



n°54

Hiver 2020

Trace



ÉDITO



Cohabiter
avec la nature sauvage,
possible mais fragile ...

C'est au retour d'une projection d'un documentaire au Festival International du Film de Montagne, « **Ours, simplement sauvage** » (de Laurent Joffrion et Vincent Munier), que l'inspiration m'est venue ...

Ce film de naturalistes franco / espagnol tourné dans la Cordillère Cantabrique au nord ouest de l'Espagne, montre la cohabitation dans cet espace sauvage, des grands animaux carnivores, ours bruns, loups, vautours fauves et aussi de **l'homme** (les villages sont à quelques

kilomètres de ces lieux, les troupeaux de bétail aussi).

Chacun dans son espace préservé vit sa propre vie. Que ce soit l'animal ou l'homme, on s'observe, se côtoie mais sans jamais se déranger, chacun chasse selon ses besoins pour nourrir sa famille, mais dans le respect de l'autre et de son espace vital. Cohabitation sans doute fragile, mais largement possible, la preuve en est ...

Je me prends donc à rêver qu'en France, un jour peut-être, nous aurons des espaces préservés où l'homme en toute intelligence et l'animal en toute liberté pourront vivre en harmonieet nous randonneurs, pourront observer cette nature ... **de rêve !!!**

Bonne saison d'hiver ...
A vos, skis, raquettes ...

Jean-Pierre Borrini



Pour tout renseignement sur nos différentes activités

Site internet

www.grenoble-amitie-nature.net

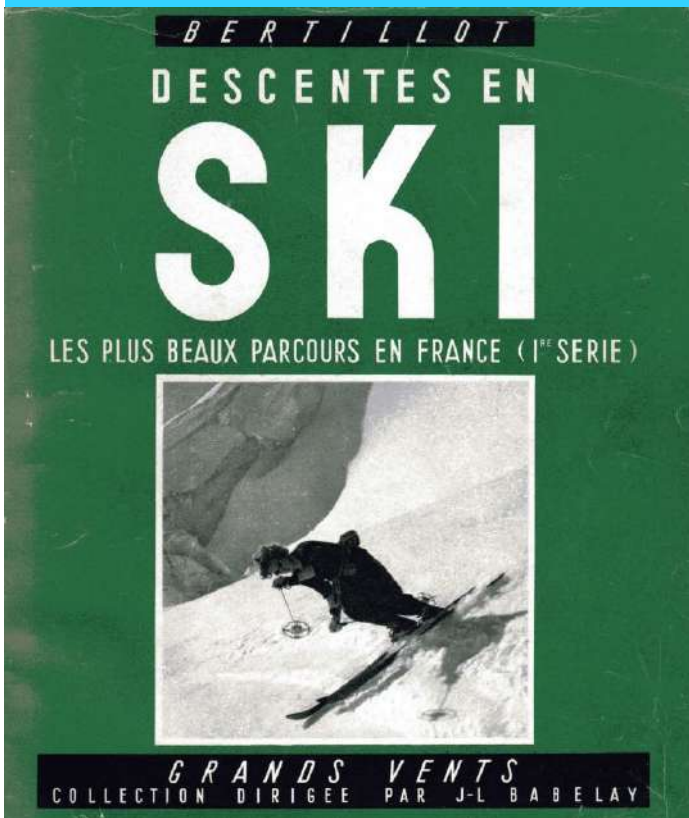
Courriel

info@gan38.fr

Grenoble Amitié et Nature

Adresse : 10 rue Berthe de Boissieux 38000 Grenoble
1er étage (accès par l'escalier situé sur la gauche du hall d'entrée)

Bertillot ... le précurseur !



description qui s'en rapproche se limite au Petit Roux, coté 4.3 E3 pente à 45°/200m, pas mal non, et rarement parcourue même actuellement, solitude presque garantie !

Et puis les photos, en noir et blanc of course, sont divines et pas que pour les sujets cadrés... c'est rare de faire aujourd'hui de tels clichés, vous pouvez admirer aussi la longueur des skis et les fixations !

