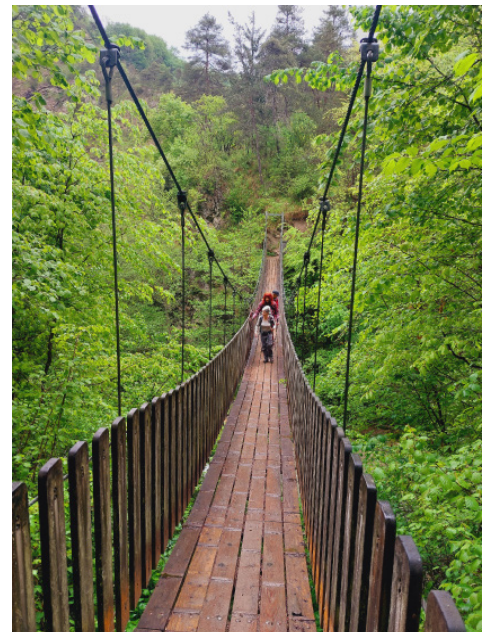
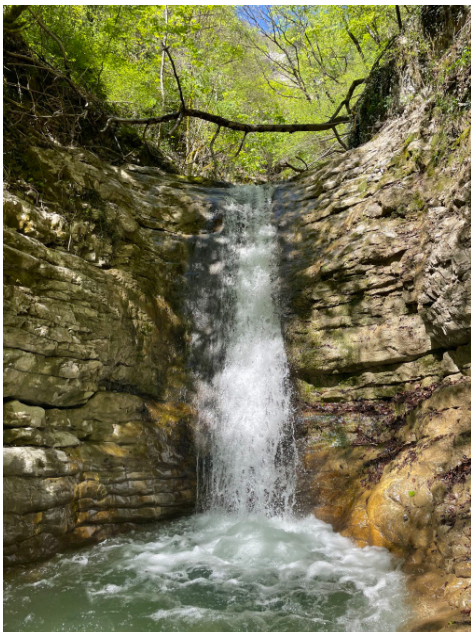
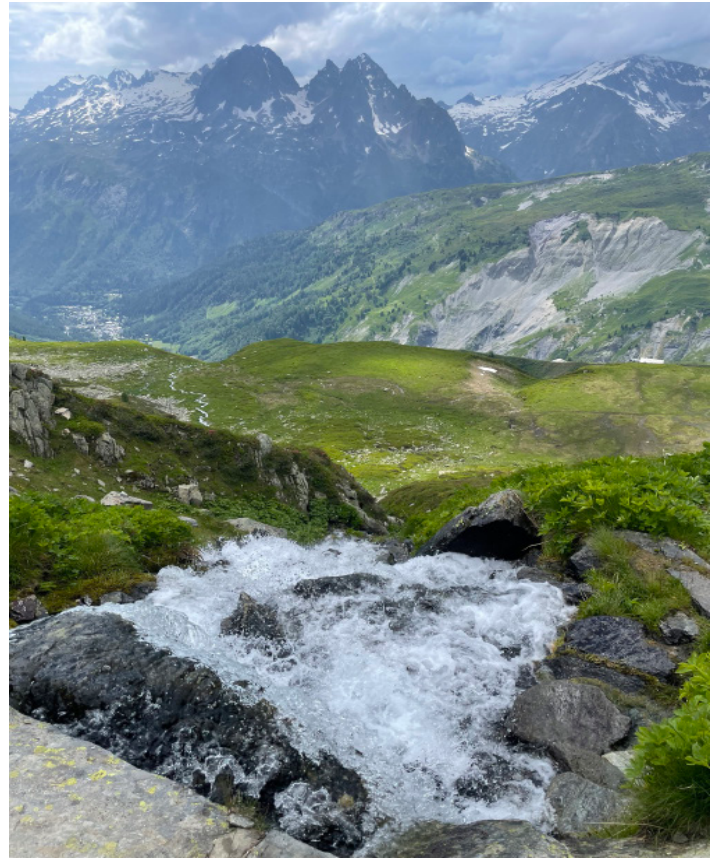


TPH 2024

Toujours plus haut

n° 120





SOMMAIRE

ASSEMBLEE GENERALE

- Les Rapports moraux des co-présidents

FORMATION

- Recyclage Alpinisme

LES ACTIVITES PHARES DU CLUB

- Course des Seiglières
- Ski nordique et raquette dans le Vercors
- Ski de rando à Névache
- Séjour à Chamonix
- Multi-activités et escalade à la Sainte-Baume
- Le chalet

LES SORTIES DOMINICALES

- Articles

LE CARNET

ASSEMBLEE GENERALE ORDINAIRE :

LE MOT DES PRESIDENTS

Je constate avec plaisir que vous êtes venu nombreux à l'assemblée générale de l'Alpes club. Cet intérêt manifesté pour le club est encourageant. L'AG est un moment où tous les membres peuvent rencontrer l'équipe dirigeante, les encadrants et ceux qui font vivre le club. Vous avez les informations sur son fonctionnement, sur son dynamisme et sa santé financière. Vous pouvez aussi vous exprimer, donner votre avis, suggérer des points d'amélioration.

Je ne vous cache pas que pour faire ce rapport moral, j'ai eu un accès de perplexité. Devais-je énumérer seulement ce qui a bien fonctionné cette année? Il y a eu plein d'activités porteuses d'énergie et de satisfactions, avec une mobilisation des adhérents. Toutefois rien n'est parfait dans ce monde. Devais-je alors faire une digression sur les aspects moins positifs de cette année passée? Mais parler des points négatifs n'est pas très porteur ou du moins ne trouve pas toujours de résonance.

Je ne parlerai donc pas de la difficulté à remplir le programme trimestriel des sorties du dimanche, même si cela ne représente grosso modo qu'une sortie par trimestre et par encadrant. Je ne parlerai pas de la petite baisse de fréquentation de ces mêmes sorties, alors que paradoxalement les sorties Week-end prolongé rencontrent toujours leur public. Je ne parlerai pas non plus de l'incapacité à trouver des volontaires pour rentrer au CA et amener un peu de sang neuf dans un groupe dont l'âge moyen se situe entre 75 et 80 ans, et je ne parlerai évidemment pas de l'impuissance à trouver un président pour remplacer les coprésidents qui sont en poste, et qui commencent à fatiguer.

Je vais plutôt remercier les volontaires qui cette année encore ont proposé un éventail de sorties variées et intéressantes, remercier ceux qui ont passé du temps à préparer des itinéraires, et réserver les gîtes pour les week-ends prolongés. Remercier la vingtaine de courageux qui se sont motivés pour réaliser la peinture du plafond du chalet, ceux nombreux, qui vaillamment ont débité, chargé, rangé le bois et donné une immense bêche pour le protéger, remercier aussi les petites mains qui ont nettoyé le chalet de fond en comble et préparé les repas lors des divers événements, remercier enfin les sociétaires qui ont participé aux diverses activités, justifiant ainsi l'investissement des bénévoles.

Daniele vous présentera le bilan des sorties. Pour ma part, je retiendrai de cette année, la création des sorties du jeudi qui rencontrent un public plus nombreux que celles du dimanche, le Week end de Vassieux où malgré le manque de neige nous avons pu faire de belles randos à ski et raquette, les 4 jours à Chamonix, Mecque de l'alpinisme, où les itinéraires préparés par Nane et Cécile nous ont permis de contempler des paysages magnifiques, la Toussaint à la Ste Baume où chacun a pu faire une prière pour espérer l'apparition du prochain président. Enfin les 2 sorties d'alpinisme qui ont pu être réalisées, la première au col de la Girose et la deuxième au mythique refuge de l'Aigle.

Pour l'année prochaine il y aura toujours, sous réserve des disponibilités, les sorties hebdomadaires du dimanche, auxquelles viendront s'ajouter de façon ponctuelle les sorties du jeudi. Nous réfléchissons aussi à différentes destinations pour les sorties de 4 jours : en janvier pour le ski de fond et raquettes (Nane vous en parlera en fin de séance) et au printemps vers le mois de mai. Il y aura peut-être un mini trek en juillet ou en août et enfin une sortie dans le sud pour la Toussaint. Si des volontaires ont des idées de séjour et l'envie de les concrétiser ils sont les bienvenus.

Je proposerais aussi cet hiver pour les aventuriers, une ou deux séances d'alpinisme hivernal dans les goulottes à l'envers de Chamrousse.

A ce propos vous savez que la production d'une attestation d'assurance pour les activités de montagne est obligatoire. La plupart du temps vous êtes déjà assurés par vos assurances multirisques. Cependant si un sociétaire désire souscrire une assurance spécifique pour les activités de montagne il peut en prendre une auprès de l'ANCEF.

Je rappelle encore que pour participer aux randonnées à ski et raquette, il est obligatoire d'être équipé d'un pack DVA et de savoir s'en servir. Le club proposera fin décembre ou début janvier une 1/2 journée de formation dans ce but. Une dizaine de DVA peuvent être prêtés par le club pour la saison. En raison du coût de remplacement d'un DVA un chèque de caution de 100€ est demandé. Les personnes intéressées par un prêt doivent se faire connaître auprès de moi-même à l'issue de l'AG.

Les séances d'escalade du mercredi à la SAE de la salle Berthe de Boissieux, ont dû être abandonnées faute

de participants.

Le prix des cotisations reste identique à l'année dernière, mais il faudra songer à l'augmenter pour la prochaine année car le budget du club, comme vous le verrez lors de la présentation du trésorier, est dans un équilibre précaire.

Vous le savez le mode de paiement des cotisations peut se faire de trois façons différentes : espèces, chèque, virement. Vous pouvez vous rapprocher de Jean à la fin de l'Assemblée pour reprendre votre adhésion. N'oubliez pas de remplir la fiche, ce qui permet au trésorier de tenir vos coordonnées à jour.

Pour terminer, je remercie chaleureusement ma coprésidente ainsi que son adjoint Alain qui se sont encore et toujours occupés de la gestion du chalet, je remercie Cécile qui a la lourde tâche de mettre à jour le site du club, et enfin je remercie les membres du CA, qui se sont investi une année de plus et dont j'espère qu'ils continueront cette année, puisqu'aussi bien, personne n'est volontaire pour les seconder ou les remplacer.

J'espère que les projets futurs élaborés par notre club et ses bénévoles sauront vous satisfaire tout au long de l'année qui s'annonce et je vous remercie de votre confiance.

Après le vote d'approbation de ce rapport, la parole sera à Jean qui vous présentera les comptes 2024, et le budget 2025.

Jean-Pierre Pelloux

Pour la deuxième fois je me présente devant vous en tant que coprésidente de l'Alpes-Club. Ce devait être une situation de transition en attendant la relève, mais hélas le provisoire dure...Pourquoi vous dire cela en préambule? Tout simplement parce que le Club a besoin de renouveau et ne peut végéter sinon il s'étiole. Mais le renouveau a dû se perdre en route. Alors en clair on vous attend pour animer cette belle aventure qu'est la vie du Club.

Mais cette année encore, le club a été actif, les sorties dominicales ont pu être réalisées grâce aux encadrants qui s'y sont engagés. C'est l'occasion de les remercier chaleureusement. Pourtant le planning a été difficile à organiser par manque de propositions, mais Jean-Pierre en parlera tout à l'heure.

Cependant depuis cet automne une nouvelle formule a été mise en place par les Pineri-Planchon : la sortie du jeudi. Il s'agit de sorties plus courtes, moins hautes avec un grain de culturel en plus, sans oublier la convivialité de rigueur. Cela correspond visiblement à un besoin car les participants sont nombreux. Le club s'adapte aux attentes des sociétaires qui eux aussi s'adaptent en fonction de leurs besoins. Merci Anne-Marie, Françoise Christian et Michel pour cette heureuse initiative.

Parlons maintenant du chalet. Il accueille toujours les sociétaires lors de week-end en exclusivité, mais cette année il y a eu une légère diminution des réservations. Dommage que ce petit cocon ne soit pas davantage occupé, d'autant que c'est un moyen de faire face aux frais conséquents qu'il engendre. Les passages ponctuels occasionnels ne sont pas faciles à quantifier car très souvent les personnes ne notent pas leur passage sur le cahier de fréquentation. C'est dommage car c'est un moyen de voir que le chalet est utilisé et apprécié. Pour éviter cette difficulté, nous allons modifier l'accès au chalet en utilisant la boîte à clés installée à l'entrée. Un code sera donné aux personnes qui souhaiteront passer au chalet, car nous avons réalisé que nous n'avons aucune maîtrise des clés distribuées depuis de nombreuses années. L'ouverture des deux autres portes se fera par une clé accrochée sur la porte à l'intérieur.

Vous verrez lors de la présentation du budget que le chalet est une charge très lourde pour le club et il importe qu'il soit utilisé au mieux par tous.

D'ailleurs en septembre il a eu droit à un bain de jouvence. Une quinzaine de sociétaires se sont mobilisés sur deux week-end et pour certains quelques jours avant et après pour réaliser un chantier « peinture » dans les pièces du bas. Avant la peinture, ce fut le ponçage, puis le lessivage des lambris puis le camouflage des boiseries, et après la remise en ordre de toutes les pièces. Efficacité bonne humeur et convivialité étaient au rendez-vous. Merci à tous.

Un autre chantier est en cours de préparation. Il s'agit de supprimer la terrasse qui est abîmée et de la remplacer par un toit sur l'abri à bois. C'est un gros chantier, nous aurons besoin de vous et nous vous solliciterons en temps utile.

Je ne veux pas oublier de remercier les membres du Conseil d'Administration qui ont œuvré avec nous en étant disponibles et efficaces dans leurs différents domaines

Agnès Chabert

LES FORMATIONS

Recyclage alpinisme à Chamrousse, 7 Avril 2024

Finalement nous étions 9 pour ce recyclage proposé par Jean-Pierre, soit trois cordées de 3 !

Il y avait Anne, Cécile, Dominique, Martine, Alexis, Christian, Michel, Yvon et bien sûr Jean-Pierre.

Tout le monde ou presque avait fait le choix de prendre les skis de randos à l'exception de Christian et Jean Pierre qui étaient en raquettes

Tout le monde prit les télécabines jusqu'à la croix pour être rapidement à pied d'œuvre, la journée s'annonçait chaude.

Nous prenons la direction des lacs Robert en suivant la piste et à mi-descente Jean Pierre nous propose de monter en direction d'une crête qui surplombe la piste.

Nous établissons notre camp à l'abri d'un rocher et commençons les révisions par les différents nœuds; à savoir : Nœud d'encordement (nœud de huit), nœud de pêcheur, de cabestan. Nous en profitons aussi pour revoir le machard pour l'encordement de la personne du milieu et le demi-cabestan pour l'assurance. Une fois les révisions terminées, nous partons encordés à l'assaut de notre crête. Nous commençons sans crampons, la neige étant molle. Progressivement la pente devient de plus en plus raide pour atteindre pas moins de 40° sur le haut et déboucher sur une crête mi-neige mi-rocher. Là nous décidons de mettre les crampons et de suivre l'itinéraire d'une via ferrata qui nous permettra de nous sécuriser sur un câble et contourner un piton rocheux pour reprendre pied sur la crête. De là nous redescendons face à la pente pour retrouver notre camp de base et pique-niquer.

Tout le monde étant très satisfait, il ne nous reste plus qu'à remonter la piste pour rejoindre la station pour une dernière photo devant le refuge d'Alpes Club, photo qui devrait être publiée dans le mag de Chamrousse.

Anne nous invite à boire un pot chez elle : c'est l'occasion pour fixer les dates de nos deux sorties Alpi de cette année :

- Le 02 et le 03 juin (dimanche et lundi) pour le col Jean-Martin depuis le refuge de la Muzelle
- Le 30 juin et le 01 juillet (dimanche et lundi) pour le refuge de l'Aigle

Michel L.



LES ACTIVITES PHARES DU CLUB :

La course des Seiglières

dimanche 14 janvier 2024

Ce dimanche, il y a eu une entorse au planning, il y avait de la neige, le chalet était disponible, le temps correct... Bref les conditions idéales pour envisager la course des Seiglières. Encore une entorse : le départ est fixé à 9h30 et non 17h habituellement.

25 courageux étaient présents pour participer à l'épreuve, en ski de randonnée, de rando nordique ou en raquettes. Le départ est donné par Michel et Jean-Pierre et la troupe s'élance vaillamment. Il ne fait pas froid mais le sol est bien gelé au départ car le chasse-neige a dégagé la neige et laissé une pellicule de verglas et des cailloux. Certains déchaussent puis rechaussent pour ne pas trop abîmer leur matériel. La file des concurrents s'étire au fil du temps et des kilomètres.

Les nouveaux venus ne connaissant pas le parcours ne se sont même pas perdus. D'ailleurs tout le monde est arrivé au chalet sans aucun dommage.

Vous pourrez analyser les performances de chacun en étudiant le tableau des résultats. Au passage, vous pourrez constater que j'ai battu mes records, mais j'étais serre-file et mon instinct de chien de berger m'a joué quelques tours.

Pendant ce temps, six personnes déjà au chalet avaient œuvré pour préparer le vin chaud et la fondue sous la houlette d'Alain. Ce fut apprécié par tous. Le chariot des desserts était là aussi.

Après le repas, Jean-Pierre et une dizaine de volontaires ont fait une révision de leurs compétences dans l'utilisation du DVA, aux abords du chalet. Pendant ce temps telle une fourmilière bien organisée chacun a mis la main à la pâte pour remettre en ordre le chalet.

Nous avons quitté Chamrousse sous un ciel voilé vers 16h. La journée même improvisée s'est bien déroulée. Tout le monde a participé avec plaisir et bonne humeur. Merci à tous et toutes.

Agnès C.



