

Phéromore

N°54 - janvier 2010

Le journal du club d'escalade
« Les Enfants du Roc »



Chalet de la carrière Collot
Rue des Soupis
BP-264 - 88007 Epinal cedex

Tél. 03 29 31 97 88
enfantsduroc@wanadoo.fr



Dammastock - 3630m

MT

Il y a un an, le 31 janvier 2009, disparaissaient Philippe Mengin et Jean-Louis Manesse son compagnon de cordée.

De nombreux membres actuels et anciens du club, copains de tous horizons, auront adressé à Philippe un clin d'œil depuis un sommet, une chanson depuis une terrasse de refuge, un drapeau de prière sur une pente himalayenne, un verre entre 2 vagues, à l'âme.

Sois en sûre Dominique, si les sentiments des grimpeurs sont discrets, ils sont puissants.

Nous n'avons jamais été aussi nombreux cette année, à profiter de la montagne lors du séjour à la Bérarde en juillet. Chacun à son niveau, avec ses envies de granite, de neige, de sommets, de balades, de photos, de moments simples, hors du temps.

Si le nombre des participants et la diversité des envies pouvaient paraître inquiétants, l'ambiance a été excellente, comme d'habitude. Ce n'était pas gagné d'avance, mais ça se passe comme ça aux Enfants du Roc et c'est un vrai plaisir.

Tant mieux si les sorties d'escalade, de rando, d'alpinisme attirent de plus en plus de monde. C'est signe que tous les animateurs aiment communiquer leur passion et leurs connaissances pendant les séances d'entraînement. Merci à eux.

Le début de l'année 2010 voit également la récupération très encourageante de Marie et de Nathalie, après 2 accidents graves, l'un en parapente, l'autre en falaise.

L'escalade, sport à risques, certes, sport où l'accident de l'un marque profondément l'autre, où la solidarité d'un groupe aide les 2 à remonter.

Marc THIERY

Comme tous les ans, l'Assemblée Générale est l'occasion de raconter ce qui se passe au sein du club, de présenter les activités, de permettre aux adhérents de faire connaissance, de permettre aux nouveaux, aux parents des jeunes grimpeurs, aux conjoints, d'approcher l'âme qui anime ces Enfants du Roc ...

Passée la toute petite heure des comptes-rendus administratif et financier, c'est le moment d'échanger des expériences, des souvenirs cocasses et de préparer les projets.

Thierry nous présentera un diaporama de la saison écoulée, mitonné et épicé à souhait.

Si vous avez des récits de voyages, films ou photos à partager, il ne faut pas hésiter !

La précédente AG s'était tenue largement après la période des galettes et l'élan pâtisseries avait fait merveille. Plusieurs d'entre nous se sont déjà proposés pour apporter tartes fruitées et cerises sur gâteaux. Vous pouvez encore les rejoindre.

Merci à vous et merci d'avance à tous pour votre présence active, sportive et très amicale.

L'Assemblée Générale aura lieu le jeudi 4 février 2010

**Salle de réunion, au rez-de-chaussée de la Maison des Associations,
Démarrage à 20h30.**

Phéromore - Infos « les Enfants du Roc »

L'équipe d'encadrement pour la saison 2008 / 2009

AUBRIAT	Vincent	vincent.aubriat@freesbee.fr	06 16 71 03 38
AVEDDO	Bernard	bernard.aveddo@ac-nancy-metz.fr	06 78 56 39 44
BARTHELEMY	Stéphanie		
BERTRAND	Nicolas	nicolas.bertrand@waters.nestle.com	06 88 75 12 10
KLEIN LEMAIRE	Anne		
LAUGEL	Jonathan	jonathan.laugel@fivesgroup.com	06 26 78 69 72
MANGIN	Michel	michel.mangin10@wanadoo.fr	03 29 67 18 59
MAUCLAIR	Anthony	avmaclair@neuf.fr	06 23 10 78 52
REYNAUD	Michel	michel.reynaud25@wanadoo.fr	06 33 74 39 10
RONEZ	Rémy	remy.ronez@wanadoo.fr	06 81 01 80 59
VANNESSON	Mickaël		
VANNSON	Thierry	thierry.vannson@cegetel.net	06 01 84 77 72