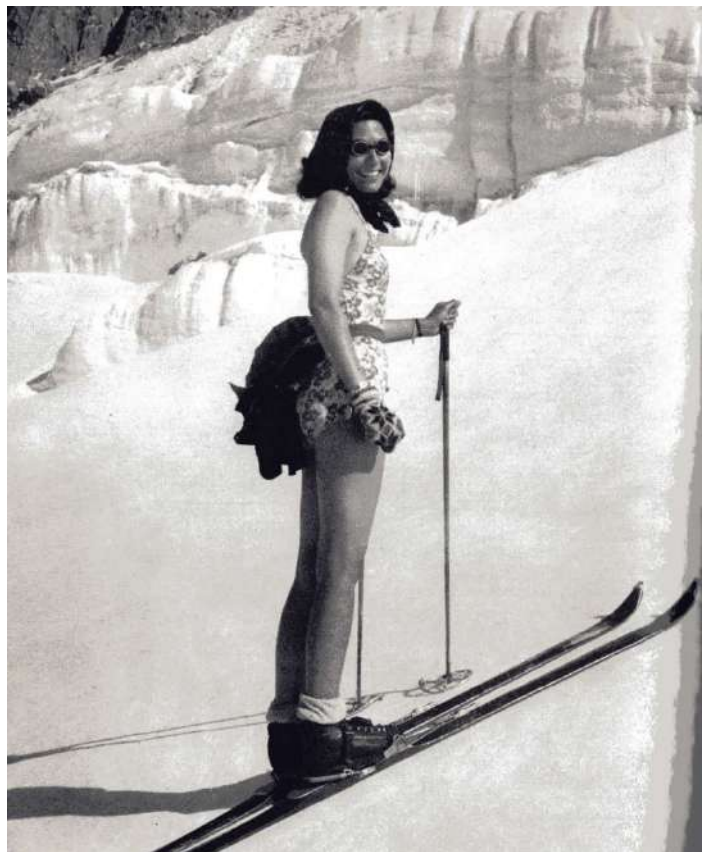
Il termine son livre par un raid, en autonomie totale, c'est-à-dire avec la tente, de 5 jours, de la vallée de l'Arc à la vallée du Doron de Bozel, poids du sac de 10 à 12 kg, il était déjà très performant ! Malheureusement là aussi beaucoup de pentes sont équipées de remontées.

Franck Giacometti

Si je vous dis Traynard, cela évoque quelques souvenirs de topos de ski de randonnée mythiques qui datent de 1966, c'est loin ! Mais car il y a un mais, il avait un précurseur, tout au aussi montagnard et intrépide : Bertillot ; son bouquin de topos est sorti en 1947, il y a bientôt 72 ans.

Bien sûr déjà plein de bons conseils sur la pratique du ski qui naturellement ne se faisait qu'à peaux de phoques, les remontées mécaniques étant rares à l'époque ... et hélas tous les bons itinéraires de son bouquin ont été équipés de remonte-pentes.

Mais c'était un sacré skieur car s'il a des topos relativement faciles, jamais inférieurs à 1200m de dénivelé, il décrit quelques courses un peu ardues ; par exemple Le Grand Roux en partant de Lanchâtra, j'ai vérifié sur skitour, la



A la rencontre de la Danse Verticale...



Qui n'a jamais rêvé de se balancer au bout de sa corde d'escalade ? De mettre sa tête en bas en se retournant le long de sa corde ? De tourner autour de sa corde quand elle est en fil d'araignée ?

Peut être que, comme moi, tu t'es dit un jour qu'en grim pant, tu as parfois l'impression de danser. Dans une voie où tu te sens à ton aise, tu enchaînes les mouvements avec un mélange de légèreté, de souplesse, de ressort et d'agilité. Tu acceptes le déséquilibre et donnes ainsi plus d'envergure à tes mouvements, ce qui te permet de saisir des prises auparavant inaccessibles. L'aisance te donne des ailes. Ton corps est à la fois relâché et dynamique. C'est une sensation très agréable. Tu te fatigues à peine. Tu arrives en haut de voie... et tu regrettes que ce soit déjà fini...

La dimension esthétique n'aura pas échappé au spectateur, émerveillé devant ce funambule de l'escalade.

Certains ressentent intensément cette composante artistique de l'escalade, cette impression de danser. D'autres moins. Cela est relatif à la sensibilité de chacun.

Alors, lorsqu'on m'a proposé de participer aux « Rencontres Verticales », j'ai tout de suite été très enthousiaste.

La « danse verticale » est une activité qui n'a pas de lien direct avec l'escalade, dans la mesure où le danseur ne grimpe pas. Il se hisse à une certaine hauteur en utilisant les techniques de remontée sur corde. Il peut alors se retourner le long de la corde et terminer par une arabesque, faire des pirouettes avant ou arrière dans la dimension horizontale, ... La danse escalade est particulièrement belle lorsqu'elle est pratiquée à plusieurs. Ainsi, courir le long de la paroi dans un même mouvement d'ensemble crée une figure remarquablement esthétique.