NOM	Nombre Participants	Prénom	Temps total	Classement
Ski de rando femmes	6			
Monier Anne			1h17	1
Catherine X			1h26	2
Emilie			1h28	3
Poensin		Dominique	1h39	4
Nane			1h46	5
Fournier		Cath	1h51	6
Ski rando hommes	4			
Pelloux		Eddie	1h04	1
Sebesi		Yvon	1h12	2
Roland			1h28	3
Marquet		Jean Mi	1h39	4
Skis nordiques	5			
Aymoz		Marie laure	1h34	1
Bresson		Nicole	1h42	2
Engilberge		Marie Pierre	1h47	3
Gallego-Riuz		Isabelle	1h55	4
Sabatier		Suzel	1h57	5
Raquettes femmes	5			
Ballay		Claude	1h14	1
Coste		Daniele	1h27	2
Piouche			1h57	3
Mazoyer Pascale			2h15	4
Chabert		Agnes	2h15	5
Raquettes hommes	1			
Mazoyer		Franck	1h28	1
Orga/collation	6			
Pineri		Michel		
Chabert Alain		Alain		
Ballay		Jean		
JPP				
Dumond		Marie Odile		
Geiger		Cécile		
Accompagnants				
Giroud		Claude		
Total	27			

4 jours à Vassieux

25 janvier 2024

Jour 1 : jeudi 25 janvier 2024

Sur une très bonne idée de Jean-Pierre pour notre traditionnel long week-end hivernal, nous prenons la route pour le sud du Vercors, plus précisément pour le col de Rousset, où tous les participants de ce séjour ont rendez-vous, côté Isère, peu avant le tunnel qui traverse le col en direction de Die. Sans surprise, pas de neige pour notre première journée mais heureusement le soleil est bien présent.

Le tunnel franchi, un parking opportunément bien placé, nous empruntons le GR de pays du Tour du Vercors drômois pour accéder au But de Nève (1656 m). Vue panoramique sur la chaîne du Vercors, le Dévoluy, etc. Le Grand Veymont nous paraît bien enneigé et pourtant ...

Après le pique-nique, pris sur la crête mais à l'abri du vent, le groupe se sépare. Certains menés par Jean-Paul vont continuer à pied jusqu'au gîte pendant que les chauffeurs iront récupérer les véhicules.

Nous continuons sur la crête avant de rejoindre le GR de pays jusqu'au col d'Alexis (1222 m) et le stade de biathlon. Nous emprunterons parfois les pistes de ski de fond, un peu glacées, gare aux chutes, avant d'atteindre le Pas du Pré, la Ferme du Pré, où un carré d'herbe sera le bienvenu pour une petite pause de fin de parcours. Le gîte des Carlines n'est plus très loin, que nous atteindrons vers 16 h 30. Parcours de 13 km, Dénivelé ??? peu importe, c'était une très bonne première journée.

Peut-être demain, pourrons nous chausser nos skis de rando nordique ?

Jour 2 : vendredi 26 janvier

Aujourd'hui nous allons tenter le ski. Nous préparons le matériel (le matériel de rando pédestre est dans les voitures au cas où l'enneigement serait insuffisant). Nous laissons les voitures au

parking du col de la Chau.

La neige est là. Ce sera ski. Jean-Paul prend la tête et nous partons sur une piste forestière que nous allons quitter à plusieurs reprises pour couper à travers bois. C'est l'occasion d'observer les traces d'animaux. Nous rêvons un peu devant de belles traces avec coussins et griffes. Un lynx, et non. Un blaireau sûrement. Nous rejoignons la belle Pelouse de Derbounouse, très ouverte. Il faut ruser pour ne pas déchausser, éviter les creux, enjamber les buissons de genévriers. Drôle de pratique. Nous passons des zones de forêts et atteignons la plaine Longue au bord de laquelle se trouve la cabane de Crobache.

Nous nous installons pour le pique-nique, dehors, il fait plus chaud que dedans. Une fois rassasiés, nous poursuivons en passant près du scialet Royer, fort impressionnant. Nous suivons un tracé au-dessus d'un beau ravin. Certains préfèrent déchausser par sécurité. Il est vrai que le chemin comporte pas mal de pierres et de racines apparentes. Pas les conditions optimales. Plus loin, une belle pente enneigée encourage certains à s'essayer au télémark. Nous continuons sur une belle piste de fond (ou forestière) et rejoignons la station de Font d'Urle. La dernière partie se fait sans encombre sur une piste partagée avec les chiens de traîneaux. Ils sont prêts pour le départ, bottes aux pieds pour éviter les coupures de la glace.

Finalement, les conditions étaient correctes, la neige molle et douce et le temps magnifique. Il aurait été dommage de se priver.

Marie-laure

Jour 3 : samedi 27 janvier

Pour le 3e jour de ce week-end en Vercors, le col de la Chau, relativement enneigé, est encore notre point de départ. Nous suivons un moment la piste réservée aux traîneaux à chiens puis nous la délaissions pour monter droit dans la forêt vers les crêtes de la Gagère. Nous débouchons en terrain dégagé près du Pot de la

croix à 1545m. Les crêtes de la Gagère se déploient devant nous, mais elles sont vraiment déneigées et nous décidons de rester en lisère de forêt.

En rasant il est possible d'être toujours sur la neige. Après la visite du scialet des Cloches et au prix de quelques montagnes russes nous arrivons en vue de Font d'Urle. Là, pas d'alternative, c'est de l'herbe, il faut descendre à pied. Le pique-nique est décrété au soleil, une partie du groupe va visiter le village (une dizaine de maisons). Nous tentons ensuite de rejoindre une route forestière qui coupe à niveau toutes les pistes de ski. Elle est en neige molle un certain temps, puis les alternances de descentes gelées et de montées glissantes finissent par lasser les participants. L'après-midi est bien avancé et la décision est prise de rebrousser chemin et de rejoindre le col de la Chau depuis le bas des pistes, par un itinéraire déjà suivi la veille. Les descentes posent quelques problèmes aux novices, mais chacun s'adapte, soit en ski-couple, soit à pied. Nous retrouvons les voitures accueillis par le vacarme assourdissant d'une trentaine de chiens. Jean Paul et Martine qui ont fait du télémark nous retrouvent pour le pot final, pris dans la très agréable librairie -gîte-café-bar de Vassieux.

Jour 4 : dimanche 28 janvier

ski à Fond d'Urle

Jean-Paul et moi-même optons pour un entraînement télémark afin de mettre en pratique les techniques revues quelques jours auparavant. Le démarrage est plus que délicat car les pistes sont gelées, avec des stries laissées par les dameuses. Jean-Paul semble à l'aise alors que je galère et descends doucement et péniblement la piste verte. Les essais sur le domaine mieux exposé s'avèrent aussi difficiles ; j'abandonne alors Jean-Paul pour me contenter d'un parcours raquette magnifique, la Petite Jujufrey.

Retour au départ vers 13h pour reprendre des forces et rejoindre

l'équipe SRN que nous loupons de peu, juste eu le temps d'apercevoir Christian, retirant ses peaux pour enfin jouir d'une vraie descente.

Rendez-vous fixé au café/librairie/cave à vin pour apprécier une nouvelle fois l'accueil de notre aimable hôte et le pot commun où les échanges vont bon train sur l'état des pistes et le manque de neige.

Martine

Jour 4 : dimanche 28 janvier,

randonnée pédestre en forêt et crêtes, But Saint-Genix.

Nous partons du parking du musée de la Préhistoire de Vassieux, situé au milieu des bois et entamons la montée par une large piste forestière. Nous la quittons assez vite pour emprunter à droite un chemin montant dans la combe de Gasa. Le paysage s'ouvre, au pas de Bouillanain nous prenons le sentier des crêtes à gauche. Il nous faut encore passer par le pas Florent, petite descente et longue montée pour atteindre le But Saint-Genix. Au sommet (1644m), nous prenons le temps d'une longue pause pour admirer la vue à 360°, magnifiques panoramas, sur les premiers contreforts des Baronnies et du Ventoux, les 3 Becs, la vallée du Diois, la Drôme qui serpente en fond de vallée, à nos pieds, Saint-Jullien en Quint, au-dessus le plateau d'Ambel et la Tête de la Dame, presque en demi-cercle, la dentelle formée par les crêtes du plateau de Font d'Urle. Les hauts plateaux dominés par la chaîne du Vercors, la Grande Moucherolle et les 2 Sœurs, le Grand Veymont, puis la montagne du Glandasse. Un grand absent, le mont Aiguille! Derrière, les Écrins, le Dévoluy forment une chaîne aux sommets enneigés.

Nous attaquons la descente par un grand virage à gauche sur une sente assez raide, pierreuse et ventée, toujours en crête. Nous pique-niquons au soleil, face au Glandasse dans une petite prairie sur la crête. Micro-sieste avant de reprendre la descente plus douce, par la crête au début et un chemin

en forêt à gauche ensuite.

Nous visitons le refuge de Vassieux en bois, de forme hexagonale (identique au refuge de Chamailoux) une grande table, un petit poêle à bois et des bat-flancs superposés. À 1/4 d'heure, nous trouvons la Fontaine du Plainet. Nous poursuivons au milieu des épicéas pour rejoindre Espeline, un carrefour, la piste du départ et le parking.

Nous nous arrêtons à Vassieux pour la 3e fois au café/librairie l'Espeline, nous avons apprécié ce lieu calme, devant la cheminée, à côté des livres et son accueil discret et bienveillant pour le pot de fin de séjour avant de nous séparer.

Cette belle rando clôt notre séjour de 4 jours, séjour très apprécié par Nane, Jean et Claude, Jean-Paul et Nicole, Marie-Laure, Martine, Suzel, Christian, Anne, Jean-Pierre et Isabelle.

Merci à toutes et tous qui avons gardé notre bonne humeur sur la neige verglacée !

Merci à Jean-Pierre et Jean-Paul qui ont proposé de belles randos malgré le manque de neige.

Séjour réussi malgré la pénurie de neige, avec le soleil, un gîte confortable, des repas excellents, et les décors somptueux du sud Vercors. Une petite critique cependant pour les propriétaires du gîte, sympathiques, mais manquant vraiment trop de souplesse dès qu'ont bouscule leur routine.

Isabelle

4 jours à Névache

21 mars 2024

Jeudi 21 mars – 1ère journée

Regroupement à 7 h 30 au parking de l'Odyssée à Eybens pour Agnès, Anne, Cécile, Yolande, Jean-Michel, Joël et Jean-Michel. Nous prenons la route pour le col du Lautaret.

Suite à la proposition de Cécile, nous nous dirigeons vers le hameau du Lauzet pour aller faire le vallon du Fontenil. Les voitures sont posées près du gîte du Pas de l'Âne, au hameau de la Boussarde

qui borde la Guisane à 1626m d'altitude. Après avoir chaussé, les skis ont néanmoins dû attendre la traversée de quelques prairies déneigées, avant d'atteindre la forêt skiable de mélèzes. Vers 2000 m, le vallon et son grand cirque nous apparaissent. Nous atteignons l'objectif fixé (750 m de dénivelé) sous les hauteurs du lac de Combeynot. Pique-nique au soleil, et s'en suit une descente agréable, la neige facile à skier aidant. La fin du parcours se terminera dans la forêt de mélèzes pour les plus aventureux et en bord de forêt pour les autres.

Nous reprenons la voiture, pour atteindre Névache, 40 km plus loin, lieu de notre villégiature. Névache est la plus haute commune de la vallée de la Clarée, elle est située à 1596 m. C'est un authentique petit village rural de 350 habitants permanents. Le territoire de Névache est composé de la Haute Vallée de la Clarée classée au titre des Sites naturels depuis 1992, dont le nom s'inspire de la rivière qui la traverse et de la Vallée Étroite.

Au gîte du Mélézets, nous sommes accueillis par Mathieu et Émilie, nos hôtes et nous retrouvons Judith, Pascal et Guy. Hasard des calendriers, notre groupe était seul dans le gîte, ce qui a contribué à la convivialité d'un séjour "comme à la maison" ! À 18h, Vincent, fromager de son état, et ami de Mathieu et Émilie, nous a challengé sur un Quizz spécial fromages, accompagnant l'apéritif maison offert. Nos connaissances et reconnaissances de fromages ont à notre grande surprise étaient mises à rude épreuve, mais les papilles en furent récompensées. Si le panneau de Névache se trouve toujours dans le bon sens, c'est parce que les vaches ont déserté le village au fil des années. Né-vaches, No-vaches. L'apéritif fut très agréable, à discuter de la provenance des fromages, des pâtes cuites, de l'affinage et nous avons pris le repas en compagnie de Mathieu.

Vendredi 22 mars – 2e journée

compte-rendu rédigé par Joël

But de la randonnée à skis de la journée : crêtes de l'Échaillon au-dessus du refuge de Buffère; participants Agnès, Anne, Cécile, Jean-Michel, Joël, Judith, Pascal, Yolande, Yvon (Guy faisant du ski de fond de son côté).

Après un copieux petit déjeuner pris à 7h30, nous n'avons pas traîné pour monter en voiture jusqu'au grand parking de Névache (environ 1600m, devant le syndicat d'initiative), la route étant coupée au-delà du village.

Après un coup d'œil à la très belle église Saint Marcellin (XV-XVIIIe siècle) et ses magnifiques portes, c'est vers 8h45 que nous partons sur les conseils (finalement mal avisés) de notre sympathique hôte Mathieu vers la rive droite de la Clarée, en passant par le pont de l'Outre, en prenant un chemin tantôt à skis, tantôt à pied, mais qui se révèle de moins en moins cool, le choix étant soit de se rapprocher trop près de la rivière au risque de faire le plongeon, soit de monter – descendre sur un sentier parfois bien gelé en surplomb. Finalement, ce n'est que vers 10h30 que nous repartons du pont du Ratel (1750 m) pour monter au refuge de Buffère (vers 2075 m), et comme après tous ces efforts nous avons besoin de nous réconforter, nous nous installons sur la terrasse ensoleillée du refuge pour prendre café ou boisson fraîche.

Ainsi requinqués, nous repartons direction les crêtes de l'Échaillon ; Agnès stoppe à mi-chemin en-dessous, et Pascal file vers le Grand Aréa (2869 m) pendant que le reste de la troupe arrive sur les crêtes vers 2650 m un peu après 13h30 ; pique-nique bien apprécié avec vue splendide, tout en surveillant la progression de Pascal. Descente dans de bonnes conditions, nous retrouvons Agnès et Pascal au refuge puis descente sur la piste parfois bien étroite jusqu'au pont du Ratel, avant cette fois de rejoindre la route et des raccourcis côté rive gauche de la Clarée jusqu'à Névache,

itinéraire bien plus rapide que le matin. Nous retrouvons Guy avec plaisir à une terrasse à l'entrée du village autour d'une excellente bière bien méritée ; Guy a pu faire deux petites boucles de ski de fond, mais sur une piste gelée.

Au total pour les crêtes de l'Échaillon, nous avons fait environ 1150 m D+/D- et 18km.

Le dîner servi par notre hôtesse Émilie, fan de recettes originales de cuisine, était le suivant : salade de chou-fleur, brocolis et carottes; crumble de truite et butternut, riz, crème fouettée au curry ; frais de brebis ; mousse au chocolat, citron, fève de tonka. Sans oublier un digestif d'un mélange vulnérable – thé des Alpes préparé par Jean-Michel. De quoi faire de beaux rêves après discussions autour des cartes pour la course du lendemain.

Samedi 23 mars – 3e journée

Deux projets différents pour cette seconde journée à Névache : une sortie ski et une sortie découverte culturelle:

- Une équipe rando réduite à 6 : Cécile, Jean-Michel, Joël, Pascal, Yolande et Yvon, rédacteur du compte-rendu partie ski – avec pour objectif la crête de Baude.

Les voitures sont garées juste à côté du panneau B0 qui à la sortie de Névache interdit toute circulation dans la vallée haute de la Clarée, avec une petite inquiétude de PV qui fera des blagues toute la journée, car la traversée du village est réservée aux riverains. On emprunte la route sèche, skis sur le sac. La petite pluie du matin a déjà cessé et le vent déchire juste les nuages. On se divise en 2 groupes – qui chemin, qui bitume – mais moins d'une heure plus tard on est tous skis au pied au pont de Ratel, prêts à entamer notre seconde montée au refuge de Buffère. Un bien meilleur démarrage que la veille ! Chacun monte à son rythme et on se regroupe au refuge. Le vent de nord-ouest déjà gênant nous fait hésiter à nous installer en terrasse.

Sur la crête de l'Échaillon, atteinte la veille, nous le voyons soulever de gros voiles d'une neige pourtant bien transformée. Mais comme la veille, on fait finalement une bonne pause-café-boissons pour repartir à 10h30. Cécile en méforme pense se limiter au col de Buffère mais Pascal la convainc de nous suivre, autant qu'elle pourra et à son rythme. Nous suivons le ruisseau de Gardiole puis nous le traversons par un pont de neige étroit pour amorcer la montée nord-ouest vers la crête. Le vent ne faiblit pas, au contraire, soufflant en rafales suffisamment violentes pour me faire tomber, assez heureusement du côté amont. À midi, Pascal est le premier sous la crête de Baude. Le projet initial – longuement élaboré la veille avec cartes et topos – était de tenter la bascule pour une descente côté nord. Nous l'avions déjà abandonné mais le franchissement de la corniche à ski ou à pied, pour voir le paysage et jeter un œil à ce départ nord ne nous fait rien regretter : la descente côté sud, déjà reconnue est bien plus raisonnable pour nous dans ces conditions météo. Beaucoup de plaisir à nos virages sur une neige demeurée bien ferme sous ce vent frais et nous nous abritons dans une combe pour un pique-nique très ensoleillé. Puis nous faisons une nouvelle pause-café au refuge, offerte par Cécile très contente d'avoir finalement tout fait avec nous. Nous suivons le conseil de la gardienne du refuge de descendre par la forêt pour éviter le chemin encore bien gelé. Un conseil aussi peu judicieux que celui de la veille de Mathieu – notre hôte au gîte – de longer la Clarée par le GR. Pascal et Yolande persévèrent jusqu'en bas, quand les autres rejoignent le chemin. Cécile et Joël descendent à pied toute la partie pentue. Jean-Michel et Yvon essayent d'éviter le chasse-neige en dérapant en forêt sur une neige dure cassante, bien peu skiable.

Le retour à Névache se fait aussi à pied par la route. Vers 16h, nous retrouvons l'équipe des promeneurs (Agnès, Anne, Guy et



Judith) de retour du refuge du Ricou pour partager bières de Serre-Ponçon, vin chauds, boissons énergisantes au gingembre et les derniers rayons du soleil de cette bonne journée, avant de rentrer au gîte pour la dernière soirée.

- Sortie découverte culturelle et marche depuis Névache vers le refuge Ricou – Agnès, Anne, Guy et Judith.