Comité directeur élu pour 4 ans lors de l'assemblée générale du 12 mars 2009

AUBRIAT	Vincent	vincent.aubriat@freesbee.fr	06 16 71 03 38
AVEDDO	Bernard	bernard.aveddo@ac-nancy-metz.fr	03 29 37 37 92
MANGIN	Michel	michel.mangin10@wanadoo.fr	03 29 67 18 59
DUVEAU	Marie	mariepierre.duveau@opacvosges.fr	06 88 47 72 44
THIERY	Marc	marc-thiery@wanadoo.fr	06 83 89 03 03
BOUYSSOU	Aurélié	a.bouyssou@caramail.com	06 74 19 52 77
VACHER	Nathalie	nathalie.vacher@wanadoo.fr	06 84 37 34 52
SIMON	Geraldine	geraldinesi@wanadoo.fr	06 79 54 88 17
REYNAUD	Michel	michel.reynaud25@wanadoo.fr	06 33 74 39 10
VANNSON	Thierry	thierry.vannson@cegetel.net	06 01 84 77 72
GIRARDET	Sylvie	pgirardet@wanadoo.fr	06 24 21 05 71

Bureau de l'association

THIERY	Marc	marc-thiery@wanadoo.fr	Président
VACHER	Nathalie	nathalie.vacher@wanadoo.fr	Trésorière
DUVEAU	Marie	mariepierre.duveau@opacvosges.fr	Trésorière adjointe
BOUYSSOU	Aurélié	a.bouyssou@caramail.com	secrétaire
SIMON	Géraldine	geraldinesi@wanadoo.fr	secrétaire adjointe

Lieu d'escalade

Carrière Collot	falaise de grès rose	
Gymnase St Exupéry	mur	03 29 34 77 02
Maison des Associations	salle de bloc + salle réunion AG	03 29 82 01 57

Phéromore - Infos « les Enfants du Roc »

9 membres du club ont suivi avec succès une formation FFME sur la cartographie et l'orientation, les 7 et 8 novembre 2009. Après la formation « nivologie » cette formation est le 2ème volet des pré requis nécessaires pour se présenter à la formation d'initiateur alpinisme. Bernard est chaud bouillant pour suivre cette formation. Nous sommes donc 8 coaches pour le préparer !!

Le 3ème volet « sécurité sur glacier » est en cours de préparation et se déroulera en mai ou juin 2010.

Rappel concernant les formations :

Tant que le club le pourra, le coût des formations sera pris en charge par le club, bien aidé en cela par le Ministère de la Jeunesse et des Sports. Si vous souhaitez suivre l'un des cursus suivants, manifestez-vous : initiateur escalade, initiateur alpinisme, initiateur canyon, nivologie, cartographie, sécu glacier.



J'ai l'impression d'avoir perdu quelque chose ?! Le Nord ? Une godasse au fond d'une tranchée boueuse ? Une paire de piles Duracell super high énergie ? Mon parapluie ? Des es-suie-glaces pour les lunettes, 3 heures de sommeil au chaud ?

Carrière COLLOT - Carrière Philippe MENGIN ?

A la suite du décès de Philippe MENGIN, j'ai présenté une requête à Monsieur Michel HEINRICH, Député-Maire d'Epinal, au nom de la famille de Philippe, des créateurs du club, des présidents des comités locaux de la FFME et des anciens présidents de notre club, pour que la Carrière Collot soit rebaptisée carrière Philippe MENGIN. Cette demande, très bien accueillie par Monsieur HEINRICH est à l'étude.

Mur d'escalade

La ville d'Epinal a engagé une étude de faisabilité pour la modification du gymnase St Exupéry, afin d'y construire une structure d'escalade plus moderne et plus attractive que le mur actuel. Pour l'instant, nous ne connaissons pas les résultats de cette étude. Gageons que Madame Serieys aura des informations lors de l'AG du 4 février.

Licence FFME :

Vous aurez constaté sur la licence reçue de la fédération : un nom d'utilisateur et un mot de passe. Après connexion sur www.ffme.info, ces 2 éléments vous permettent de vous connecter sur votre page et d'y compléter les informations relatives à votre adhésion.

Vous trouverez également sur le site www.ffme.fr, des informations sur les disciplines de la fédération, des dossiers et des fiches techniques sur les nœuds, les matériels... Juste un petit œil !!

Lien utile également :

www.petzl.com/catalogue/Petzl-Sport-catalog-2010-FR.pdf

Si vous prenez le temps de télécharger le catalogue (40Mo). Il présente quantité de schémas très bien faits sur l'utilisation des matériels, pour diverses activités.