Il existe également la « danse escalade ». Cette activité consiste à grimper en réalisant des mouvements dansés. Ici également, c'est la dimension esthétique du mouvement qui est recherchée et non pas la performance de grimpe.

Danseurs, grimpeurs, si un jour vous aussi, vous avez envie de vous essayer à la danse verticale, n'hésitez pas à me contacter.

Anne



ASSEMBLÉE NATIONALE MONTAGNE ESCALADE

9-10-11 NOVEMBRE
2019
IVRY-SUR-SEINE (94)



L'ANA qu'est que c'est ? Quelles orientations ?

Les 9/10/11 Novembre 2019 j'ai participé à l'**Assemblée Nationale de l'Activité (ANA)** des activités **montagne & escalade** de la **FSGT** à Ivry sur Seine.

Cette assemblée, qui n'avait pas eu lieu depuis 10 ans, a permis à près de **70 pratiquants et militants** de la FSGT d'échanger et de confronter leurs pratiques sportives.

La région Ile de France, et les départements Isère, Savoie, Bouches du Rhône, Alpes Maritimes, Hautes Pyrénées étaient représentés.

Les travaux se sont déroulés en plusieurs phases, entre ateliers et réunions plénières.

Entre les ateliers de **retour d'expériences** et de **projets stratégiques** déclinés en cinq thèmes, chacun a pu exprimer sa différence.

Entre autres, la pratique de l'escalade et de la montagne est complètement différente entre les clubs de la région parisienne et de l'Isère.

Sur Paris, plus de 10 clubs FSGT qui se sont créés autour du développement de l'escalade sur la SAE (Structure Artificielle d'Escalade) de leur quartier.

Ainsi, par exemple, le Club Roc14 (800 adhérents), face à une croissance énorme des besoins sur le mur dont il gère la majorité des créneaux, est contraint d'effectuer un tirage au sort pour les inscriptions en début de saison !



Cette activité qui fédère les adhérents autour de l'activité en salle, suscite des coopérations interclubs : « *grimper chez les voisins* » et la « *Coop-Alpi* » .

Elle permet aussi d'organiser des projets en montagne : week-end escalade SNE (Site Naturel d'Escalade) et séjour ski de rando.

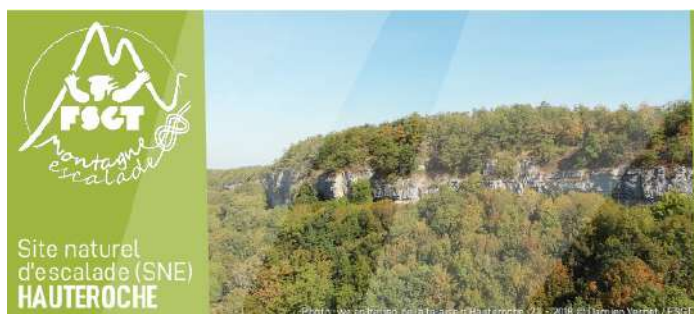
Rien à voir avec les clubs FSGT isérois, dont les pratiques multisports de montagne, ouvrent une palette d'activités de pleine nature très large.

Suite page suivante

L'ANA qu'est ce que c'est ? Quelles orientations ?... suite

Les soirées étaient toutes aussi attrayantes, avec des projections et échanges autour de films.

« La compétition autrement en Escalade », et sur « l'aménagement du site d'escalade de Hauteroche ». le samedi.



Sur la montagne et l'escalade solidaires, le dimanche, avec les films :

La Maraude solidaire : film autour de l'aide de militants FSGT aux collectifs locaux qui soutiennent les migrants qui tentent de passer la frontière, au col de Montgenèvre.



Film sur la coopération entre un foyer d'accueil de jeunes en grande difficulté et la section Escalade de Cimes19 à Paris.

Ces trois jours de discussions intenses, ont débouché sur la définition des **orientations** et des **axes de développement** des activités Montagne Escalade de la FSGT pour les 4 années à venir.