Après avoir déposé la voiture au parking de Névache, pour prenons la route en traversant les hameaux de Lacha, de Fontcouverte. Nous découvrons de nombreuses chapelles présentes : chapelle Notre Dame de Bons Secours, Sainte Barbe du Verney, Sainte Marie de Fontcouverte. Nous croisons quelques quads, ces derniers ont remplacés les ânes comme moyen de locomotion pour les refuges de Ricou, Laval et des Drayères. Passé le hameau de Foncouverte, nous prenons le chemin qui monte à droite et nous amène au bout d'une petite heure au refuge de Ricou. Ce refuge est situé à 2115m d'altitude. C'est un vieux chalet d'alpage qui a été transformé en 1988 par la famille Ravary en refuge de moyenne montagne. Une pico-centrale fonctionnelle depuis 2019, assure l'autonomie énergétique. Financée en crowdfunding par des citoyens, cette installation leur a demandé plus de deux ans de dossier administratif, 3 mois

de travaux, mais cela en valait la peine ! Les gaufres et gâteaux en terrasse ne nous dirons pas le contraire, dégustés en contemplant le magnifique panorama.

De retour à Névache, nous découvrons l'église Saint-Marcellin, joyau du XVe siècle avec son style architectural roman-lombard. Les portes, en pin cembro magnifiquement sculptées d'entrelacs gothiques et draperies en plis, ont été classées Monument historique dès 1906.

Dimanche 24 mars – 4e journée

Hésitation pour la destination de la dernière journée : le col des Trois Frères Mineurs ou le Collet Vert sur Montgenèvre? Après avoir pris quitté le gîte des Mélézets et nos hôtes, le manque de neige dans la station nous fait choisir la destination du Collet Vert. C'est un très joli parcours, assez technique, qui commence dans la forêt et se poursuit dans un vallon assez soutenu nous obligeant à remettre les couteaux et crampons pour certains. Toujours avoir les petits crampons dans son sac, tel est le mantra de Pascal. N'ayant que peu d'espoir que la neige décaille pour la descente en raison d'un petit vent froid, décision prise de descendre par les pistes. Un petit endroit bien abrité nous accueillera pour le pique-nique au soleil.

Dernier pot à Briançon, en face de l'entrée de la vieille ville pour conclure ces 4 jours enchanteurs

ou nous avons bénéficié d'une tempête de ciel bleu dans une région magnifique, avant de nous séparer et prendre le chemin du retour.

Le gîte des Mélézets est une très bonne adresse, (chambre, cuisine, accueil, tarifs) nous vous le recommandons sans souci.

Anne

Séjour à Chamonix

8-11 juillet 2024

Un séjour à Chamonix, "Capitale mondiale de l'alpinisme" est un dépaysement assuré (malgré la foule) dans un univers de hautes montagnes enneigées et inaccessibles pour la plupart d'entre nous. Nous étions cependant 10 à vouloir nous approcher des sommets mythiques du massif du Mont-Blanc : Anne, Anne-Marie, Babette, Danièle, Martine, Yolande, Michel L., Jean-Pierre, Nane et Cécile, les organisatrices.

Lundi 8 juillet :

Le Chapeau et la Tête de Prapator. Notre groupe composé de 10 personnes se retrouve en haut du hameau du Lavancher vers 10h30 pour un petit café avant la montée au Chapeau 1580 m pour nous permette de (re)découvrir la mer de glace ou du moins ce qu'il en reste... cependant le panorama est magnifique.

Le circuit se poursuit par une montée raide et pénible surtout que le soleil est au zénith et nous mène jusqu'à la Tête des Prapator, objectif de cette petite rando d'une demi-journée.

La descente est agréable en sous-bois.

La première nuit est prévue au "Chalet", 14 route des Mouilles à Chamonix où nos hôtes nous accueillent avec sympathie et enthousiasme. Le gîte est très agréable et bien équipé avec beaucoup de goût et le menu sera succulent.

Un petit tour à la micro-brasserie du coin de la rue avant d'aller

visiter Chamonix et sa célèbre statue érigée place Balmat en plein centre.

Nous admirons les façades "Belle Époque" ou "Art déco" qui font le charme de la vallée de Chamonix-Mont-Blanc et nous ne nous lassons pas de contempler ces gigantesques aiguilles fascinantes au-dessus de nos têtes, bien difficiles de s'y retrouver et surtout de les lister.

Martine

Mardi 9 juillet : La Jonction

Aujourd'hui nous marchons sur les traces de Jacques Balmat et de Michel Paccard, les premiers à avoir foulé le sommet du mont Blanc le 7 août 1786...mais on s'arrête bien avant à la Jonction !

La Jonction est le nom d'un éperon rocheux au sommet de la montagne de la Côte à 2589 m où deux grands glaciers, le glacier des Bossons et celui de Taconnaz, ne font qu'un. C'est une très belle randonnée sans difficulté technique si ce n'est qu'il faut gravir 1500 m de dénivelé. Nous décidons de la réduire en prenant le télésiège des Bossons qui nous fait gagner 300 m en quelques minutes.

Tout d'abord sous les sapins, un long sentier, qui petit à petit se raidit, nous amène au chalet des Pyramides à 1895 m, ancienne

buvette maintenant fermée. La vue sur la vallée de Chamonix est magnifique, celle sur le glacier des Bossons saisissante. La montée continue plus raide et sur un sentier moins facile avec des pierres qui forment des marches très hautes. Un petit replat nous permet de faire une pause bien méritée et d'apercevoir que le sentier redescend avant de remonter sous le mont du Corbeau. Nane confirme à ce moment-là ne pas vouloir aller jusqu'à la Jonction, mais continue à son rythme jusqu'au mont du Corbeau. La vue est toujours époustouflante côté glacier des Bossons avec l'aiguille du Midi en ligne de mire et côté glacier de Taconnaz avec la vue sur le dôme et l'aiguille du Gouter et sur le mont Blanc. Le groupe s'échelonne un peu mais tout le monde tient le coup. Encore un petit replat sur le mont du corbeau puis c'est la montée finale dans les roches. On voit apparaître les 3 gros blocs de granit sous lesquels Jacques Balmat et Michel Paccard ont bivouaqué lors de leur première ascension. Depuis, ce lieu est nommé « Gîte à Balmat » et une plaque rappelle l'exploit de ces 2 hommes.

Nous, nous approchons du but... et arrivons au bout de 4h30 pour les

premiers et 4h50 pour les derniers à la Jonction où nous nous arrêtons pour profiter du paysage et pique-niquer. Le spectacle est grandiose : glaciers, séracs, crevasses n'ont jamais été aussi près pour un randonneur. La vue est fantastique : l'aiguille du Midi, les 3 monts : mont Blanc du Tacul, mont Maudit et mont Blanc, l'aiguille du Gouter, le refuge des Grands Mulets perché à 3057 m. Pendant notre pause nous suivons les alpinistes sur le Grand et le Petit Plateau et profitons de ce magnifique paysage unique au monde.

Mais il faut penser à la descente. 3 heures sont au minimum nécessaires et le télésiège ferme à 18h. Nous y arrivons en ordre dispersé. Seule Nane aura pu profiter de la buvette des Bossons à côté du télésiège avec une vue imprenable sur le glacier. Pour nous autres, bien que nous ayons très soif, ce sera porte close, mais heureusement le télésiège tourne encore.

Des étoiles pleins la tête, et bien fatigués, après cette magnifique journée de 1300 m de dénivelé et 10 km, nous reprenons nos voitures pour aller à notre prochain camp de base, le chalet du Club alpin, qui se trouve plus loin dans la vallée de Chamonix au hameau du Tour au-delà d'Argentière.

Cécile



Mercredi 10 juillet :

Le refuge Albert 1er

Objectif du jour, le refuge éponyme. Pas de voiture à prendre puisque le départ se situe au hameau du Tour, à proximité du Chalet du Club alpin où nous logeons. La télécabine de Charamillon puis le télésiège des Autannes permettent de réduire considérablement le dénivelé à la montée et de profiter d'un panorama unique dans un univers de haute montagne.

Depuis l'arrivée à 2200 m du télésiège, le sentier bien tracé, part en balcon. Au début de la randonnée, la vue porte sur le massif du mont Blanc, les Aiguilles de Chamonix, et sur la gauche, la Verte et les Drus. La sensation de

haute montagne est très forte face aux crevasses du glacier du Tour que nous suivons tout au long de la montée. Un peu plus loin, ce sont les Aiguilles Rouges qui se laissent contempler.

Nous franchissons un court passage un peu aérien mais équipé d'une rampe métallique. Après un pierrier, le sentier nous conduit jusqu'à la moraine en passant par un névé. Le reste de la montée se déroule principalement sur cette moraine. Le grand refuge Albert 1er dominant le glacier se dévoile à nous. Pique-nique pris sur la terrasse du refuge, puis café accompagné d'un brownie à l'intérieur. C'est un refuge de haute montagne relativement accessible. Il a été construit en 1930. Le roi des Belges, Albert I, par l'intermédiaire du Caf alpin belge en finança la construction. Albert 1er était membre honoraire et/ou actif des Club alpin français, de l'Alpin Club mais aussi du Club alpin italien et du Groupe de Haute Montagne (GHM). Devant l'augmentation de la fréquentation, le refuge fut agrandi par la suite, en 1935, 1959 et 2014. C'est un refuge très confortable.

Ensuite nous avons marché un peu au-dessus du refuge pour profiter du panorama du site.

Le retour, par le même chemin, nous a permis d'admirer vers le Nord, la Suisse avec le Col de Balme et le Lac d'Émosson en

face, objectif du lendemain.

Anne

Jeudi 11 juillet :

Le barrage d'Émosson et les traces de dinosaures.

C'est donc vers la Suisse que nous décidons aujourd'hui d'aller traîner nos souliers, sous un soleil voilé à la recherche des traces de Dinosaur. Nous prenons nos véhicules pour monter au Barrage d'Émosson. Du parking situé à 1965m d'altitude nous avons une vue imprenable sur toute la chaîne du Mont-Blanc, mont Blanc qui ce matin a revêtu son chapeau, signe que le mauvais temps n'est pas loin. Pour nous accueillir un magnifique T rex coiffé de son casque de chantier : nous en profitons pour faire une photo de groupe grâce à la gentillesse d'un randonneur qui passait par là. Pour cette randonnée nous sommes 9 : Anne-Marie, Babette, Cécile, Danielle, Martine, Nane, Yolande, Jean-Pierre et Michel.

Nous commençons à descendre pour traverser le barrage et de là longer le lac avant de prendre sur la gauche par la gorge de la Veudale. Au bout de deux bonnes heures nous arrivons à une crête située à 2500 m d'altitude face au Cheval Blanc, après avoir traversé sans difficulté plusieurs névés en suivant Yolande qui faisait la trace. Il est midi et nous décidons de redescendre vers le lieu des Empreintes de dinosaures afin de

nous mettre à l'abri du vent. En redescendant nous croisons un groupe d'adolescents encadrés par trois jeunes séminaristes en soutane et chapeau noir : Anachronisme !

Sur le lieu des traces nous décidons de pique-niquer tout en observant un groupe de trois jeunes gens en train de traverser sous la pointe à Corbeaux se dirigeant vers le Cheval Blanc dans une pente à 40°. Fort heureusement la neige n'est pas en glace et même si l'un d'entre eux fait une chute d'au moins 200 m, ils s'en tireront avec plus de peur que de mal : Inconscience !

Une fois repus, sous la houlette de Jean Pierre et avec la trace Gpx de Babette, nous partons à la recherche des fameuses empreintes, qui datent quand même de 270 millions d'années, de nos illustres prédécesseurs sur cette planète : finalement nous trouvons, en particulier grâce à des marques blanches, les fameuses empreintes que nous mitraillons de nos appareils photos et téléphones : Satisfaction !

Vers 14h, il est temps de repartir en poursuivant un chemin surplombant le lac du Vieux Émosson tout en traversant quelques névés jusqu'à l'ancien barrage et la cabane auberge où le groupe se séparera en deux : Anne-Marie, Nane et Jean Pierre prenant la route tandis que les autres remonteront pour rejoindre le milieu de la gorge de la Veudale et de là redescendre par le même chemin pris le matin.

Sur la route du retour, dans la descente du col des Montets, nous nous arrêtons à l'auberge de la Boerne, où nous prenons le pot de l'amitié dans un cadre bucolique à souhait : Ravissement !

Magnifique boucle de 13,5 km et 800m D+ : Un grand merci à Cécile Nane Babette et tous les autres !

Michel

Vendredi 12 juillet :

Retour à Grenoble.

Une dernière randonnée dans les Aiguilles Rouges aux lacs de Cheserys était prévue, mais le



temps n'était pas avec nous. Le « chapeau » sur le mont Blanc s'est avéré exact dans ses prévisions : c'est sous la pluie que nous avons plié bagages pour retourner dans nos pénates !

Séjour à la Sainte-Baume

du 28 au 31 Octobre 2024

Lundi 28 octobre 2024 :

Grotte Marie Madeleine et col du Saint-Pilon.

Le rendez-vous à l'hostellerie était fixé vers midi et demi. Tous les participants inscrits étaient présents, sauf Jean-Pierre, Maryse, et Catherine, obligés d'annuler au dernier moment. Le pique-nique était prévu près de l'Hostellerie, point de départ de la rando. La montée par le chemin du Canapé est assez raide mais nous atteignons assez rapidement la grotte dédiée à Marie-Madeleine. Il y a beaucoup de monde, randonneurs et pèlerins. Une partie du groupe se dirige vers le col du Saint-Pilon et sa chapelle que nous apercevions depuis notre arrivée sur la crête au-dessus des bâtiments religieux. D'autres décident de descendre, le col du Saint-Pilon étant aussi au programme un jour prochain.

Rando de 5 km et 300 m de

dénivelé, une petite mise en jambes pour la suite.

Laurence ayant eu l'excellente idée de récupérer toutes les clés des chambres, nous nous installons donc rapidement avant de nous retrouver pour 18h30 dans la salle qui nous était réservée. Ce qui nous a permis de festoyer entre nous ! L'apéritif est offert ce soir-là par Cécile qui fête son anniversaire avec du Prosecco. Le lendemain soir ce sera Jean-Michel qui fête ses 70 ans avec Clairette de Die ... Le troisième apéritif sera offert par tous, chacun comme d'habitude n'ayant rien oublié.

Le repas est servi à 19h15 précédé du bénédicité, très bref... Dès 20h30 nous rejoignons notre salle où les enfants ont trouvé leur coin pour jouer aux cartes. Le Quizz apporté par Anne a eu son franc succès ! Les adultes s'entretiennent du programme du lendemain que je leur présente grâce aux topos d'un ami cafiste.

Nane

Compte-rendu du groupe « cool »

Un petit groupe s'est formé pour des marches plus cool. Nous avons ainsi réuni Françoise et Christian Planchon, Alain Chabert, Les Rochereau (Laurence, Rémy, Jules, Victor), Anne-Marie, Astrid et Michel Pinéri.

Nous avons partagé, avec l'ensemble du groupe Alpes Club et de nombreux pèlerins, le premier jour la montée à la grotte de Marie-Madeleine par le chemin des Rois. Dans cette grotte se trouve une statue de Marie-Madeleine et un reliquaire contenant les reliques de la sainte. Nous avons profité de la vue sur la Montagne Sainte-Victoire et le plateau de la Sainte-Baume.

Le second jour nous a permis de rejoindre par le Sentier merveilleux l'oratoire de Miette. Ce sentier porte bien son nom avec un cheminement dans la forêt avec une végétation très diversifiée (pins sylvestres, tilleuls, houx, érable, chênes, ifs, etc). Une belle récolte de cèpes a agrémenté notre randonnée. Après un pique-nique dans le parc de l'Hostellerie nous nous sommes rendus à la Glacière de Pivau. Cet édifice de 25 mètres de hauteur, récemment rénové, faisait partie d'un ensemble de 17 glaciers édifiés dès le premier siècle. La glace stockée au cours de l'hiver était ensuite débitée en été pour alimenter les cités voisines jusqu'à Toulon et Marseille.

Pour ce troisième jour nous sommes partis du village de Plan d'Aups et sommes descendus par un chemin chaotique dans un canyon. Nous avons apprécié l'environnement et les sous-bois mais avons vite renoncé du fait de la raideur des pentes. Au retour nous avons visité l'église romane du Plan-d'Aups avec les commentaires du curé et un long sermon aux enfants. Un pique-nique agréable sur la place de l'église suivi d'un café sur la place du village ont clôturé notre journée.

Le groupe a apprécié l'ensemble du programme (randonnées cool, pique niques partagés, temps superbe, ambiance sympathique)
Michel P

Mardi 29 octobre :

Randonnée au pic de Bertagne et aux grottes.

Pour cette deuxième journée, Nane nous propose de découvrir la partie ouest du massif avec



à la clef une vue sur Marseille et Aubagne depuis le pic de Bertagne et un retour par le vallon de Betton et la découverte de deux grottes dont la fameuse grotte aux œufs. C'est donc à 16 que nous partons en voiture jusqu'au village d'à côté de Plan-d'Aups-Sainte-Baume où nous nous garons au parking de la Brasque. De là nous empruntons le GR de pays qui nous mène jusqu'au col de Bertagne. C'est l'occasion de faire découvrir à nos trois jeunes aventuriers (Gabin, Antoine et Arthur) les règles de la randonnée (rester accompagné, suivre le balisage, s'arrêter à chaque intersection). Du col de Bertagne nous prenons à gauche et après avoir atteint la crête nous redescendons pour prendre la route qui mène aux antennes situées à proximité du pic que nous atteindrons après avoir contourné l'enclos protégé zone militaire des antennes. Du pic la vue est magnifique mais il est trop tôt pour pique-niquer et donc nous retournons sur nos pas pour aller plein Est en direction d'autres antennes que nous atteignons vers midi, il est alors temps de pique-niquer à l'ombre d'un bosquet ou en plein soleil pas très fort en cette saison en fonction du choix de chacun.

Une fois restaurés, nous reprenons notre chemin toujours plein est, en suivant le GR avant de prendre un chemin sur la gauche qui nous

permettra de basculer côté Nord pour rejoindre le vallon de Betton. La marche est facile les discussions vont bon train à tel point que nous ratons l'embranchement vers la grotte de Betton, mais pas question d'en rester là, nous décidons de remonter puis d'emprunter un chemin raide jusqu'au pied de la falaise sous la direction de Anne et les enfants très motivés par l'aventure. Nous pénétrons dans la grotte et découvrons des peintures rupestres "récentes" ainsi que des ex-voto à Sainte Marie-Madeleine. Après cette première grotte, tout le monde ou presque est motivé pour aller vers la grotte aux œufs lieu chargé "d'esprit" propre à favoriser la fertilité et toujours visité comme nous avons pu nous en rendre compte en arrivant ou nous avons assisté à une "courte" cérémonie organisée par trois personnes présentes sur place qui nous aideront à pénétrer dans la grotte à l'aide d'une corde puis descendre dans la salle où nous avons pu découvrir un petit lieu d'offrande baigné par la douce lumière de bougies. Les enfants furent les premiers à vouloir descendre et le papy était tout content de les accompagner. Ce fut le clou de la journée. Il ne nous reste plus alors qu'à redescendre par le chemin de montée glissant et encombré et après avoir rejoint le chemin principal nous prenons la direction de l'hostellerie alors que le soleil

est déjà en train de se coucher. Superbe journée qui laissera pleins de souvenirs merveilleux.