Rue et Cie

Lors d'une récente discussion, Isabelle SARTORI, que tous les spinaliens connaissent bien, m'apprend qu'elle souhaite inviter Antoine Le Ménestrel lors de l'édition 2011 ou 2012 de « Rue et Cie ». Si ce nom ne vous dit rien, rendez-vous sur le site :

<http://www.lezardsbleus.com>

Question : pourquoi pas envisager la participation des Enfants du Roc à une manifestation de rue ou à un spectacle de « danse escalade », préparé avec Le Ménestrel ?

Si ça vous branche, faites-le savoir.

Autres suggestions ?

Faites-nous savoir ce qui vous intéresserait.

Phéromore - séjour à la Bérarde - juillet 2009

La Bérarde 2009

Anne, Aurélie, Estelle, Florence, Isabelle, Julie, Laurence, Nathalie, Solène, Bernard, Eric, Etienne, Florian, Guillaume, Hiep, Kristian, Marc, Mathieu, Maxime, Michel, Rémi, Sylvain, Thierry, Thomas.

Une règle non écrite a longtemps prévalu au club pour le stage d'été : il devait se dérouler dans les Ecrins, à la Bérarde ou à Ailefroide en alternance biennale.

Nous avons depuis quelques années dérogé à cet usage en initiant des séjours en Vanoise et en Ubaye.

Les Ecrins étaient-ils devenus indésirables ? Oh, que non ! D'autant que bon nombre de nouveaux membres, qui n'avaient pas participé aux stages d'antan, souhaitaient découvrir les trésors de ce massif, et les anciens voulaient renouer avec un lieu qui ne leur avait laissé que de bons souvenirs.

C'est donc à la Bérarde (1720 m), la Mecque de l'alpinisme français (après, reconnaissons-le, Chamonix), que nous sommes venus planter nos tentes, du 18 au 26 juillet.

La Bérarde n'est qu'un hameau de la commune de Saint-Christophe-en-Oisans. Une poignée de maisons de vacances, trois ou quatre hôtels-restaurants, un centre UCPA, un poste de secours, et surtout (pour ce qui nous intéresse) un camping et une minuscule épicerie-café-dépôt de pain-location de crampons-piolet-casques !

En hiver, la route n'est pas déneigée et le nombre des habitants avoisine zéro. Fin juillet, il y a du monde, certes, mais ce n'est pas la foule ; et il s'agit d'amoureux de la montagne très fréquentables.

Située au confluent du Vénéon et du torrent des Etançons, La Bérarde est le point de départ essentiel de toute une série de courses vers les joyaux (!) des Ecrins que sont la Meije, le Râteau, les Bans, le Coolidge, la Barre...

Des vallées glaciaires encaissées offrent aux adeptes de la verticalité les joies d'une escalade variée : falaises-écoles, petites et grandes voies, terrain d'aventure, sur un granit très compact (non, vous ne lisez pas une brochure de l'office du tourisme).

Faut-il voir dans tous ces attrait l'explication du nombre impressionnant et inédit de membres du club qui se sont inscrits (+ conjoints + enfants) ? Pas moins de vingt-quatre participants !

Cela n'a pas été sans poser des problèmes d'organisation et de logistique : qui prend sa tente ? sa voiture ? combien de repas à prévoir ? de quel matériel de grimpe aurons-nous besoin ? pourrions-nous en louer sur place ? etc. Quelques réunions préparatoires à la carrière (avec ou sans barbecue) ont permis de trouver réponse à toutes ces questions.

Vingt-quatre ! Vingt-quatre individus qui avaient forcément des désirs différents : escalade, alpinisme, rando, ou... *farniente* dans un paysage de rêve. Cet éventail offrait la possibilité de toutes les combinaisons possibles dans le temps et dans la constitution des groupes.

L'inventaire des activités réalisées fut donc des plus riches.

Evoquons-les pêle-mêle : escalade aux falaises-écoles de la Maye et de l'aiguille de la Bérarde (juste au-dessus du camping) ; "petites-grandes" voies à la Rochaille et grandes voies à la Tête de la Maye et à l'Encoula ; rando aux vallons de Bonne-Pierre et des Etages, et à la Maye ; etc.