Les principaux axes de développement sont les suivants :

➤ **renforcer et mieux mettre en lumière les**

rassemblements fédéraux (Freyssinières, Castet... alpinisme) mais aussi aider et soutenir un rassemblement ski de rando dans les Pyrénées et un rassemblement canyoning dans les Alpes Maritimes ;

➤ **consolider le référentiel et développer les formations qualifiantes (BFA)** en escalade SAE, SNE, alpinisme, ski de randonnée , et canyoning ;



➤ **développer les activités apprenantes** (éducation mutuelle entre les pratiquants motivés) exemple en SNE ;

➤ **optimiser la communication** entre les clubs, les comités et la fédération :

◇ **mieux utiliser la plateforme « Claroline »** pour toutes les informations et contenus de formation : <https://fsgt.claroline.com> ;

◇ **optimiser les listes de diffusion** de la CFME et les autres ;

➤ **se développer en résistant à la judiciarisation**, exemple : pétition et interpellation des députés pour modifier la loi sur « la responsabilité sans fautes » illustrée par l'exemple de l'accident de Vingrau dans les Hautes Pyrénées.

Ceux-ci seront mis en œuvre par la Commission Fédérale Escalade et Montagne (CFME) qui a été élue à l'issue de cette assemblée.

Trois représentants des clubs isérois (ANV, Pic et Col et GAN) ont été élus.

En bref, **trois jours pour redynamiser et donner du tonus aux militants !**

Alain Davoine

Le GAN en été et en automne

A poor lonesome randonneuse
dans le Vercors en juillet ↓



Au dessus des nuages
dans le Val d'Azun en août ↑



Départ du camp d'été,
de bonne heure
et de bonne humeur ↑



Le Gan en mode « serpent » dans
le val d'Azun en août ↑



Le lac du Goléon
en août ←



Une rencontre
sympa au rocher
du Playnet en août
→



Entre Aubisque
et Soulor
en août ←



En août



Vers le pic de l'Agnelin
(au fond les aiguilles
d'Argentière)
en septembre →



Le balcon du Vénéon
en septembre ←

Vers le lac
de Belledonne
en octobre →





Vires sud du pic Queyrel
en octobre ↑



Le Senepi
en novembre →



Le canyon
Versoud
en décembre ←

Programme hiver 2020

Janvier

Date	Activité	Objectif	Massif	Niveau* /Dénivelé	Observations	Contact
sam - 4	Ski de randonnée	Petit Som, De la Ruchère (1772m)	Chartreuse	Dénivelé : 652m; niveau 2,1	Balade variée avec piste, forêts et versant dégagé.	Alain DAVOINE
dim - 5	Ski de randonnée	Col de l'Aigleton, Versant SW (2266m)	Belledonne	Dénivelé : 1178m, niveau 2,1; depuis Prabert	Juste pour voir si la balise Nivôse est toujours là !	Jacky ESTUBLIER
sam - 11	Ski de randonnée	Col du Sabot, versant SW (2100m)	Grandes Rousses	Dénivelé : 700m; niveau 1,2; depuis La Villette	Echancrure parfaite dans le paysage...	Daniel LATTARD
dim - 12	Raquettes	Le Pinet, par le Col de l'Alpette (1867m)	Chartreuse	Dénivelé : 840m; niveau moyen. Depuis La Plagne	Superbe vue sur le Granier et sur une bonne partie des hauts plateaux	Monique FAYET
dim - 12	Ski de randonnée	La Peyrouse, Croupe SE (1710m)	Matheysine	Dénivelé : 740m, niveau 1,3; depuis Le Majeuil	Petite balade sans faux plats...	Franck GIACOMETTI
dim - 12	Ski de randonnée	Col du Loup, Versant SW (2399m)	Belledonne	Dénivelé : 1300m; niveau 2,2; depuis Freydières	Le vallon est court mais magnifique ... et invisible du Lac du Crozet.	Pierre NEGRE
sam - 18	Ski de fond/ Raquettes	Séjour du samedi 18 au samedi 25 janvier 2020 : Les Rousses	Jura			Nicole HUET
sam - 18	Raquettes	Tour en forêt des Coulmes	Vercors	Dénivelé : 800m, 15 kms, 6h	Depuis la Balme de Rencurel	Anne-Marie CAVAILLE
dim - 19	Ski de randonnée	Epaule du Cornafion, par la combe Chaulange (1906m)	Vercors	Dénivelé : 760m, niveau 2,1	Superbe randonnée qui permet de découvrir la majestueuse falaise du Cornafion.	Alain DAVOINE
sam - 25	Ski Alpin	Les Sept Laux	Belledonne	vallon du Pra		David DE CARVALHO
sam - 25	Raquettes	Serre de l'Horizon	Matheysine	Dénivelé : 450m, facile, 7 kms, 3h30, en partant des Merlins	entre forêt et crêtes offrant de beaux panoramas	Gwénola DOUARD
dim - 26	Ski de randonnée	Grand Rocher, Versant Est (1926m)	Belledonne	Dénivelé : 850m, niveau 2,1; depuis Les Burdins	Permet d'éviter la foule partant du Barioz...	Alain DAVOINE
dim - 26	Ski de randonnée	Grand Som, De la Grande Chartreuse (2026m)	Chartreuse	Dénivelé : 1213m, niveau 2,2, Passages 35°; depuis le pont des Allemands.	Du Grand Som, superbe vue plongeante sur le couvent.	Pierre NEGRE