Participants : Nane, Anne, Cécile, Agnès C, Agnès R, Isabelle, Nicole, Martine, Claude, Marie Odile, Suzel, Jean, Michel, Gabin, Antoine et Arthur

Boucle de 13 km et 500m de D+ Michel L

Mardi 29 octobre :

Escalade, secteur Le pin de Simon. Nous étions 3 à grimper – Jean-Paul, Jean-Michel et moi – et avons choisi le secteur du Pin de Simon qui se trouve sur la route de Géménos après avoir passé le col de l'Espigoulier. Les voies sont de superbes dalles calcaires à l'équipement souvent éloigné. Elles se trouvent dans un très joli vallon assez sauvage. Nous avons mis un peu de temps à trouver le pied des voies, le topo étant par moment peu détaillé. Mais nous y voilà ! Seuls au monde et prêt à en découdre avec le rocher. Au début grand calme puis, malheureusement, un fond sonore vrombissant de voitures de sport et de motos nous accompagne. Il a duré toute la journée, heureusement avec une pause à midi ! Cela ne nous a pas empêché de profiter de cette belle journée de grimpe. Les cotations étant sèches, il fallait être attentif dans nos choix de voies, mais nous avons tous appréciés ce beau calcaire et le soleil qui ne nous a pas quitté de la journée.

Cécile

Mercredi 30 octobre :

Pas de l'Aï - col du Saint-Pilon.

Après l'exploration du coté ouest du massif de la Sainte-Baume, nous partons pour la découverte du coté est sur une randonnée qui nous mènera au Pas de l'Aï (1 051m) puis retour par le col du Saint-Pilon que nous avons déjà franchi le premier jour. Mais aujourd'hui, pas de grottes à explorer.

En partant de l'hôtellerie de la Sainte-Baume, nous atteignons la très belle forêt domaniale. Ce "sentier Merveilleux" porte bien



son nom. Cette forêt magnifique et très variée, hêtres, tilleuls, chênes, érables pourrait étonner dans ce pays provençal mais ils sont dus à la pluviométrie généreuse du lieu. Les Ligures pratiquaient déjà leurs cultes parmi ces arbres sacrés. Arrivés au pas de l'Aï nous arrivons au point est de la crête. Une superbe vue s'offre à nous sur 360 degrés. À l'ouest, nous contemplons Marseille, au sud la mer, à l'est la montagne de la Loube, au nord la Sainte-Victoire. Pique-nique pour certains au lieu-dit "Le Paradis" tandis que d'autres continueront l'exploration jusqu'à la fin du chemin avant de les rejoindre.

Après le déjeuner, nous revenons sur nos pas, pour ensuite franchir le Pas de Villecroz. Nous nous trouvons alors sur un plateau avec peu de végétation. Il faudrait revenir au printemps pour profiter de la floraison des lavandins ou des asphodèles. Après le Signal des Béguines, des randonneurs nous ont signalé la présence d'un troupeau de bouquetins et de chèvres. Notre grand argentier s'y est d'ailleurs fait une copine qui ne le lâchait plus. Cette rencontre avec ce troupeau nous a amenés à nous poser beaucoup d'interrogations : que viendrait faire un bouquetin dans ce massif ? Est-ce bien les vraies cornes de bouquetin ? L'enquête est en cours.

Petit arrêt à la Croix des Béguines, avant de rebasculer de l'autre côté de la crête. Au col du Saint-Pilon, la fréquentation du sentier se fait plus dense et le sentier nous ramène à l'Hostellerie.

« Le massif de la Sainte-Baume, qui date de 8 millions d'années, est le château d'eau de la région. Dans ses flancs, naissent les rivières de l'Huveaume, de la Vède, de Peyrius, du Caramy, de l'Issole, du Fauge, du Gapeau et du Fauge. On y trouve aussi de nombreuses sources. L'altitude, une pluviométrie généreuse ainsi qu'un microclimat expliquent cette prodigalité aquatique ». Sainte-Baume, Sainte-Victoire, les plus belles randonnées, Pierre Garcin

et Nicolas Lacroix, Glénat.

Pas mal pour un massif qui culmine à 1148 m !

Anne

Jeudi 31 octobre 2024 :

Découverte des curiosités dans les environs de l'Hostellerie

Au programme de cette dernière matinée, une courte rando de 4 km au départ de l'Hostellerie pour découvrir le Tumulus de Miette. Lors de récents travaux on a trouvé des ossements humains. Dans le secteur il y a également un oratoire érigé par les Compagnons du Devoir, la Sainte-Baume étant une étape de leur Tour de France. Un peu plus loin, nous découvrons également une cavité qui pourrait amener à la Grotte de Miette, connue des spéléologues. Mais il faut être équipé en conséquence. De retour aux voitures nous nous dirigeons vers la glacière de Pivaut qui servait aux habitants alentour lorsque les frigos et autres congélateurs n'existaient pas. Elle est impressionnante par ses dimensions. Une grande aire près des bassins, où l'on recueillait l'eau avant qu'elle ne se transforme en glace aussitôt entreposée dans ladite glacière, nous offrira un confortable coin de pique-nique avant le retour. Jean-Paul et Nicole vont prolonger leur séjour. Il fait trop beau pour rentrer.

À Saint Maximin, trois "équipages" vont se retrouver dans la basilique

où repose Marie-Madeleine. La boucle est bouclée Grâce au beau temps nous avons enfin découvert ce massif de la Sainte-Baume, la Sainte-Victoire proche lui ravit souvent la vedette !

Nane



LE CHALET

Approvisionnement bois pour le chalet

1er août 2024

14 adultes et 2 enfants ont répondu présent pour cette pré-fête du bois qui consistait à récupérer des troncs d'arbre au hasard de la forêt. Après le RDV chez JPP pour charger des billots de sapin, 2 spots potentiellement exploitables avaient été repérés sur les diverses routes menant à Chamrousse, et ont permis en 3 rotations de camion de récupérer un bon stock de bois dur pour l'approvisionnement en matériau de chauffage.

Un travail doit toujours, si possible, être accompagné de plaisir, et donc un apéritif dinatoire et partagé a rassemblé les participants au chalet vers 13h.

Un grand merci à :

Michel, Anne-Marie, Agnès, Alain, Joël, Christian D, Daniele D, José, Danielle C, Nane, Jean, Claude, Rémi, Jules, Victor.

RDV pour la vraie Fête du bois, les 05 et 06 octobre !

JPP

Travaux au chalet

9 septembre 2024

Ces travaux ont commencé dans la semaine du 9 septembre et se sont terminés le 25 septembre.

Au programme, les 2 pièces du bas et le sas d'entrée : lessivage des lambris et des murs, réfection et peinture des plafonds, peinture des portes de communication, lessivage des toilettes...et grand ménage après travaux.

Alain s'était occupé de tout le ravitaillement de matériel.

Tout d'abord, Alain et Agnès ont enduit et poncé les plafonds sur les premières journées.

Puis nous avons lessivé les lambris et les murs du sas, et protégé les lambris pour procéder à la peinture des plafonds par projection. Il a fallu passer 2 couches sur le plafond de

la grande salle.

Nous étions 7 le samedi 14,

6 le dimanche 15,

6 le samedi 21,

15 le dimanche 22,

3 le lundi 23

et 3 le mercredi 25.

Tout cela s'est déroulé dans une super ambiance, dynamique et détendue. Et en prime un pique-nique au soleil et au bon air !

Le résultat est surprenant et apporte beaucoup de clarté.

Au total, nous avons été 19 à participer à cette aventure.

Merci à Agnès, Alain, Jean-Mi, Marie-Catherine, Nane, Anne, Claude, Jean, Danielle, Isabelle, Michel, Martine, Marie-Odile, Nicole, Noël, Christine, Marie-Laure et Yolande.

On n'a pas pris beaucoup de temps pour faire de photos mais voici le lien.

Fête du Bois

5 octobre 2024

Quinze courageux volontaires sont arrivés au chalet dès 9 h pour travailler.

Exceptionnellement cette année, il est inutile de manipuler tronçonneuses, haches, coins car le bois est déjà rangé dans la réserve. L'hiver peut arriver, nous sommes prêts. En effet, en juillet, une journée de travail a été opérationnelle.

Un groupe s'est tout de même affairé autour du bois. Les rondins ont été déplacés sur une assise en bois pour limiter l'humidité et une grande bâche donnée par Daniele et José recouvre le tout. Quelques incorruptibles n'ont pu s'empêcher de tronçonner quelques dailles. « Ce qui est fait n'est plus à faire » n'est-ce-pas ?

Anne-Marie, en gentlewoman hors-pair a passé la débroussailleuse en long et en large.

Alain a commencé la restauration des volets.

Et à l'intérieur la fourmière s'activait aussi : la literie lavée, les couvertures secouées, les lits refaits, les vitres lavées, l'aspirateur passé... les coins et les recoins décapés.

Suzel et Isabelle ont terminé des travaux de peinture. Christine a effectué un travail de patience super. Elle a reclassé les TPH qui étaient en vrac. Il n'en manque qu'un seul mais je ne sais plus lequel.

Cependant les travaux pour la terrasse n'ont pas été mis en œuvre, ce sera un chantier à organiser au printemps avec de la main-d'œuvre et une météo favorable.

En fin d'après-midi en attendant l'apéritif et le repas, certaines ont fait un petit tour à la recherche de champignons.

La journée s'est déroulée dans une ambiance agréable et joyeuse. Chacun a trouvé sa place sans difficulté. Nous avons terminé la journée par un repas offert par le club accompagné bien sûr par la ronde des desserts.

Nous avons eu le plaisir de faire connaissance avec l'adjoint du major au poste militaire. Il est venu nous prêter main-forte et nous le remercions.

Nous n'avons pas jugé utile de faire une deuxième journée de travail. Nous remercions tous les travailleurs du jour et nous excusons auprès de ceux qui avaient prévu de venir dimanche.

Il y a encore du travail à venir pour tout le monde.

Agnès

LES SORTIES DOMINICALES

Saint-Nizier d'Uriage - Les Seiglières - Saint-Martin d'Uriage en boucle

3 décembre 2023

Nous étions 9 courageux et courageuses au rendez-vous, la neige est là mais elle n'a pas découragé les randonneurs pédestres, au contraire. Nous sommes confiants, la météo est bonne, un froid sec et du soleil.

Au départ de Saint-Nizier d'Uriage, nous empruntons très vite un petit sentier qui passe devant une jolie chapelle, la partie haute de la tour du clocher qui abrite les cloches est construite en bois.

Le cheminement se fait en grande partie sur des sentiers en sous-bois entrecoupés par des petites portions de route. Nous admirons tous ces arbres chargés de neige, d'essences et de tailles différentes. Ils se transforment en véritables sculptures. La montée est aisée malgré quelques petits passages boueux ou verglacés. Nous traversons les hameaux du Pinet-d'Uriage et de La Croix-du-Pinet, petite pause pour la pâte de coing offerte par Michel. Nous rejoignons plus haut Les Seiglières.

À partir de là, les chemins sont nombreux ; quelques hésitations, nous optons pour un large chemin forestier qui mène au refuge des Amis de la Nature, petite maison rustique au bord du Marais. Nous pique-niquons à l'abri contre le mur du refuge, rapidement car l'air est vif.

La bonne couche de neige très froide facilite la descente par un petit sentier un peu raide. Le soleil nous accompagne durant la dernière partie plus dégagée. Au hameau du Bit, nous pouvons encore nous extasier devant ce splendide paysage de neige avec vues sur le Vercors, Grenoble et la Chartreuse. Puis Saint-Martin d'Uriage. Petite manip de voitures pour rejoindre Saint-Nizier et les voitures.

Merci Jean-Paul pour cette belle

rando et ses paysages de neige fraîche, première hivernale pour la plupart d'entre nous, Michel, Nicole, Nane, Martine, Yolande, Marie-Odile, Claude et Isabelle

Tour Croix de Chamrousse - col des Lessines- col de la Botte

10 décembre 2023

Très belle journée de ski de rando, pleine de petits imprévus riches d'enseignements.

Nous sommes partis un peu plus tard que prévu, le sms d'Anne m'annonçant qu'elle ne pouvait venir à la sortie n'étant pas arrivé jusqu'à mon téléphone.

Mais il faisait beau et il nous a semblé que la seule difficulté du jour serait de se garer. Effectivement nous n'étions pas les seuls mais nous avons trouvé une place vers l'acrobranche. Nous nous sommes alors dirigés vers le départ du parcours ski de randonnée près des motos-neiges. Mal nous en a pris car l'accès au parcours de ski de randonnée est complètement fermé par des filets. Impossible de passer sur le côté comme c'était encore le cas l'année dernière. Nous sommes donc redescendus d'où nous venions pensant retrouver un endroit où passer, mais le chemin nous emmenait plus vers le lac Achard. Deux solutions s'offraient à nous : faire les sangliers et espérer retrouver le fameux parcours ou revenir sur nos pas et partir du télésiège de Bacha-Bouloud. Nous avons pris la seconde, la plus sûre, mais c'était sans compter sur un nouvel imprévu : je m'aperçois que Jean-mi n'avait pas de sac sur le dos. Il l'avait oublié à la voiture. Heureusement il l'a retrouvé !

Finalement nous avons démarré le parcours à 10h. La remontée jusqu'à la Croix s'est faite sans encombre. Du monde il y en avait, mais la montagne est grande et il suffisait par moment de laisser

passer un train ou de choisir une trace plus originale pour se retrouver seuls.

Il y avait beaucoup de vent sur les crêtes et à la Croix. Jean-mi et Marc ont décidé d'arrêter là. Nous avons donc continué à 4 : Alexis, Joël, Yvon et moi pour faire le tour prévu : descente aux lacs Robert, remontée au col des Lessines puis à celui de la Botte pour revenir à la Croix. Encore un petit imprévu : j'avais oublié mon sac à peaux et mes peaux venant juste d'être réencollées collaient trop pour être mises l'une contre l'autre. Merci à Alexis pour son idée judicieuse pour remplacer les filets de rangements. Superbe descente sur la piste et remontée tranquille (pour les uns, plus dure pour d'autres) au col des Lessines : un peu technique comme toujours car la neige était un peu dure, mais la trace était bonne. Après un pique-nique au soleil nous sommes repartis vers le col de la Botte et la Croix où nous avons retrouvé Jean-mi et Marc pour une descente douce sur les pistes, le hors-piste un peu meringué ne nous tentant pas.

Nous étions à 15h30 à la voiture, contents mais quand même un peu flappis.

Ce tour vaut le coup car il donne un peu de peps à la journée après la montée tranquille à la Croix par le parcours ski de randonnée. Il nous a aussi permis une bonne remise en jambes.

Merci à Jeanmi, Marc, Alexis, Yvon et Joël d'avoir répondu présents pour cette première randonnée à ski avec le club. C'est une sortie qui a bien rempli son rôle : tester le matériel et les skieurs dans la bonne humeur, sous le soleil et avec suffisamment de neige.

800 m de D+ pour ceux qui ont fait le tour.

Cécile





La crête du Brouffier

17 décembre 2023

Nous sommes huit au départ du parking. La parité étant parfaitement respectée. La montée qui se fera dans les bois, plutôt que par la route, se poursuit sans problème jusque sur la crête qui à son habitude a été bien soufflée. Le gros de la troupe atteint le sommet pendant que nous nous arrêtons Agnès et moi à environ 50m sous le sommet. Nous profitons du soleil pour le pique-nique. Le groupe nous rejoint et nous entamons la descente. Sur la crête soufflée la neige est pratiquement in skiable. Nous trouvons de bons passages dans la combe en suivant Jean-Pierre qui a pris la direction de la course à la place d'Alexis. Ensuite ce fut le boarder cross bien sympa est finalement très skiant, puis la route jusqu'au parking. La course choisie par Alexis s'est avérée un bon choix vu l'enneigement du moment.

Anne, Agnès, Cécile, Yolande, Christian, Jean Pierre, Joël, moi-même étions les participants à cette sortie ensoleillée.

Jeanmi

La Pierre plantée

27 décembre 2023

C'est sous un beau soleil que nous sommes partis du Crey à proximité de l'étang du même nom, commune de Susville, pour notre rando.

Un joli chemin nous fait traverser quelques hameaux aux maisons décorées. Une montée soutenue nous amène à l'abri des 13 bises aussi appelé l'abri du curé, bien niché au creux de la prairie. Nous continuons par un sentier plus étroit et gelé avec quelques plaques de neige, et terminons par une montée raide à travers champs pour arriver à la Pierre plantée. Mais point de pierre plantée ! C'est en contrebas qu'une belle pierre, semblable à une borne de délimitation, est visible.

Nous avons une vue splendide sur les Écrins, le Dévoluy, le

Vercors et les lacs de Laffrey. Nous nous posons pour notre casse-croute, accompagné de friandises apportées par chacun.

Le retour se fait par un magnifique sentier, en partie en sous-bois, pour rejoindre notre voiture.

Nous finissons par le pot de l'amitié chez Martine, que nous remercions pour cette belle rando de 14 km et 650 m de dénivelé.

Suzel, José et Danièle

Le Charmant Som

7 janvier 2024

Toutes les personnes qui skient avec Jean-Michel savent que le Charmant Som est une destination qu'il apprécie tout particulièrement. Et c'est tout naturellement que nous étions 3 à répondre à sa proposition, un Charmant Som ça ne se refuse pas !

Au vu de la météo par la fenêtre de ce dimanche, la motivation était dure à trouver : temps bien pourri, nuages, pluie, froid et pas d'illusion sur un éventuel changement dans la journée. On aurait été aussi très bien sous la couette.

Au lieu de rendez-vous fixé, le Gémio de Meylan, nous avons pu constater que le bâtiment n'avait pas brûlé. Ce constat demande quelques explications : les bâtiments des lieux où le groupe de randonnée à ski a l'habitude de se retrouver, ont une fâcheuse particularité, ils brûlent et plutôt bien : comme l'immeuble en rond à côté de Carrefour Meylan et le Carrefour Market de Vizille. Mais si le Gémio, heureusement, n'a pas brûlé, il va falloir tout de même, changer de lieu de rendez-vous car les travaux de transformation en supermarché Lidl viennent de commencer.