Phéromore - séjour à la Bérarde - juillet 2009

Se détachent cependant les temps forts que furent les séjours en haute montagne autour des refuges :

- de la Lavey, point de départ pour des randonnées aux lacs des Rouies et de la Muande, et pour l'ascension de la Tête des Fétoules (3459 m), avec ses 1660 m de dénivellée, son glacier et son arête rocheuse ;
- de Temple-Ecrins, pour l'ouverture d'une "école de neige" et l'ascension du Pic Coolidge (3775 m) ; les *happy few* qui sont montés au sommet, et qui s'en sont mis plein les yeux, n'ont pas regretté de s'être levés à 4h du matin ;
- du Soreiller, pour l'escalade de l'aiguille de la Dibonna (3130 m), théâtre qui nous a souvent habitués aux intrigues à suspense, péripéties et... heureux dénouements.

Ce programme a permis aux novices d'apprendre ou de maîtriser de nouvelles techniques : manœuvres de cordes des relais et des rappels ; sur neige encordement, cramponnage et sécurité.

Beaucoup ont par ailleurs sensiblement progressé en grimpe (qui n'a pas réalisé son 6a+, voire son 6b ? qui n'a pas grimpé en tête ?).

On comprend aussi que les encadrants n'aient pas chômé...

Sans oublier une soirée au restaurant !

Avec une pensée affectueuse pour les victimes d'ennuis de santé contractés avant ou pendant le séjour (coups de soleil, rhumes, crises d'asthme, ampoules, lumbagos, tendinites, rupture des ligaments croisés, herpès...), nous adressons à tous les Enfants du Roc le traditionnel "A l'année prochaine !"

Michel



Comment être l'âme et porter tous les appétits du club ? (Ndlr)

Phéromore - séjour à la Bérarde - juillet 2009

Télégramme / Histoires pressées - Condensé d'un stage d'été

EDR à la Berarde - 1^{ère} randonnée : exténuée / désespérée - 2^{ème} randonnée : entourée / encouragée - 3^{ème} randonnée : libérée / enthousiasmée - Panorama de possibilités - Grimpe, balade, crampons - Voyage vers les cimes : choisissons ! - Moral et muscles regonflés - Pour 2010, signé - Fin.

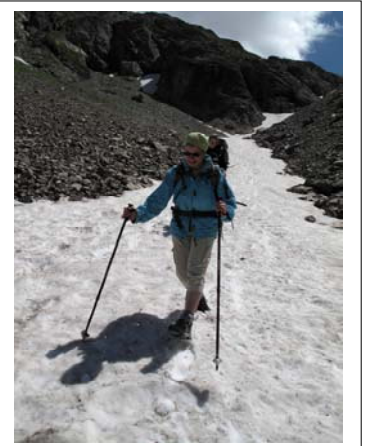
Journaux imaginaires ou points de vue

« La montagne, c'est l'aventure »

Lac glaciaire de la Muande

Signé : *une marcheuse*

Aujourd'hui, randonnée loufoque. Sauts de kangourous au-dessus d'un torrent, pédalage ensemoulé dans un pierrier, ski à la ramasse sur un névé. Rencontre magique avec l'autre équipe : les courageux alpinistes ! Pique-nique frileux et intemporel. Spectacles de qualité : clown équilibriste et jongleur, viril concours de lanciers de cailloux sur la dentelle des icebergs. La montagne s'est alors jointe aux hommes... De ses entrailles jaillissaient, imprévisibles, des rochers qui dans un fracas solennel plongeaient à leur tour dans les eaux glacées. Et nous regardions, bouche-bée ou songeurs.



Refuges de La Lavey / Temple-Ecrins

Signé : *une Croc'orange, pied gauche, taille 42, refuge 3* de la Lavey*

La p'tite n'a pas eu de chance... heureusement qu'elle ne se levait pas à 4h ! Elle a grelotté une bonne partie de la nuit. Elle n'osait visiblement pas s'approcher du voisin de gauche pour se réchauffer et celui de droite n'arrêtait pas de cauchemarder. Il gesticulait, ruait, s'enroulait dans la couverture. Pauvrette ! La cerise sur le gâteau, ce fut l'arrivée du retardataire... Une silhouette souple et féline s'introduisit dans la chambrée. D'un geste élégant et décidé, il planta la frontale dans les yeux des



Phéromore - séjour à la Bérarde - juillet 2009

dormeurs supputés, prêt à sauter sur la meilleure place, en véritable chasseur mû par son instinct de confort. Après quinze minutes de longue réflexion, il jeta son dévolu sur la couche près de la gamine. Il poussa résolument le voisin qui avait l'outrecuidance d'occuper deux places et s'enroula dans la couette avec un mâle soupir de satisfaction. Et là, je sentis que les craintes de sa voisine s'étaient transformées en effroyable certitude. Dès le premier ronflement, elle sut qui était l'ombre...