Février

sam - 1	Raquettes	Le circuit des 3 Cols	Chartreuse	Dénivelé : 850m, 11 kms.	Au pays du grand silence du Monastère de la Grande Chartreuse, un circuit facile et fort agréable	Monique FAYET
sam - 1	Ski de randonnée	Roc d'Arguille, Depuis Saint Hugues (1768m)	Chartreuse	Dénivelé : 820m, niveau 2,3	La randonnée déroule son ascension à travers la Forêt de l'Océpé par Lentillère et Plat Ferrier	Alain DAVOINE
dim - 2	Ski de randonnée	Le Petit Arc, SE par le Lac Pieru (2365m)	Lauzière	Dénivelé: 1100m; niveau 2,2, depuis Tioulever	A ne pas confondre avec la station des Arcs...	Jacky ESTUBLIER
lun - 3	Ski de randonnée	Séjour du lundi 3 au vendredi 7 février au gîte de Flagustelle à Verdaches	Monges	Balades de 800 à 1000m maxi dans les Alpes de Haute Provence...	En demi-pension à 36 euros, groupe de 10 participants cools...sur liste d'attente	Franck GIACOMETTI
sam - 8	Raquettes	Sortie nocturne, inter-club FSGT	Vercors	Autour du col de l'Arzelier	Repas au restaurant les Agapes	Alain DAVOINE
dim - 9	Ski de randonnée	Sommet de la Cavale, De Oris-en-Rattier (2147m)	Taillefer	Dénivelé :1150m, niveau 2,1	Superbe belvédère, dominé à l'est par les pointes déchiquetées du Coiro.	Jacky ESTUBLIER
dim - 9	Ski de randonnée	Grand Pic de la Lauzière, par le Col des Aiguillons (2829m)	Lauzière	Dénivelé: 1500m, niveau 2,3 E1; Pente : 30°, un peu plus pour la sortie	Course magnifique, très variée	Pierre NEGRE
ven - 14	Raquettes	Du 14 au 16 février, Semi itinérance plateau du Retord	Bugey	Station des Plans d'Hotonnes	"inscription sur liste d'attente"	Gwénola DOUARD
dim - 16	Ski de randonnée	Grand Serre, Par la Croix de Gouret (2141m)	Taillefer	Dénivelé: 780m, niveau 2,1	Limite climatique sur le 45e parallèle (au Chalet des Pâtres)	Alain DAVOINE

dim - 16	Raquettes	Tour du Mont Outhéran	Chartreuse	Dénivelé : 730m; 13 kms; 6h. Depuis le Désert d'Entremont	Une escapade en boucle sur ce sommet un peu oublié qui ne manque pourtant pas d'attrait.	Anne-Marie CAVAILLE
mar - 18	Ski Alpin	Nocturne au Collet d'Allevard	Belledonne			David DE CARVALHO
sam - 22	Raquettes	Crêtes du Mont Fromage	Chartreuse	Dénivelé : 550m, circuit de 4h30 au départ du col de porte (+200m si A/R Charmant Som)	Les crêtes de la Balme de l'Air sont une enfilade de petits dômes plus ou moins débonnaires	Gwénola DOUARD
dim - 23	Ski de randonnée	Grand Galbert, normale sud-est (2561m)	Taillefer	Dénivelé: 1200m; niveau 2,1	La descente à travers ces vastes étendues est un vrai plaisir !	Jacky ESTUBLIER
sam - 29	Raquettes	Autour de Canier	Matheysine	Dénivelé : 400m, facile	au départ de Cholonge	Elisabeth RIONDET
sam - 29	Ski de randonnée	Rochers de la Balme, W (2063m)	Vercors	Dénivelé: 913m, niveau 2,1	Itinéraire nature avec une longue partie en forêt.	Franck GIACOMETTI
sam - 29	Ski Alpin	Lans en Vercors	Vercors			David DE CARVALHO