Nous avons pris la direction du Sappey. La route, recouverte de neige, devenant un peu compliquée pour la voiture d'Alexis, le point de départ a été changé pour le Habert du col de Porte où nous nous sommes garés non sans mal. En sortant de la voiture, nous avons pu constater que les conditions

météo étaient sibériennes, vent fort et froid. Dès que nous avons pu rejoindre la piste, les arbres nous ont protégés et nous avons pu progresser dans un magnifique décor hivernal. S'il y avait pas mal de skieurs malgré les conditions très fraîches, les chiens étaient aussi bien présents pour le plus grand plaisir du chien d'Alexis. Il me semble qu'il y avait une jolie petite chienne qui lui a bien tapé dans l'œil. Lorsque nous sommes arrivés sur la crête, il s'est avéré qu'il n'était pas nécessaire de poursuivre car si nous étions bien à l'abri dans les arbres, à cet endroit nous avons retrouvé le vent. Le groupe s'est alors scindé en deux : Noël a préféré, pour préserver son genou rejoindre l'oratoire et je l'ai suivi, pendant que Jean-Michel et Alexis ont été manger de la poudre sous les arbres, dans le spot.

On compte en Chartreuse plusieurs oratoires, qui outre leur fonction religieuse, délimitaient le territoire du « désert » des Chartreux. Le plus connu de ces oratoires est celui d'Orgeval, situé en bordure de la route qui mène au Charmant Som depuis le col de Porte, au début des alpages. Au niveau de l'Oratoire (et non pas Observatoire), nous avons enlevé les peaux de phoque avec Noël avant d'entamer la longue piste qui nous a ramené à la voiture.

Nous avons retrouvé Alexis et Jean-Michel, également très contents de leur descente dans la poudre, puis nous sommes allés prendre un bon chocolat chaud pour terminer la journée non sans avoir croisé des skieurs qui démarraient. Le Charmant Som se consomme à toute heure !

Je souhaite un prompt rétablissement à Jean-Michel qui a un bon rhume, et j'espère vous retrouver dimanche à Chamrousse. Que le meilleur gagne.

Vallée de la Gresse à partir de Vif

21 janvier 2024

Belle randonnée, accessible en toutes saisons, et qui permet la découverte de la vallée de la Gresse et de la montagne d'Uriol à la végétation quasi méditerranéenne. On reste à faible altitude (point haut à 870 m) et le parcours, qui démarre place de la Mairie de Vif, s'effectue en grande partie au-dessus d'une zone urbanisée que l'on domine très rapidement car la première partie de la rando est assez raide. Il faut faire attention aux plaques de glace qui jalonnent le chemin. On arrive au bout d'une bonne heure à une cabane toujours ouverte devant laquelle trône une table de pique-nique. Mais il est bien trop tôt pour déjeuner et après avoir traversé de belles prairies, nous entamons la descente vers l'Échaillon, lieu d'escalade.

Nous repérons quelques troncs bien placés pour notre pause casse-croûte, apéritif, café, ... rien ne manquait. Il faut respecter la tradition de l'Alpes-Club !

Le soleil qui s'était un peu caché le matin est revenu pour notre plus grand plaisir, et le retour s'effectuera, toujours en hauteur, par la traversée de quelques hameaux, fermes, les Saillants-du-Gua, le Champrond et nous voici à notre point de départ après quelques "montagnes russes" bien surprenantes pour la fin du parcours.

13 km et 700 m environ – Départ à 9 h 30, arrivée à 15 h 30

Le stand des "huîtres" ouvert le matin sur la place est fermé... ainsi que l'unique bar repéré à d'autres occasions. Mais grâce à l'invitation de notre amie Denise qui nous a fait le plaisir d'être des nôtres, nous avons pris le pot de fin de rando chez elle à Claix.

Participants : Martine, Danièle C., José et Danièle D., Isabelle, Denise et Nane

À la découverte des Mottes

4 février 2024

Nous sommes 8 à covoiturer : Agnès, Suzel, Tina, Danièle, José, Marie-Odile, Marie-Laure et Martine notre guide. Direction Monteynard-la-Ville. Nous laissons les voitures sur un petit parking sur la route du Vivier. On ne voit pas le lac qui est dans une épaisse couche de brouillard. Nous partons sur la route qui descend à Vivier. Un chasseur nous informe d'une chasse au cerf en cours dans le secteur voisin. Nous nous munissons de gilets jaunes. Poursuite sur la route de Bethoux jusqu'au village de La Faurie. Nous suivons ensuite la D116 puis une jolie piste bordée d'arbustes, la rue de la Combe. Nous passons divers hameaux puis prenons un sentier en forêt jusqu'à La Mayrie. Nous rejoignons l'ancienne route de la mine jusqu'au Mollaret, puis jusqu'à Notre-Dame-de-Vaulx. Un panneau fort instructif nous renseigne sur la vie difficile des paysans-mineurs d'autrefois. Arrivés au village, nous bifurquons à gauche pour prendre le sentier de Malemort qui rejoindra la route du Majeuil. Des vues se dévoilent sur les massifs environnants, mais pas sur le lac et la vallée qui sont toujours sous les nuages. Un beau pré bien exposé nous tend les bras, nous nous installons pour un pique-nique convivial. Il fait beau et chaud mais nous ne nous attarderons pas trop, il nous reste une belle montée. Elle se fait sur un sentier au milieu des pins. Nous poursuivons justement jusqu'au lieu-dit "Les pins", notre point culminant. Pas de vue, nous sommes au milieu des arbres. Nous laissons le sentier qui continue jusqu'à la Peyrouse et redescendons par un chemin qui nous ramènera au départ. Belle vue sur la nappe de brouillard, du coup nous faisons une pause au soleil avant de retourner dans la purée de pois. Nous atteignons Monteynard-la-Ville, mignon village avec chapelle et église

mais descendons un peu trop. Le chemin au milieu des pâturages était trop tentant. Tant pis, il faudra remonter. Nous recroisons notre chasseur, bredouille. Retour aux voitures, puis dans la vallée qui est restée toute la journée sous la couche de nuages.

Carte IGN top 25 3336 OT La Mure Valbonnais – Dénivelé : 850m et 18km

Marie-Laure

Les lacs du Venetier

18 février 2024

Nous étions 5, Yolande, Christian, Joël, Alexis et moi, pour cette journée de ski de randonnée bien printanière. On pouvait paraître un peu fous avec les températures annoncées, mais nous savions que la neige était là (merci à Lise de m'avoir confirmé en direct samedi soir les conditions).

À 8 h nous étions au nouveau parking au-dessus de Prabert à 1220 m. Il faisait déjà 5° C. On serait bien montés plus haut en voiture car il n'y avait pas un poil de neige, mais la route est fermée au-delà à partir du 15 novembre jusqu'au 15 mars ; la barrière mobile n'empêchant pas cependant certaines voitures de passer... On a trouvé la neige vers le habert du muret, heureux de chausser nos skis après 300 m de D+ de portage. Pas de souci dans le border cross. Bosselé par les traces de descente mais il se remontait bien.

Nous avons trouvé le soleil dans le vallon. Remontée tranquille jusqu'aux lacs. Longue pause pique-nique afin de laisser le temps à la neige d'être en condition pour la descente en profitant du paysage magnifique. Il y a surtout foule vers la Jasse. Grâce aux jumelles de Christian nous avons pu suivre la progression d'alpinistes sur l'arête du Pin. Cela n'avait pas l'air simple ! Descente agréable à la bonne heure, 12h30. Pile poil ce qu'il fallait pour avoir des passages en belle moquette. Il était temps car, arrivés vers le habert d'Aiguebelle, la neige était déjà ramollie. Après

un pot bien agréable, nous avons terminé notre descente sans souci, le border cross étant skiant même s'il fallait être vigilant avec quelques cailloux sournois. Nous avons juste eu à reprendre notre portage un peu au-dessus du habert du muret pour retrouver la voiture.

Une belle journée de ski de randonnée en bonne compagnie !
950 m D+, 12 km.

Cécile

Boucle à partir de Vizille

3 mars 2024

Nous n'étions que trois motivés (Agnès, Jean-Paul et moi) pour marcher par ce temps incertain. Comme prévu nous avons pris la direction de Montjean mais par le sentier des mines qui grimpe bien raide et, le long duquel, nous avons aperçu effectivement des sorties d'anciennes mines. De Montjean nous avons suivi une sente surplombant Vizille pour rejoindre le sentier des Rivoirands qui remonte sur Montsec (1120 m). Le temps s'étant bien dégradé et refroidi (neige fondue) nous pique-niquons vite fait à l'abri d'un four à pain pour redescendre rapidement par le GR jusqu'à la voiture.

Belle randonnée quand même au cours duquel nous avons pu admirer des parterres de niveoles et des champs de jonquilles.

Nicole

Tour de la Roche Veyrand et du Rocher de Gleysin

17 mars 2024

Tout d'abord, nous avons l'agréable surprise d'avoir, malgré l'heure relativement matinale, la visite de courtoisie de Michel P. qui, encore en délicatesse avec ses articulations, ne peut pas se joindre au groupe. Mais, le cœur y est !

Nous quittons le parking de l'ex-magasin GEMO à 8 heures, pour rejoindre Saint-Pierre-d'Entremont (par la Route de la Chartreuse). Dès le départ, dans la traversée de Corenc, nous tombons dans

le traquenard d'un vide-grenier dominical qui, pas ou mal signalé, nous a contraint à une longue marche arrière de plusieurs centaines de mètres entre deux rangées de voitures garées sur les deux bords de la rue.

Sur le parking de l'église de Saint-Pierre-d'Entremont (Savoie) nous rejoignons Babette qui y est parvenue avant nous, par une autre route.

Comme les mercenaires, nous sommes 7 prêts pour le départ de la randonnée : Agnès C, Babette dN, Danielle C, Isabelle G-R, Nicole et Jean-Paul B, et Alain R.

La météo nous gratifie d'une température douce (qui persistera toute la journée), d'un ciel couvert (il y aura peu d'éclaircies mais pas de précipitations). Globalement, les conditions sont très agréables pour randonner.

Vers 9h15, le cortège s'ébranle, pour la partie pédestre, emprunte le pont pour traverser le Cozon qui afflue quelques mètres en aval dans le Guiers Vif.

Nous sommes rapidement à La Fracette puis au Crêt où nous quittons l'asphalte pour un bon chemin montant qui mène au col du Cucheron par La Tronche, La Tournette, le Platon et le Champ de la Croix. (La vue sur le mont Blanc n'est pas pour aujourd'hui). 800 mètres plus loin, nous aboutissons au col de la Cluse. Il est un peu moins de midi, mais nous nous arrêtons sur les grumes de résineux, bien écorcées, pour le repas pique-nique tiré du sac, de la mi-journée.

La température est bonne, le ciel n'est toujours pas très dégagé, mais le plafond est haut et la couche peu épaisse qui laissent une bonne lumière et ouvrent une perspective panoramique sur une bonne partie de la Chartreuse Nord. Adossés à la pointe Nord du Rocher de Gleysin, nous balayons de la vue, la Pointe de la Cochette, le col du Grapillon, les falaises de l'Outheran, le col du Mollard, le col des Fontanettes, la Lentille, la Pointe de la Gorgeat, le mont Joigny, le col du Ganier, La paroi du Granier (avec sa pointe

Nord-Ouest récemment éboulée pour cause de glacier rocheux), le passage du col de l'Alpette, le sommet du Pinet, Les Rochers du Fouda Blanc, la Roche Fitta, le fond du Cirque de Saint-Même (source du Guiers Vif), le Habert de la Dame, La crête du Fourneau, celle du Grand Manti et (plus au sud) les Lances de Malissard.

Un peu avant 13 heures, nous quittons le col de la Cluse pour descendre jusqu'au Guiers (par le GR 9 et le GR de pays du Tour de Chartreuse) par la Cluse, les Cruz, les Mathés, les Amblards, les Fiolins, les Gants et, enfin, les Buis.

Arrivés à la centrale hydro-électrique au fil de l'eau sur le Guiers Vif, nous avisons sur la suite de la randonnée. Isabelle et Nicole choisissent de rentrer à Saint-Pierre, au plus court, par la rive droite du Guiers. Les 5 autres optent pour la vie de château, franchissent la passerelle et rejoignent Saint-Pierre en passant par le château. Il s'agit d'une ancienne place forte de la famille Montbel qui, bien que située en Isère, appartient (actuellement) au conseil départemental de la Savoie. C'est une aire (en cours d'aménagement) à la fois récréative et patrimoniale. La vue dont on bénéficie depuis ce site ne manque pas d'intérêt.

Nous arrivons à Saint-Pierre-d'Entremont (Savoie) aux alentours de 17 heures.

Un petit pot convivial réunit les randonneurs et, les statisticiens gratifient le groupe d'une distance parcourue de 16,5 km, avec un dénivelé de 1 040 mètres.

Alain Raymond

Le Grand Van

31 mars 2024

Compte-rendu d'une annulation, en plusieurs temps !

– Jeudi 28 nous étions bien contents d'une chute de neige de 15 cm au chalet... mais fondue en moins de 24h !

– Vendredi 29 nous avons

emprunté le début du parcours à pied jusqu'au lac Achard pour constater que l'itinéraire envisagé n'était plus empruntable à ski, faute de neige.

– Samedi 30 nous avons exploré un autre départ Nord par Casserousse, très déneigé aussi, le long des pistes toutes fermées, avec Pascal, Judith, Michel et Caroline (invitée). Sous la pluie-neige, apparue bien plus tôt que prévu et dans le vent, nous avons abandonné avant la Croix après 2h de montée : recroisé à sa redescente, un randonneur rapide, parti seul pour les Vans venait de nous expliquer son demi-tour à la Croix, « soulevé par le vent ».

– Dimanche 31 matin, la pluie tombe à l'horizontale et un seul télésiège est ouvert. L'éclaircie arrive comme prévu à midi, mais entre-temps nous avons définitivement renoncé. Séjour bien sympathique au chalet mais la météo n'était pas de notre côté !

Le Grand Van est une grande classique... qui reste pour moi à découvrir, la saison prochaine !

Yvon Sebesi

Château Nardent et la cascade de Craponoz

14 avril 2024

Peu de succès pour cette proposition de sortie. Nous ne sommes que trois, Cécile, Christian et moi. En conséquence je fais de la retape auprès de copains du CAF et c'est finalement à six que nous nous retrouvons au parking de la fontaine Bonnet. Il n'y a que des bons marcheurs, ce qui nous conduit à délaisser le sentier aisé du col de Baure, pour nous engager sur les 800 m de dénivelé très escarpés de Château Nardent. La montée est rude à travers les hêtres et les frênes, et Cécile et moi trainons aux arrières-postes. Nos timides tentatives pour découvrir des morilles dans notre environnement immédiat, ne sont pas couronnées de succès.

La vue du belvédère sommital nous récompense de nos efforts

avec une vue à 270° sur le mont Blanc, l'intégralité de la chaîne de Belledonne avec les 3 pics en face de nous, loin au sud le Tabor de Matheysine, et dans notre dos la formidable et très esthétique face sud de la Dent de Crolles.

Nous sortons un peu de l'itinéraire pour descendre à vue sur le hameau des Meunières en empruntant partiellement la route du col du Coq, puis, par le joli sentier de découverte parsemé de panneaux explicatifs sur la faune et la flore, nous rejoignons le pas des huguenots et l'école d'escalade du Luiset. Le pique-nique est installé au sommet de la barre rocheuse avec une vue surplombante sur les villages du Grésivaudan. Les parapentes dansent en ballet autour de nous pendant que nous célébrons nos agapes.

Après cette collation, les uns font la sieste les autres papotent de tout et de rien, mais il est temps de repartir et nous descendons le magnifique sentier accroché à flanc de falaise qui rejoint le ruisseau de la Gorgette et la cascade de Craponoz. Un bain de pied dans le ruisseau nous rafraîchi un peu avant de retrouver le hameau du Château puis le rocher d'escalade de Chambertin, et le chemin de la Ruine qui nous ramène au parking. 1000 m de D+ et 14 km.

JPP

Le tour du Néron

21 avril 2024

Nous étions 6 courageux (Nane, Martine, Danièle, Joël, Jean-Pierre et moi) pour affronter la fraîcheur matinale ; mais très vite le soleil nous a réchauffés dès qu'on a atteint le côté sud du Néron.

Le départ s'est fait de Fiancey à Saint-Égrève en direction de Narbonne (sans les huîtres !)

Nous avons poursuivi en direction du col de Clémencière mais "à l'étage du dessus".

Quelques belles trouées nous ont permis de voir le panorama un peu brumeux côté

Grenoble-Vercors-Matheysine et

plus lumineux sur Chamechaude-La Pinée-l'Aiguille de Quaix ...

Une fois arrivés au nord du Néron nous avons entamé un sentier en balcon dominant Quaix-en-Chartreuse et Saint-Égrève ; le retour nous fait traverser ce joli parc de Fiancey où la baignade a été interdite !!

Belle journée avec 14,5 km et 760 m de dénivelé

La Pierre Percée et les lacs de Laffrey

27 avril 2024

Nous n'étions que 3 au rendez-vous malgré une météo prévue correcte mais c'était sans prendre en compte un vent très fort que nous avons ressenti au parking de Pierre-Chatel.

À la Pierre Percée, nous découvrons la légende de Lesdiguières racontée sur plusieurs panneaux le long des crêtes où nous sommes à l'abri jusqu'à la descente dans la combe du Trait au-dessus de Pétichet. Belle vue tout au long du sentier sur l'Alpe du Grand-Serre, le Thabor, le Coiro et nous distinguons l'Obiou à travers quelques nuages.

Nous décidons de faire la pause entre les 2 lacs nichées devant le belvédère Olivier Messiaen qui a vécu dans une petite maison que nous apercevons juste au-dessous. Sur les panneaux, nous apprenons que le lac de Laffrey abrite 14 espèces de poissons (gardon, brochet, truite lacustre et le fameux omble chevalier...) et même des minuscules méduses d'eaux douces.

Le retour est tout autant agréable par les Théneaux et toujours à l'abri du vent que nous retrouverons au parking derrière l'église.

Randonnée paisible de 18 km et 550 m.

Merci à mes compagnes du jour, Yolande et Anne.