Quand les alpinistes s'équipèrent dans la nuit, je claudiquai jusqu'à la fenêtre pour leur souhaiter avec émotion une belle course. J'ai été imprudente, la p'tite ne dormait pas. Complice, elle se faufila silencieusement pour contempler les lumières hésitantes qui sinuaient dans la nuit noire. Enchantée pour eux.

J'ai appris par la suite par une copine croc'bleue pointure 38 qu'elle était parvenue à tomber de fatigue entre deux chaleureux et silencieux camarades au refuge du Temple des Ecrins. Saperlipopette, on ne commet pas deux fois les mêmes erreurs du naïf néophyte.

Lac des Rouies

Signé : *un cairn, mdr*

Rien à redire, celui-là maniait avec superbe affectueux encouragements et rire intérieur. Il les a bien fait marcher ! « On aperçoit le sommet » (voui, voui, on le voit de loin...), « C'est après le cairn », « C'est après le cairn », « C'est après le cairn » et bis repetita. Ah on avait bon dos ! Et ses yeux malicieux riaient. C'est vrai que nous sommes nombreux dans la contrée. Au bout du 1456^{ème}, ils ont commencé à maugréer. Trop tard ! Ils contemplaient, saisis, le lac aux eaux immobiles. Oubliés, le dénivelé et le pierrier casse-binette ! Les flancs de la montagne laissaient glisser la neige avec douceur et certitude vers le miroir aux doux reflets verts. Une grenouille voyageuse découvrait, surprise, l'eau glacée. Les marcheurs se sont assis, apaisés.

Je me demande ce qu'il a pu leur raconter à la descente pour leur faire oublier leurs genoux durement sollicités et les cuisses en feu...

Florence



Phéromore - Séjour à la Bérarde - juillet 2009



Le test des croc's avant de saluer le Pic Coolidge.
froids, indifférents et allumés



J'ai un gros doute sur l'inclinaison, mais ça passe super bien.



Zen attitude !



Ouais



C'est moi le prof

Phéromore - Voyage aux sources du Rhône - sept.2009

Bernard, Kristian, Clément, Marc

Voilà, j'ai posé sur Multiply quelques photos du week end passé en Suisse sur le glacier du Rhône, (Rhonegletscher en patois local) depuis son pied jusqu'à son sommet, le Dammastock.

Une petite expédition dans de bonnes conditions avec comme optique de planter la tente dans un univers gelé, de devenir un point à peine visible dans une immensité blanche. L'occasion de fouler, du crampon pour ne pas tomber, un espace où la vie ne peut s'accrocher.

Découvrir et se laisser envahir par l'impressionnant silence minéral ponctué par le passage régulier de la liaison aérienne Reykjavík / Le Caire. Essayer de ressentir le mouvement chaotique bien que lent de l'énorme bête blanche tapie sous nos pieds et constater avec soulagement au petit matin qu'elle a pris soin de ne point emporter nos frêles abris dans une crevasse de sa cuirasse.

C'est aussi le moment des expériences futiles comme forcer des sardines à nager dans une mer de glace. L'essai est peu concluant, elles se rebiffent et sautent hors de ce milieu contre nature. Finalement, on les a utilisées en corps mort, c'est bien plus efficace.

On peut même se vanter d'avoir bu de l'eau du Rhône, peut être le seul endroit où elle soit potable!

Et surtout, quelle fierté d'exhiber tout ce matériel ultra technique, ultra léger, ultra cher; quelle satisfaction de se dire que son acquisition est un choix judicieux même si il est hors de prix et qu'il dort dans un placard depuis des années pour la triste raison qu'il est inutilisable ailleurs!

Le seul regret est de ne pas pouvoir valoriser au mieux l'excès de globules rouges accumulé sur ces hauteurs. Je pense même que l'effet est statistiquement négatif sur la concentration au travail.

Kristian



Phéromore - Voyage aux sources du Rhône - sept.2009



Phéromore - Voyage aux sources du Rhône - sept.2009