Mars

dim - 1	Ski de randonnée	la Pointe du Sifflet (2286 m)	Belledonne	Dénivelé : 1150m, niveau 2,2	N'oubliez pas la crème solaire, ça chauffe vite au soleil!	Daniel LATTARD
dim - 1	Raquettes	Le Grand Rocher (1926m) par le col de Merdaret (1798m)	Belledonne	Dénivelé : 850m; 11 kms.	Belvédère sur la chaîne de Belledonne, le sommet du Grand Rocher par le col de Merdaret est une randonnée moyenne	Monique FAYET
mar - 3	Ski Alpin	Ski nocturne au Collet d'Allevard	Belledonne			David DE CARVALHO
sam - 7	Ski de randonnée	Séjour du samedi 7 au samedi 14 mars au gîte le Glacier Bleu à Montdauphin	Ecrins	randos en étoiles entre 700m et 1400m de dénivelé	En gestion libre, coût du gîte : 120 euros/personne ; Inscriptions en liste d'attente	Alain DAVOINE
dim - 8	Ski de randonnée	Les Frettes, combe de Bridan (2527m)	Lauzière	Dénivelé : 1162m, niveau 2,1	Jolie course de découverte du massif de la Lauzière.	Franck GIACOMETTI
ven - 13	Ski de randonnée	Mont Thabor, Raid de 6 jours en Traversée des Cerces (S -> N)	Cerces	Le raid totalise 7321m de dénivelé dont environ 1650m le 5ème jour avec l'ascension du Mont Thabor.	Il comprend l'ascension de 8 cols et 5 sommets en traversée tous compris entre 2650m et 3178m.	Pierre NEGRE
sam - 21	Raquettes	Refuge de Font Turbat en A/R	Oisans	Dénivelé : 950m; 19 kms; 7h.	Nombreuses cascades gelées le long de l'itinéraire.	Anne-Marie CAVAILLE
dim - 22	Ski de randonnée	Pointe du Sciallet, du Rivier d'Allemont (2312m)	Belledonne	Dénivelé : 1050m, niveau 2,3	Itinéraire farci de bouquets !	Alain DAVOINE
sam - 28	Pedestre	Prairie de la Folie	Chartreuse	Dénivelé : 650m, facile, départ de la Correrie	Sortie printanière, à la recherche des premières fleurs...	Elisabeth RIONDET
dim - 29	Ski de randonnée	Dent du Pra, versant SO (2623m)	Belledonne	Dénivelé : 1550m; niveau 3,2; 36°/200m passage 40°	Grande classique du coin ! (dixit Traynard)	Jacky ESTUBLIER

*** Le niveau ne prend en compte que l'aspect technique relatif à l'activité : tenir compte du dénivelé, de la durée et des conditions météorologiques pour une estimation globale**

Pour participer, l'animateur envoie un message dans votre boîte mail. Il peut modifier l'itinéraire en fonction des conditions climatiques.

Ski de fond : des sorties seront proposées sur la liste mail du GAN

ESCALADE sur mur Berthe de Boissieux à Grenoble : **le mercredi de 18h à 20h15 et le vendredi de 19h15 à 21h30**. Si la météo le permet : escalade en extérieur sur sites proches de Grenoble. Renseignements : Anne BLE-SEL ou Martin GAUROY ou Benoit VERRIER ou David DE CARVALHO ou Barbara Pouzet

VOLLEY-BALL : entraînement et match au gymnase Houille Blanche à Grenoble le **jeudi de 19h45 à 21h45** (sauf juillet et août)

**Les
temps
forts de
l'hiver**

Séjour de ski de fond et raquettes

Les Rousses (Jura)
du 18 au 25 janvier 2020

Nicole Huet

Séjour de ski de randonnée

Verdaches - massif des Monges (04)
du 3 au 7 février 2020

(inscriptions sur liste d'attente)

Franck Giacometti

Semi itinérance en raquettes

Plateau du Retord (Bugey)
du 14 au 16 février 2020

(inscriptions sur liste d'attente)

Gwénola Douard

Séjour de ski de randonnée

Mont-Dauphin (05)
du 7 au 14 mars 2020

(inscriptions sur liste d'attente)

Alain Davoine

Raid en ski de randonnée

Massif des Cerces - Mont Thabor
du 13 au 18 mars 2020

Pierre Nègre