Martine

Boucle à partir de Saint-Jean d'Arvey et passage du Trou de l'enfer

5 mai 2024

Lieu de randonnée prévu par Jean-Pierre : une boucle à partir de Saint-Jean-d'Arvey avec passage au Trou de l'enfer. Nous avons accepté de le suivre pour aller voir de plus près ce qui se trame en enfer...

Nous avons quitté Meylan par un temps bien gris, et la pluie nous a accueilli en arrivant à Saint-Jean-d'Arvey sur le parking du village. Le temps de mettre nos chaussures et charger nos sacs, elle s'est heureusement arrêtée. Nous avons remonté la route pour prendre sur la droite un sentier parfois étroit et raide, rendu boueux par les pluies, qui nous a conduit à un superbe point de vue sur le Trou de l'enfer. Le sentier par des lacets serrés, descend vers le torrent pour aller franchir la passerelle himalayenne du Trou de l'enfer.

La passerelle du Trou de l'enfer est réalisée sur le principe d'une passerelle "himalayenne" : pont suspendu avec câble et caillebotis en bois (mélèze). Elle mesure 32 m de long et s'élève à 8 m au-dessus de la rivière. Elle permet de relier les communes de Saint-Jean-d'Arvey et Puygros.

La rivière rencontre ici des roches tendres (marno-calcaires) qui offrent peu de résistance à la force de la rivière ce qui en fait un torrent dans des gorges profondes.

Après la passerelle, nous sommes remontés par un sentier sinueux jusqu'à une grande clairière puis descente de la piste vers le Pont du Sordet. C'est une ancienne arche en pierre, bien cachée par la végétation qui ne fait pas très envie à traverser même si des traces laissent voir que cela se pratique. Il n'y a pas de parapet, la hauteur est conséquente, le cheminement étroit. Normalement, le ruisseau La Ternèze se franchit aisément (hors fortes eaux) à gué, ce qui n'était pas le cas. Nous avons donc fait demi-tour.

En cherchant des informations sur

la date de construction de ce pont, il est apparu qu'il n'est plus beaucoup répertorié. Il serait impraticable car trop vétuste et obstrué plus bas par un important éboulement de rocher qui serait descendu en 2013. Mais, nous n'avons pas vu de panneau d'interdiction, ni l'arrêté municipale et l'accès n'est pas fermé.

Nous sommes descendus vers la passerelle du Petit-Moulin. Les habitants étaient autrefois beaucoup plus proches des rivières comme nous le rappelle ces anciens moulins utilisant la force de l'eau. Dans ce site, l'eau amenée par un canal de plus de 500 m était utilisée 3 fois. Quelle belle leçon d'économie d'eau !

Nous avons pris notre pique-nique dans les ruines de ce moulin. En repartant, un joli héron a pris la pause. Le chemin s'est poursuivi tranquillement vers Thoiry, sur le trajet un magnifique potager a attiré notre attention puis le sentier nous a fait revenir sur Saint-Jean-d'Arvey, terminant ainsi une boucle.

Comme il n'était pas très tard, à l'unanimité, nous avons adhéré à la proposition de Jean-Pierre de nous rendre au festival Nature et Montagne, de la Maison des arts de Montbonnot-Saint-Martin dont c'était la 1ère édition. Le food-truck garé devant la Maison des arts nous a permis de nous désaltérer avec du coca local ou de la boisson au gingembre. Les plus gourmands se sont laissés tenter par des cookies ou des gâteaux au chocolat.

La qualité des photos présentées nous a beaucoup plu, en particulier les orchidées présentées par Cédric Seguin dont vous pouvez avoir un aperçu sur son site : www.cedricseguin.com à la rubrique « inflorescence ». Ce festival est une 1ère édition et on espère bien le retrouver l'année prochaine. Si vous aimez la photo, il y aura un autre festival de photos également sur le thème de la Nature et de la Montagne, début octobre en Chartreuse.

Données de la randonnée : 900 m D+ et 15 km.

Nous n'avons pas vu le diable dans le Trou de l'enfer

Bien amicalement.

Anne Monnier

Le grand tour de l'aiguille de Quaix

12 mai 2024

Pour cette belle randonnée champêtre et forestière nous étions 7 : Marie-Pierre, Marie-Laure, Danièle, Martine, Agnès, Babette et moi.

Nous avons démarré du parking de l'église de Quaix en direction du hameau du Jars au milieu de jolies maisons cartusiennes et de jardins dans leur splendeur en ce dimanche ensoleillé de printemps. Au niveau du lieu-dit les Touches nous sommes entrées dans les bois. Il y a de larges pistes dues à l'activité forestière mais nous avons pu cheminer sur de beaux sentiers dans de très agréables sous-bois.

Voulant augmenter le tour traditionnel de l'aiguille de Quaix pour satisfaire la devise l'Alpes Club « Toujours plus haut », j'avais tracé un cheminement qui nous a fait passer par Planfay, hameau charmant et fleuri de Chartreuse, puis en direction Pomarey (ouf ! le sentier sur la carte qui évitait Pomarey et la route existait bien dans la réalité) puis vers la Baratière. Quelques kilomètres en plus, mais surtout du dénivelé supplémentaire. La montée, lente et continue à l'ombre des arbres, ne nous a pas empêchées de parler et nous avons cheminé agréablement jusqu'à l'aiguille de Quaix. Des envies d'aller au sommet ont été émises par Marie-Laure et Danièle. J'ai dû les réfréner car cette belle aiguille nécessite quelques pas d'escalade sur la fin.

L'idée était de nous arrêter pour pique-niquer au pied de l'aiguille, dans cet espace dégagé d'où on a un magnifique panorama sur Belledonne, le Taillefer, le Vercors et le Néron au premier plan. En ce dimanche de très long week-end et de grande migration, nous y étions seules ce qui est exceptionnel. Ce fut un délicieux pique-nique avec vue imprenable !

Le soleil s'est un peu caché et après une bonne pause de près d'1 h nous avons entamé la descente qui a été tranquille. Nous avons volontairement choisi la piste qui rallonge mais qui évite un sentier excessivement raide avec des pierres qui roulent sous les pieds. Puis nous avons repris notre chemin de l'aller jusqu'au parking de l'église de Quaix.

Nous avons clos cette sympathique randonnée par un pot chez Christine et Noël qui nous ont gentiment invitées à boire un verre. Nous sommes alors passées à une autre échelle en écoutant les récits de leur voyage au Costa Rica, de celui à venir au Québec et en regardant des photos de l'Everest. Merci à mes compagnes de randonnée printanière. Ce fut une belle découverte de cet endroit de Chartreuse qu'on peut penser connaître mais qui recèle bien des trésors pour les randonneurs.

Ce fut aussi une randonnée sportive de 15 km et 950 m de D+

Boucle autour du Miroir des Fétoules

26 mai 2024

Quel plaisir de retrouver l'Oisans de Saint Christophe d'autant plus que pour la plupart des participants de ce dimanche ce fut une belle découverte ! La journée s'annonçait ensoleillée, la météo était avec nous. Au rendez-vous à Vizille j'ai retrouvé Marie-Laure, Martine, Yolande et Joël, et à Bourg d'Oisans, après un petit décalage de point de rencontre dû à une course cycliste qui interdisait le centre, nous avons récupéré notre ami Yvon.

À Saint Christophe c'était le calme de l'intersaison, le parking sous le cimetière était désert. Nous empruntons au départ le sentier qui mène au vallon de la Selle et qui passe parfois tout près de nouvelles constructions. Peu après avoir franchi le torrent on abandonne le vallon et prenons la direction du lac Noir, la Toura. On repère rapidement la table d'orientation

sur son promontoire (elle a l'air d'un gros bolet...). À 2000 m environ. Yolande, Yvon et Joël vont continuer et nous rejoindrons pour le pique-nique. Nous faisons face aux Fétoules, à la Tête de Lauranoure, ... et à la Muselle que certains vont côtoyer le week-end prochain. Les sommets sont encore bien enneigés. Vers midi et demi, le groupe se retrouve au complet pour le pique-nique. Mais où est la table d'orientation? Elle est bien là à l'écart sur son promontoire et on ira la retrouver avant d'entamer la descente. Le Miroir des Fétoules a une petite réserve d'eau cette fois, on peut voir la montagne s'y refléter mais le soleil s'est caché dans les nuages et ne nous permet pas La photo promise.

Nous partons en direction du hameau du Puy situé face à Lanchâtra. Les maisons ont été restaurées, et le bassin abrité sous une énorme dalle nous permettra de remplir nos gourdes. Tout au fond on entend le Vénéon, beau torrent couleur émeraude. Le chemin en balcon nous ramène à Saint-Christophe en passant par la Vierge du Collet et le Moulin du Diable.

Avant d'aller prendre un pot à la Cordée, nous irons faire un tour au cimetière où reposent des générations d'alpinistes, entre autres le célèbre Gaspard de la Meije, et mes amis Germain (un de mes guides) et son épouse Marie-Louise Turc natifs de l'Oisans de Saint-Christophe.

Le retour à Grenoble sera agrémenté par la compagnie d'un jeune auto-stoppeur, étudiant lyonnais en stage à Grenoble, et futur géologiste amoureux des pierres de l'Oisans.

650 m et 900 m de dénivelé et 7 à 10 km pour ce charmant circuit qui offre tout du long un panorama exceptionnel sur tous les sommets alentour.

Nane

Le Serpaton

2 juin 2024

Nous sommes 7 à braver la grisaille, ce dimanche : Nicole, Danielle, Cécile, Nane, Babette, Suzel et Marie-Laure. Nous partons du col du Fau 899m où nous avons laissé 2 voitures pour monter à travers la forêt sur une large piste qui cède la place à un sentier plus étroit parfois assez boueux et glissant. Nous croisons divers chemins puis continuons l'ascension en espérant que le temps s'arrange et que le brouillard se lève. Après une dernière portion assez raide nous débouchons au pas du Serpaton à 1552 m d'altitude. Un petit vent frais nous cueille ainsi qu'une belle purée de pois. Nous bénéficions d'un petit intermède culturel. En effet, sur le dossier d'un banc est gravée l'inscription : Cave ne cadas. Du latin bien-sûr. Cécile cherche sur internet et nous apprend qu'il s'agit de la citation : « Prends garde de tomber ». Cette phrase était clamée par un esclave derrière l'impérator triomphant pour mettre son orgueil à l'épreuve. Nicole botanise mais la végétation est en retard. Nous verrons de belles globulaires. Il fait décidément trop froid et nous décidons de redescendre pour pique-niquer plus bas dans les bois. Pas de sieste cette fois. Nous repartons et prenons pour le retour une variante sur notre gauche qui nous amènera à traverser les hameaux de Garnaire, Bonnetaire et Audières. Nous aurons admiré les plantes carnivores nommées grassettes. Sur la route du retour nous trouvons un petit café sympathique à Vif pour terminer cette randonnée pas très ensoleillée mais bien sympathique. Dénivelé : +830m Distance : 12 km Marie-Laure

Alpinisme à partir du col des Ruillans

2 juin 2024

Pour cette première sortie Alpinisme nous avons dû composer avec d'une part la météo et d'autre part un enneigement exceptionnel au-dessus de 2500 m d'altitude. Par conséquent la sortie initiale au col Jean Martin depuis le refuge de la Muzelle) a été remplacée par une sortie, certes très courte, mais qui nous a permis de nous régaler et surtout de profiter d'un panorama exceptionnel. Le choix a été de profiter de l'ouverture du téléphérique de la Grave afin de pouvoir sans difficulté rejoindre notre terrain de jeu favori, le glacier. C'est donc finalement à 9 que nous nous sommes retrouvés autour de 6h20 chez Jean-Paul lieu de rassemblement pour les deux groupes (Les Grenoblois d'un côté véhiculé par Jean-Pierre et les autres par Martine) et après un rapide, très rapide AR chez Jean Pierre pour récupérer une paire de crampons, nous rejoignons La Grave et le parking du téléphérique en un temps record (moins d'1h30 au total), ce qui nous permis de prendre une benne autour de 8h20 !

Arrivés au col des Ruillans vers 9h sous un soleil à peine voilé au départ mais un ciel se couvrant rapidement, nous décidons de nous encorder mais d'attendre pour mettre les crampons de voir l'état de la neige. Après 10 minutes nous constatons que nous nous enfonçons, la marche est chaotique et qu'il vaut mieux mettre les crampons car la neige se colle à nos souliers. Les plus expérimentés d'entre nous (Jean-Pierre en tête) n'ont pas oublié leurs bâtons de ski qui leur seront bien utiles pour progresser et faire la trace.

Nous nous répartissons en trois cordées :

- Jean-Pierre, Dominique, Yvon.
- Alexis, Martine, Jean-Paul.
- Christian, Michel, Yolande.

Très vite, l'absence de vent, une température voisine de zéro, un

soleil présent malgré le voile de nuages, nous amènent à nous dévêtir car même si la progression est lente sur une pente douce elle n'en reste pas moins chaotique et certains d'entre nous soufflent tant il est vrai qu'à plus de 3200 m il y a moins d'oxygène.

La course choisie est courte pour nous permettre ainsi de profiter du magnifique panorama qui s'offre à nous et ne pas risquer rater la dernière benne qui est à 15h30, ainsi nous nous retrouvons rapidement face à la seule difficulté de cette course à savoir le passage de la rimaye dans une pente à 40° ; rimaye bien ouverte et que nous longeons avant de la franchir par un petit pont de neige (les photos parlent d'elles-mêmes)

Une fois la rimaye franchie – ce qui nous prend un certain temps – il ne nous reste plus qu'à monter tout droit vers le col sur une pente qui devient de plus en plus faible.

Nous décidons de monter juste au-dessus pour profiter d'un panorama encore plus beau avec une vue à 360° et grâce à Pic Finder et Yvon chaque sommet retrouve son nom ! C'est là que nous pique niquons en prenant notre temps avant de nous décider à redescendre par le même chemin et regagner dans les temps la gare du téléphérique autour de 14h30

Le pot de l'amitié est pris au bar de l'hôtel Le Castellan.

Dénivelé : +350m et 4 h A/R

Pour la prochaine (montée au refuge de l'Aigle) ce sera autre chose!

Michel L

Le tour du Pieu

9 juin 2024

Participants : Agnès, Nicole, Yolande, Nane

Commissaire : Jean-Paul

Au rapport : Chantal

Rendez-vous était donné à 8 h devant l'église de Saint-Paul-de-Varces. Horaire matinal pour éviter les orages et permettre à chacun de se rendre aux urnes.

Le ciel était encore troublé par le

sable de la veille pourtant déjà déposé sur les carrosseries et surtout la végétation. Cela ne nous a pas empêché d'apprécier les fleurs, lys martagon, campanules, Orchis bouc géantes.

Départ à pied du pont du Bâton.

Passage à la ferme vers le site d'escalade de l'Échallion, haut lieu des festivités du CAF de la vallée de la Gresse lors de l'entretien du site. Nous apprécions la fontaine et sommes interpellés par une fantaisie architecturale et une sculpture.

Le groupe se scinde en 2. Une partie ira au sommet, la vue est sympathique quoique troublée. Nous nous retrouvons pour casse-croûter à la cabane des chasseurs pimpantes.

Une dernière montée pour la digestion et boucler cette boucle sympathique.

6h de randonnée 620 m 12 km, avec option sommet + 372 m, +2,7km (à la louche).

Nous méditerons sur le message de la croix au sommet.

Chaudun, la montagne blessée

12-13 juin 2024

Chaudun est un de ces hameaux disparus au début de ce siècle, victime de l'isolement et de l'exode rural. Chaudun se niche au pied d'un vaste cirque où le Petit Buech prend sa source.

Suzel, Martine et moi-même ayant eu la chance de découvrir ce site il y a deux ans, nous avons souhaité faire partager cette enrichissante expérience aux membres de l'Alpes-Club.

Et c'est ainsi que ce mercredi 12 juin un groupe de 13 sociétaires s'est retrouvé au col de Gleize (Hautes-Alpes) près du col Bayard, point de départ de notre circuit sur 2 jours.

Il fait beau et frais, temps idéal pour le randonneur !

Mercredi 12 juin :

Nous suivons la route forestière, mais peu avant le col de

Chabanottes nous empruntons le Sentier de ronde qui domine tout le cirque de Chaudun. Au-dessus de nous s'élèvent le pic de Gleize, le pic de l'Aiguille, Coste Belle... Nous apercevons enfin les deux maisons du gîte où nous dormirons ce soir. Il est bien profond ce vallon, et l'on imagine toute la solitude de ce lieu déserté par les hommes. C'est la période des fleurs, gentianes, orchis... Nicole peut botaniser à souhait !

À mi-chemin nous trouvons un magnifique endroit pour le pique-nique où nous avons tout le loisir d'admirer les montagnes alentour. Cécile a retrouvé rapidement son portable. Ouf !

Nous sommes aux sources du Petit Buech. Le sentier traverse des talwegs bien caillouteux, Martine, en tête, dérape... Prudence donc ! Un panneau nous indique la direction rapide pour Chaudun mais nous tenons à faire le sentier de ronde intégralement. Vers le milieu de l'après-midi nous arrivons au GR 93 qui vient du col de Chétive. C'est le moment d'entamer la descente en lacets très confortables qui nous amène à la maison forestière-gîte et aux ruines du vieux village. Le soleil est encore bien présent et nous en profitons pour explorer les vestiges de Chaudun, la façade de l'église, le cimetière envahi par les hautes herbes d'où émerge encore une croix.

Les gîtes de l'ONF sont très bien équipés. Nous passerons une excellente soirée avec apéritif, repas avec vin de Loire..., rien ne manquait. Nous invitons à l'apéritif un randonneur campeur solitaire qui va passer également la nuit dans le site.

Jeudi 13 juin :

Longue étape : Remontée du Petit Buech, Sentier des bans jusqu'à Rabou, et retour au col de Gleize. Martine mène le groupe. Bonne surprise le Buech n'a pas trop d'eau et contrairement à ce qui avait été annoncé à Suzel par l'office de tourisme, les premiers passages se passent bien, de caillou en caillou,

pas besoin de déchausser.

Nous perdons un certain temps devant le GR qui est barré par des troncs, et nous finissons par comprendre que cette interdiction n'est destinée qu'à protéger les troupeaux !

Nous aurons traversé une douzaine de fois le torrent mais personne n'est tombée à l'eau !

Enfin voici l'amorce du Sentier des bans taillé dans la falaise face au pic de Bure. C'est un ouvrage incroyable, bien sécurisé aujourd'hui. Mais une croix indique qu'il n'en a pas toujours été de même. On aperçoit le village de Rabou. Les genêts sont en fleurs, et notre Agnès a choisi son endroit de chute pour s'en faire un petit matelas. Mais cela n'entame pas sa bonne humeur.

Une amie de Marie-Pierre nous attend au bout du sentier. On a un peu de retard sur l'horaire prévu vu le contre-temp dû au barrage du GR.

La pause se fera à l'ombre sur le bord de la petite route qui nous mène à Rivière puis par un chemin plutôt soutenu directement au col de Gleize, la fin de notre circuit.

Les kilomètres parcourus et les dénivelés ont peu d'importance dans ce genre de randonnée. À mes yeux seuls comptent l'histoire de ce site et le respect que nous devons à la mémoire de ceux qui ont été obligés d'y vivre. Lisez le livre de Luc Bronner, Chaudun la montagne blessée, à qui nous devons cette émouvante découverte.

*Yolande, Cécile, Nicole, Agnès, Marie-Laure, Marie-Odile, Isabelle, Marie-Pierre, Danièle et José, coup de chapeau au seul homme du groupe qui a bien résisté !!

Suzel chargée de la logistique, Martine sur le terrain et Nane le "scribe" de service.

Roche Courbe par le Petit et le Grand Journal

16 juin 2024

Nous étions 7 au départ du beau village d'Aspres-les-Corps que peu

d'entre nous connaissaient.

Un soleil radieux était aussi de la partie, décidément les sorties Alpes-Club de cette semaine sont bénies des dieux !

Nous avons décidé de faire la boucle dans le sens indiqué par le topo, c'est-à-dire départ à gauche de l'église et retour par l'autre bout du village.

Nous étions prévenus par le descriptif et le ratio dénivelé/kilomètres que la pente serait "raide", nous aurions préféré qu'il se trompe... mais non, la montée est d'emblée très soutenue et le restera jusqu'à ce que nous atteignions la crête. Le chemin monte majoritairement en sous-bois, nous comptons bon nombre de fleurs et plantes dont nous essayons de nous remémorer les noms mais les discussions sont au plus calme.

La forte inclinaison de la pente n'était en fait qu'une rigolade jusqu'à ce que nous rejoignons une portion de chemin au sol... disons... "gras" ! La pluie de ces derniers jours et celle très abondante de samedi ajoutée au passage d'un troupeau de moutons avait rendu le terrain boueux et terriblement glissant. Arriver à avancer sans glissade et chute fût vraiment l'épreuve de la journée, trouver le bon cheminement de pierre en pierre ou passer très vite pour ne pas déraiper ou bien grimper dans le talus herbeux encore plus pentu, chacun sa méthode ! Isabelle et Michel, pour s'entraider ont fini par chuter et avoir sur cette patinoire de glaise toutes les peines du monde à se relever, heureusement la bonne humeur nous accompagnait !

Bien contents de nous être tirés sans trop de pantalons sales de ce long passage, nous débouchons sur une sente envahie de grandes herbes pour rejoindre la crête où nous avons décidé d'une pause douceurs bien méritée. C'est le Petit Journal qui nous accueille avec ses marques de limite entre les régions PACA et AURA.

Après avoir admiré le paysage grandiose, particulièrement le roi

Obiou, nous repartons en longeant la crête dont le versant nord est recouvert de trolles. Encore un petit effort pour arriver au Grand Journal et le dernier pour rejoindre le sommet de Roche Courbe, avec vue à 360°.

Après les quelques tergiversations habituelles du choix de l'emplacement du pique-nique, nous optons pour rester au sommet et pouvons admirer encore le magnifique paysage et deviner les noms des sommets environnants. Au-dessous de nous le col d'Aspres avec son troupeau de mouton et ses inévitables patous... De notre mirador nous élaborons une stratégie pour contourner le troupeau.

La descente très raide jusqu'au col s'est faite sans encombre ainsi que le détour d'évitement du troupeau, même pas un aboiement ! Soulagés, nous retrouvons le sentier qui au cours de la descente se transforme en piste herbeuse et c'est très tranquillement, mais rapidement puisque la descente est aussi pentue que la montée, que nous arrivons au village.

Nous prenons notre temps pour le traverser malgré la chaleur car une expo photos sur les anciennes générations d'habitants nous accroche le regard. C'est ainsi que nous apprenons que certains d'entre eux avaient fait le choix de fuir la misère en émigrant, soit comme colon en Algérie, soit en traversant l'Atlantique vers les Amériques.

Nous prolongeons cette belle journée par le pot de l'amitié chez Michel et Marie-Pierre à la Mure, ce sera le dernier puisqu'ils quittent cette maison fin juin.

M'ont accompagnée dans cette aventure, Isabelle, Babette, Chantal, Cécile, Joël et Michel.

Je les remercie pour cette belle journée et bravo pour les 980 m + en 10 km !

Marie-Pierre

Le refuge de l'Aigle et Tête des Corridors

30 juin 2024

L'ascension au refuge de l'Aigle est une course mythique à laquelle nous rêvions depuis quelques années. Entre les courses de vélos, les soucis de santé des uns, ce rêve était reporté chaque année. Mais pour 2024, les planètes semblaient alignées pour réussir.

Nous nous sommes donc retrouvés à 7 (Agnès, Alexis, Anne, Catherine Hacques, Jean-Pierre, Martine et Yolande) pour tenter l'aventure.

Autrefois, l'accès au refuge de l'Aigle se faisait directement depuis La Grave, par la côte longue et la rive droite du glacier du Tabuchet. Du fait du retrait glaciaire et de l'état de la partie inférieure de celui-ci, cet itinéraire ne se pratique plus aujourd'hui qu'en hiver et au printemps, en ski de randonnée. Actuellement, l'accès se pratique en partant de Villar d'Arène.

La montée au refuge de l'Aigle est longue et le dénivelé conséquent (1800m de dénivelé, 5h30 à 6h de marche) avec des difficultés (passages rocheux, vire Amieux équipée d'un câble, terrain glaciaire). Cette longue course mixte (neige/rocher) constitue en soi une course de montagne de difficulté F.

Après un premier regroupement à 5h20 au Péage de Vizille, nous avons pris la route du col du Lautaret. À la sortie de Villar d'Arène, nous nous sommes rendus au parking du Pont des Brebis (1672m) en-dessous du petit hameau du Pied du Col.

Le refuge de l'Aigle ça se mérite ! 1800 m de dénivelé ce n'est pas rien....

Après franchissement de la Romanche par une passerelle, nous remontons un sentier bien tracé d'abord dans une partie boisée puis dans de l'herbe rase et des éboulis. A la croupe herbeuse de la Passe du Midi (2217m) de beaux points de vue s'offrent à nous sur le lac du Pontet et le col du Lautaret qui nous semble bien plat. Puis nous retrouvons Jean-

Pierre et Catherine vers le lieu-dit l'Âne (2375m). Dans une neige bien molle, nous prenons pied sur la langue terminale du Glacier du Bec. Après traversée du glacier, nous atteignons le col du Bec (3085m).

Au pied de la Barre, des traces de peinture rouge (ronds ou flèches) nous aident dans un cheminement dans une roche raide et délitée. À l'arête, formation des 3 cordées :

- Jean-Pierre, Agnès et Catherine ;
- Martine et Yolande ;
- Alexis et Anne.

Puis nous arrivons à la vire Amieux (3200m) qui domine le glacier du Tabuchet encore bien enneigé avec peu de grosses crevasses ouvertes.

La vire Amieux est un passage qui a été découvert par le guide de la Grave Lucien Amieux. Cette vire permet de quitter l'arête pour rejoindre dans sa partie moins raide et moins crevassée, le glacier du Tabuchet que l'on suit par sa rive droite jusqu'au refuge de l'Aigle (3450m).

Et nous sommes arrivés, heureux comme des rois de notre réussite, à ce refuge mythique. Le soleil et les nuages jouaient à cache-cache, voilant ou découvrant la Meige Orientale et tout le panorama autour du refuge.

Nous avons été accueillis au refuge par Béatrice Leitner qui gère ce refuge en alternance avec Florent Barbien son compagnon, guide à la Grave. Béatrice Leitner est Italienne du Sud-Tyrol et a travaillé dans d'autres refuges prestigieux comme le Goûter, Le Promontoire et Gnifetti au mont Rose.

Le refuge se compose d'un sas d'entrée, et d'une grande pièce avec dortoir d'un côté, salle à manger de l'autre dans une seule et même pièce. Le repas du soir a été bien apprécié, nous étions une vingtaine dans le refuge (beaucoup de jeunes), le refuge n'était pas plein, ce qui nous a permis de nous étaler sur les couchettes pour dormir plus à l'aise. Le lendemain, des courageux se sont levés aux aurores pour aller faire la Tête des Corridors (3734m). Après un café

et une omelette pour ces lève-tôt, la descente s'est faite par le même itinéraire.

Après la traversée du glacier du Bec, il m'est arrivé un problème inquiétant. Mes jambes ne me portaient plus du tout, et ma démarche s'apparentait à celle d'une Parkinsonienne. Progressivement, les affaires de mon sac ont été réparties dans les sacs des autres membres du groupe. À pas d'escargot la descente s'est faite, non sans mal et Alexis a même fini par me prendre mon sac, quel gentleman ! Arrivée à la voiture, les jambes se sont rétablies ! Nous avons pu prendre un pot au bar La Meijette à la Grave, dans un décor très kitch (il y avait trop de vent pour aller en terrasse) et partager le gâteau breton de Martine bien apprécié.

Anne Monnier-Giraud

L'Émeindras

11 juillet 2024

La proposition de sorties du jeudi a été favorablement accueillie par une quinzaine de sociétaires, avec la suggestion d'envisagée également des sorties culturelles ou d'autres thèmes.

Jeudi dernier, nous nous sommes retrouvés huit au parking de fond du Sappey, pour prendre la direction de l'Émeindras : Isabelle, Magali, Tina, Noël, Anne-Marie, Michel, Françoise et Christian.

Tout était au rendez-vous pour partager un bon moment : le temps superbe, les magnifiques champs de fleurs, les chants des petits oiseaux, et le grand plaisir de se retrouver, en plus, sur les chemins...

Le regroupement final s'est fait au Café de la Place pour un petit repas en échangeant sur la suite à envisager.

Les mois de juillet et août nous permettront d'affiner l'organisation. Merci de faire part de vos toutes vos propositions.

Bon été à tous,

Anne-Marie, Michel, Françoise et Christian

La cascade de l'Alloix au départ de Montalieu

18 juillet 2024

Pour le jeudi n°2, Michel, le commissaire a donc choisi les cascades du torrent de l'Alloix, à partir du parking du camping de Montalieu : idée aussi lumineuse que rafraîchissante !

Au départ, 2 groupes, 2 itinéraires pour se retrouver au pied de la première grande cascade, dite "Gouille Michel" (eh oui !) ; objectif pour les uns.

Les autres poursuivent allègrement le sentier qui passe sous la Grande cascade, se poursuit en direction de la via ferrata jusqu'à la voie romaine et le chemin de Sainte-Marie-d'Alloix pour la redescente. Certains qui connaissaient cette grimpelette avaient oublié qu'elle était aussi raide...

Regroupement à la Gouille Michel pour le casse-croûte bien sympa, et là, rien n'avait été oublié ...

Claude, Jean, Danièle, José, Tina, Anne-Marie, Michel, Françoise et Christian ont admiré la beauté du torrent bondissant dans un cadre de verdure exubérante, et ils ont parcouru joyeusement "les chemins d'autrefois" de Saint-Vincent-de-Mercuze.

Avant d'arriver au parking, nous avons été surpris d'entendre une douce mélodie, avant de rencontrer un musicien qui jouait de la harpe. Au retour, nous avons, bien sûr, trinqué chez Anne-Marie et Michel en échangeant des idées de prochaines sorties du jeudi, et les suggestions ne manquaient pas.

Françoise

Le lac de Freydières

25 juillet 2024

Le matin, Catherine, Nane, Tina, Claude, Jean, Anne-Marie, Michel, Françoise et Christian ont été chaleureusement accueillis chez Danièle et José, nos commissaires de la journée qui voulaient nous faire connaître leur parcours d'entraînement.

Le chemin part juste derrière chez

eux. Nous avons d'abord longé dans une bonne odeur de foin, de grandes prairies juste fauchées qui s'ouvraient sur une très belle et large vue sur Belledonne et le Vercors.

Le bon chemin forestier que nous avons suivi avait dû être bien utilisé autrefois car il avait été pavé. Nous avons eu une succession de grimpettes et de faux-plats bien venus. Les discussions sont allées bon train !

José devant, Danièle derrière, attentive à chacun et le groupe a atteint l'objectif : le lac de Freydières.

C'était un vrai plaisir de voir que ceux qui redémarrent étaient en bonne forme...

Le casse-croûte a été partagé et arrosé avec les échanges habituels et la bonne humeur...

Pour le retour nous avons pris un sentier qui longeait à distance la route, avant de retrouver les prairies odorantes et la maison de Danièle et José, où nous avons, à nouveau, été bien amicalement accueillis.

Françoise

Le col de la Croix dans le Trièves

28 juillet 2024

Nous étions quatre au départ de Vizille : Nicole, Agnès Chabert, Marie-Pierre et Marie-Laure.

Direction Tréminis. Nous avons laissé la voiture au lieu-dit "Pique-nique du Grand-Ferrand" puis nous avons suivi le sentier des Résistants. Il monte régulièrement dans la forêt jusqu'aux alpages. En-haut une vue magnifique s'offre à nous sur tous les massifs environnants et le plateau de Mens. Nous poursuivons le sentier bien marqué par des poteaux, croisons un beau troupeau de vaches et atteignons les carrières lithographiques (ancien lieu d'extraction d'une pierre spéciale, assez homogène pour permettre l'impression). Nous cherchons ensuite un lieu pour le pique-nique : sur le promontoire qui domine

notre chemin et qui nous offre un autre point de vue. Après le casse-croûte et un traditionnel échange de douceurs, nous redescendons de notre promontoire en cueillant des fleurs d'achillée millefeuille pour une préparation médicinale dont nous ignorons pour l'instant les vertus. La descente se poursuit par la piste forestière puis par un sentier ombragé.

Nous terminerons par des boissons bien fraîches, chez Nicole.

Dénivelé : 658m ; longueur 8km

Les lacs du Doménon

4 août 2024

À 7h, six courageux se retrouvent à Saint-Martin-d'Hères pour randonner dans Belledonne, la 7e personne nous rejoindra à Freydières.

À partir du parking de Pré Raymond, nous commençons la balade par une montée un peu raide puis le sentier serpente en sous-bois de façon régulière. La forêt laisse place ensuite à une végétation un peu « fouillis ». Beaucoup de fleurs ont déjà séché, les myrtilliers commencent à fructifier, quelques filets d'eau partagent notre chemin. Nous arrivons au lac du Crozet – 1974 m – après environ deux heures de marche entrecoupées de bonnes pauses. Frédérique nous attendra au bord du lac.

La montée en direction du refuge de la Pra est raide et le soleil commence à nous taquiner. Arrivés au col de La Pra, l'ensemble du groupe est prêt à bifurquer en direction du lac du Doménon en laissant le refuge à deux cents mètres à droite. Il est indiqué 30 minutes pour arriver au lac, mais ce n'est pas si facile pour tous les participants. Qu'importe, nous arrivons tous au bord du lac après avoir grimpé au milieu de blocs de rochers pas toujours très agréables. Le cadre est magnifique, la couleur de l'eau est indescriptible : bleue, verte, turquoise, grise. Il y a encore quelques rares névés accrochés sur les pentes des montagnes tout autour. L'ambiance est paisible,

malgré un grand nombre de randonneurs.

Il est l'heure de la pause restauration, et là, ça marche toujours sans problème. Quelques courageux mettent les pieds dans l'eau. Il paraît qu'elle est froide... Étonnant non ? Nous ne sommes qu'à 2385 mètres d'altitude.

Il y a deux lacs du Doménon le petit et le grand, poursuivre le sentier jusqu'au lac suivant est incontournable, nous y allons donc avant de commencer la descente par le même circuit que la montée. Le groupe solidaire et attentionné encadre gentiment une randonneuse un peu stressée... (vous avez deviné de qui il s'agit) et la descente se passe sans encombre. Arrivés au col, nous tournons le dos au refuge et continuons à descendre pour rejoindre Frédérique au lac du Crozet. Il y a de plus en plus de randonneurs, qui montent ou qui descendent, mais la montagne est grande, il y a de la place pour tous. L'arrivée au parking est appréciée. Il est 17h, la journée a été longue. 1100 m de dénivelé et 15 km.

Nous nous arrêtons à Freydières pour nous désaltérer avant de reprendre les voitures. Bref, une super journée dans un cadre grandiose et une météo supportable du fait de l'altitude.

En ont profité : Anne, Danielle C. Martine, Frédérique, Joël, Jean-Pierre, notre encadrant et le scribe du jour Agnès.

Le lac du Rif bruyant en boucle autour du Château des lacs

25 août 2024

Pas facile d'attirer les Alpesclubien(ne)s l'été, et parfois, jusqu'à presque l'horaire limite d'inscription, on croit devoir annuler cette pourtant très belle rando ! Heureusement quelques fidèles, soutiennent le moral qui de Bretagne, qui de Provence, qui de passage chez elle...des petits signes bien appréciables, merci, merci les copines !

Finalement nous étions 4 à nous donner rdv à la Brasserie Matheysine, à Nantes en Rattier, histoire de ne pas chercher un bistrot ouvert au retour, et ce fût une bonne idée !

La météo plutôt belle les jours précédents, se met à faire la tête mais la pluie a eu la bonne idée de tomber très tôt ce matin-là. En route vers le hameau du Mollard nous en concluons que nous aurons moins chaud et en marcheurs optimistes que le soleil finira bien par arriver. Pas très utile, compte tenu de l'excellent balisage de la rando, de sortir la trace GPS ou la carte et c'est en continuant les discussions que nous démarrons en traversant le pont sur la Roizonne, le hameau du Mollard avec une ou 2 maisons "dans leur jus" années 60, malgré un tracteur flambant neuf !

Un peu plus haut, pour éviter de traverser à gué le torrent Michel propose de monter par la droite et de ne pas passer dans le hameau du Rif Bruyant maintenant, ce qui fut fait mais la montée est raide, heureusement l'ambiance est encore fraîche.

Nous cheminons avec énergie jusqu'à la cabane forestière où une pause réconfortante s'impose. Là 2 options s'offrent à nous, chemin de droite ou de celui de gauche ? Nous décidons de repartir par la gauche sous la Grande Montagne alors qu'un randonneur seul part à droite.

Arrivés en vue du déversoir, après la partie aérienne du sentier, nous voyons vite que nous n'aurons aucun problème à franchir le torrent tellement il a peu d'eau. Et belle surprise, de nombreux framboisiers longent le sentier, discussions finies, chacun pour soi, nous nous précipitons sur ces beaux fruits bien mûrs ! Et c'est en ordre très dispersé que nous arrivons au lac à l'heure du déjeuner que nous allons prendre sur un gros rocher de la rive opposée. Très peu d'eau dans le lac mais une foison de ciboulette sauvage en fleurs tout autour.

Nous mangeons et siestons sous en ciel parfaitement bleu, il fait même bien chaud au-dessus de la

mer de nuages. Nous apercevons quand-même, en face le Piquet de Nantes et le Tabor, et au-dessus de nous le Coiro.

Pour un retour par la droite comme prévu, nous franchissons le collet au-dessus du lac et entamons la descente en picorant encore framboises et myrtilles (peu goûteuses cette année).

Nous faisons une boucle dans la boucle en passant par le hameau de Rif Bruyant, évité à la montée, où les portes du dortoir du gîte étaient grandes ouvertes et nous avons pu constater que l'aménagement y était joli et original.

Un petit vent à sérieusement rafraîchi l'atmosphère dans la vallée et c'est avec une veste bien fermée que nous dégustons notre bière en terrasse. Il faisait bien meilleur à 2000 m !

Cette journée bien sympathique a été partagée par Jean-Pierre, Anne, Michel et Marie-Pierre.

Nous avons fait 1031 m pour 13 km.

Marie-Pierre Engilberge

Tour du mont Rachais

12 septembre 2024

Compte tenu du temps incertain (Belledonne dans le brouillard) nous nous rabattons sur le parcours du tour du Mont Rachais en partant de Corenc (11 km, 600 m D+). Nous bénéficions d'un temps clément et effectuons une traversée bien sympathique.

Merci à Nane, Luce, Catherine, Claude, Danièle, Tina, José (et son super Bordeaux), Jean Sportivement
Christian

Col de l'Aiguille par la cabane de Rochassac

29 septembre 2024

Dimanche 29 septembre, accompagné par 4 charmantes dames, nous avons démarré notre balade de Baudille et Pipet.

Départ dans le froid.

Le soleil nous a rejoint à la cabane

de Rochassac.

Au bout de quelques heures, nous avons atteint le col de l'Aiguille. Très belle vue sur le Trièves. Preuve à l'appui avec ces quelques photos prises furtivement.

Nous sommes redescendus par le chemin des hirondelles.

Très belle journée.

Christian Doyelle

Le col de l'Arbarétan

3 octobre 2024

Sortie organisée par Noël.

Par temps bien couvert, nous avons pris la direction du col du Grand-Cucheron, dans la chaîne des Hurtières.

Par une route forestière nous avons atteint le parking de la Jasse, en dessous de la cabane du même nom, et laissé les voitures, sous une petite bruine pas engageante qui nous accompagnera.

Montée soutenue jusqu'au col de Champet. Nous avons alors suivi la crête des Mollards jusqu'au col d'Arbarétan, extrémité de notre boucle. Toujours dans un brouillard dense, nous avons deviné le lac des Grenouilles avant de découvrir le bien sympathique chalet d'Arbarétan chauffé par un bon poêle. Bien entretenu, avec une bonne réserve de bois. Nous devons tout ça à l'association "Tous à Poêle". Une bien belle initiative. Autant dire que notre casse-croûte autour de la grande table s'en est trouvé changé... Nous avons dû le quitter pour prendre l'itinéraire de retour.

Bel effort pour une sortie du jeudi, pas récompensé par la météo qui nous a privé de la vue, dommage !

Ont suivi Noël : Anne-Marie, Danièle, Françoise, Isabelle, Luce, Joël, José et Michel.

Christian

Découverte de Pont-en-Royans

10 octobre 2024

Nous étions 9 pour découvrir Pont-en-Royans célèbre pour ses maisons perchées le long de la Bourne. Le village s'étale sur les hauteurs, mais la Maison de l'Eau et ses annexes ont réussi à trouver l'emplacement idéal au milieu des habitations.

Il est 10h environ lorsque nous prenons la direction de la Cascade blanche. Les pluies abondantes de ces derniers jours l'ont transformée en "petites chutes du Niagara" ! Elle est impressionnante par son volume. Nous ne pouvons pas aller au-delà car le chemin est barré, probablement dû aux intempéries de ces dernières semaines.

Au passage nous observerons un groupe d'escaladeurs (guides, sauveteurs, spéléologues ???) en train de s'entraîner sous un immense toit équipé comme il se doit dans tous les sens !

Nous devons pique-niquer sur l'aire de loisirs le long de la Bourne mais le "trop d'eau dans la Bourne" a contre-carré notre projet et c'est devant le Musée de l'Eau que nous nous installerons.

Le café sera pris dans l'unique bar ouvert en cette période.

La visite du musée commencera par une dégustation dans le "bar à eaux" unique en France. La présentatrice est "haute en couleurs" et c'est dans une atmosphère bien décontractée que nous ferons la visite, accompagnés par un groupe de scolaires venus découvrir les vertus de l'Eau. Quoique l'eau de mélisse très alcoolisée a eu son petit succès ! Certains sont repartis avec de très jolies bouteilles sans millésimes ... Merci à Michel et à Anne-Marie d'avoir organisé cette journée de détente ensoleillée malgré une météo pessimiste, l'aspect culturel et de découverte l'emportant sur le côté sportif.

Étaient présents également Christian et Françoise, Catherine, José et Danièle, Tina et Nane

La Tête des Chaudières

13 octobre 2024

Nous sommes partis à 5 pour cette belle randonnée aux couleurs d'automne – Nane, Chantal, Yvon et sa sœur Cathy et moi – avec un départ du parking du Clos de la Balme à Corrençon. Au début tout allait bien : agréable rando en forêt en direction de la combe de Fer, avec cueillette de champignons variés et abondants. Mais les multiples sentes ont vite transformé cette mise en jambe en course d'orientation.

Après environ trois quart d'heures nous sommes trouvés devant le plat de résistance : une longue montée sans discontinuer de 400 m de dénivelé positive. Chacun a pris son rythme et peu à peu nous nous sommes rapprochés du chemin qui arrive de Combeauvieux. La montée devient alors un peu moins raide et le sentier se transforme en large chemin. Nous sommes alors arrivés à l'antenne qui borde la piste de ski, puis nous sommes dirigés vers le Pas de la Balme, le Mur des Sarrasins et le sommet de la Tête des Chaudières. Le ciel commence à se dégager ; la vue sur la combe et le sommet sont magnifiques.

Peu avant le sommet Nane décide de s'arrêter. Il est 13h, la marche a été longue et le dénivelé fort. Les nuages sont toujours présents mais le soleil pointe le bout de son nez. Nous allons au sommet en version légère, sans nos sacs, et dans la montée nous rencontrons un bouquetin femelle, une étagne, qui se balade avec agilité sur les rochers à quelques pas de nous. Elle prend son temps et ne semble pas être dérangée par notre présence. Elle finit cependant par rejoindre les siens et nous laisse aller tranquillement au sommet. Très belle vue avec le soleil et les nuages qui jouent à cache-cache. Photos d'usage ; coucou à Nane, petit point rouge en contre-bas, et nous voilà redescendus pour partager le pique-nique avec elle. Nous descendons après cette pause gustative avec vigilance

dans la première partie car les rochers glissent et la terre est bien grasse. Nous reprenons le même chemin jusqu'au début de Combeauvieux. Là nous obliquons vers le sentier près de la piste de ski, mais il est très pentu, les pierres roulent et nous sommes fatigués. Nous prenons alors la clé des champs et marchons à côté sur ce qui deviendra une piste de ski mais qui pour l'instant est une belle prairie. Nous reprenons le chemin quand il se fait moins raide et finissons sur une piste forestière accueillante avec des couleurs d'automne flamboyantes et un soleil maintenant bien installé.

C'était une très belle randonnée de 950 m de dénivelé positif et de 13 km. La Tête des Chaudières est un sommet qu'on fait traditionnellement l'hiver mais qui est très agréable à cette saison même si les sentiers tracés droit dans la pente et les cailloux qui les recouvrent rendent la randonnée plus difficile l'été que l'hiver. Il y a beaucoup de possibilité pour monter au sommet de la Tête des Chaudières. Nous aurions pu aller jusqu'à la cabane de la combe de Fer et continuer en montant par le versant est, mais c'est très raide et cela demande une bonne connaissance du terrain car il n'y a pas de sentier et beaucoup de lapiaz. Un projet à faire avec ceux qui en auront envie une prochaine fois.

Notre parcours était suffisamment sportif pour rassasier les amateurs de courses en montagne ! Merci à Nane, Chantal, Yvon et à sa sœur Cathy de m'avoir accompagnée.

Cécile

Notre-Dame-de Parménie

17 octobre 2024

La pluie du matin n'arrête pas le pèlerin ni les seniors de l'Alpes-Club, destination Parménie.

Cette randonnée nous a fait découvrir Notre-Dame-de-Parménie, site très accueillant avec une vue superbe sur le Vercors. Après avoir été épargné par la

catastrophique inondation de 1219 causée par la rupture du barrage de l'Oisans, Parménie devint un lieu de pèlerinage et de foire, à l'origine de la Foire de Beaucroissant.

Nous partîmes donc, treize valeureux montagnards, de la mairie de Tullins avec un ciel mitigé. Sous la direction de nos guides, Françoise et Christine, nous avons réussi à gravir les 500 mètres de dénivelé dans un temps raisonnable permettant les échanges habituels sur la famille, la santé et l'actualité. L'arrivée à l'observatoire nous a permis de découvrir un superbe panorama sur le Vercors et la Chartreuse. Nous avions réservé pour notre pique-nique un superbe emplacement près du centre d'accueil de Notre-Dame-de-Parménie* avec tables et sièges confortables. Notre lunch fut donc fort agréable avec quelques rayons de soleil et des échanges de vin et friandises.

Une descente tranquille nous a ensuite permis de retrouver nos voitures et de partager un dernier pot de l'amitié dans le seul bistrot de Tullins ouvert.

Le retour sous la pluie dans Grenoble nous a conforté dans le choix de notre randonnée.

Un grand merci à tous les participants : Christine, Françoise et Christian, Tina, José et Danielle, Claude et Jean Ballay, Agnès, Catherine, Colette, Anne Marie et Michel.

Christian

*La maison de famille lasallienne, lieu de retraite Saint-Jean-Baptiste de La Salle

Le centre d'accueil Notre-Dame de Parménie est un haut lieu lasallien. Jean-Baptiste de La Salle (1651-1719), fondateur de la congrégation des Frères des Écoles Chrétiennes et Saint-Patron des éducateurs, s'y retira en 1714, alors qu'il traversait une période de doute. Là, une rencontre et un appel lui rendirent espoir et l'engagèrent à poursuivre sa mission au service des œuvres éducatives pour les jeunes, particulièrement les plus défavorisés.

La colline de Parménie accueille

aujourd'hui de nombreux groupes, de tous pays. Porté et animé par la famille lasallienne – frères et laïcs engagés pour l'éducation humaine et chrétienne – le centre est ouvert à tous. On peut y venir seul, en famille ou en groupe constitué, pour un jour, une semaine ou plus. À l'écart, dans la simplicité et le calme d'une nature accueillante, on s'y retrouve, on s'y rassemble, on s'y ressource.

Le Petit Som par le col de la Ruchère

3 novembre 2024

Nous étions 6 au départ du Parking de la Corrierie (850m).

Temps frais (6 degrés...) et clair ; une belle journée s'annonçait.

Nous avons pris la route menant au monastère, puis la piste forestière menant à Notre-Dame-de-Casalibus puis à la chapelle Saint-Bruno. Derrière la chapelle part une sente dans une belle forêt composées de blocs. Elle débouche sur un sentier qui assez rapidement grimpe fort.

Nous arrivons au bas de la prairie du col, au soleil...petite pause boisson-lunettes-crème solaire. Nous remontons la prairie et gagnons le col de la Ruchère (1407m). Nous partons à droite sur un bon sentier (GR9).

Après quelques lacets, nous arrivons à une bifurcation où il faut laisser le GR qui part sur le Pas du Loup (faut pas aller trop vite pour ne pas louper le chemin... !) , et prendre à gauche une sente balisée jaune qui remonte droit dans la pente au départ (qui, au soleil, nous a fait bien transpirer) puis lacets jusqu'à la cheminée du Petit Som.

La cheminée, à l'ombre, se passe bien. En haut de celle-ci, prendre la trace de gauche qui mène rapidement à la croix sommitale du Petit Som (1772m).

Superbe panorama à 360° sur la Chartreuse, le mont Blanc, les Bauges, le lac du Bourget, la plaine jusqu'au Jura, le Vercors...

Soleil, chaleur, pas de vent...nous

pouvons pique-niquer au sommet avec plaisir.

La descente se fait en passant par le col de Leschaud, puis en descendant le vallon herbeux jusqu'à la forêt où l'on retrouve le GR9 qui nous conduit à la faille du Pas du Loup...qui se passe sans problème.

On continue jusqu'au col de la Ruchère, puis prairie de la Folie jusqu'au habert de Billon. En contrebas du habert, au niveau de la forêt prendre sur la gauche le sentier qui conduit "au réservoir" ...puis le chemin Saint-Bruno et le parking qui s'est bien rempli depuis ce matin.

Au total : 955m de D+ ; 13,3 km, sur un très beau parcours varié.

Au retour, nous nous arrêtons au col de Porte pour partager une boisson-gâteau-pâte de coing bien appréciés.

Je remercie Martine, Nane, Tina, Christian et Joël qui ont rendu ma première expérience "d'encadrante" bien agréable.

Dominique

Le Grand Ratz

7 novembre 2024

Départ du parking des gorges du Breys, sous un ciel un peu voilé.

Une montée très agréable par un chemin forestier aux belles couleurs de l'automne nous a conduit au hameau du Grand-Ratz, puis au sommet de Roche-Brune. Bien que la brume voilât le paysage, nous avons bien perçu l'étendu de la vue. Casse-croûte bien sympa au sommet.

Pour le retour, nous avons suivi un autre itinéraire qui nous a conduits au site de saut en parapente, qui domine la Buisse, avant de rejoindre les gorges du Bret.

Ont participé à cette sortie : Christine, Danièle, Françoise, Tina, Joël, José, Michel et Noël.

Françoise

Le Lac de Belledonne

10 novembre 2024

8h point de rencontre pour le covoiturage dans le brouillard stagnant à Vizille, fort heureusement ce brouillard est très local.

Route jusqu'au parking de Coteyssard au-dessus d'Allemont à 1280 m.

Départ à pied 8h50, la montée est un peu soutenue mais agréable car il y a un tapis confortable de feuilles. Le ciel est magnifique et le soleil descend doucement à notre rencontre.

Arrivés à La cabane du Chateau (1776 m) nous sommes accueillis par un groupe de jeunes Polonais et un Ukrainien qui nous sortent des chaises pour la pause et nous offrent généreusement du chocolat sans café car ils n'ont plus d'eau ! Nous poursuivons notre montée au soleil jusqu'au Pas de Bessey (1939 m), puis replongeons à l'ombre dans le cirque pour retrouver avec plaisir le soleil sur la dernière pente avant le lac.

Belle vue sur l'imposant Grand Pic de Belledonne (2977 m), nous apercevons la croix qui se détache dans le ciel bleu à 2926 m sommet de la croix de Belledonne. Le lac commence sa couverture d'hiver, la glace est présente sur une partie du lac.

À l'opposé la chaîne des Grandes Rousses est blanche.

Nous nous posons pour le casse-croûte et finissons par la ronde des desserts partagés biscuits et chocolat sont au menu.

Brève sieste pour certains interrompue par la fraîcheur due à la disparition du soleil. Nous levons le camp...

La descente se passe sans problème, nous croisons encore beaucoup de personnes qui montent.

Déception à l'arrivée à Allemont devant la fermeture de tous les bars !

Merci à Danièle, Dominique, Jean-Paul, Martine, Nicole et Tina de m'avoir accompagnée au Lac de Belledonne.

Yolande

L'Écoutoux

14 novembre 2024

L'Écoutoux, sommet mythique, j'en avais souvent entendu parler par Françoise dont c'est le domaine familial, par Michel qui l'a déjà gravi avec l'Alpes-Club et avec sa petite-fille Pimprenelle et par Jean-Pierre qui l'a fait en escalade par l'autre face toujours avec Pimprenelle.

C'est une des raisons pour lesquelles il fallait bien que je le découvre.

Nous sommes donc partis à 9h du parking de Carrefour sous un ciel bien gris, mais avec l'espoir d'avoir un petit rayon au Sappey. Que nenni, c'est donc plein de courage qu'après avoir laissé les voitures au hameau des Sagnes, nous avons attaqué la montée. En fait 300 m de dénivelé, une première montée, un petit replat et la montée jusqu'au sommet. Rien pour certains, un peu plus difficile pour d'autres. De la rocaïlle, des feuilles, de l'humidité, mais nous somme en automne et le sous-bois était bien joli.

C'est dans la bonne humeur qu'une fois au sommet tout le monde a partagé ses friandises. Pas de spectacle sur les montagnes environnantes, le ciel n'a pas voulu se dégager, aussi très précautionneusement, nous avons pris le chemin de la descente.

Après un pique-nique un peu à l'humide, étant donné la météo et ce premier froid, la décision a été prise à l'unanimité de ne pas poursuivre vers le Saint-Eynard, comme initialement prévu, mais d'opter pour une boisson chaude au Café de la Place au Sappey où certains ont découvert le green chocolat, spécialité locale d'un chocolat bien chaud dans lequel est versé un trait de Chartreuse. Merci les Bons Pères...

Ont participé à cette sortie : Danièle et José, Françoise et Christian, Claude et Jean, Tina, Claude G., Michel et Anne-Marie

Le plateau de la Molière à partir des Égauds

17 novembre 2024

À 8h30 précises 10 marcheurs et surtout marcheuses se réjouissent de la bonne météo du jour, et se répartissent dans 2 véhicules, direction Engins. Et après un petit détour non prévu par le village, arrivent enfin au bon lieu de départ, le parking des Égauds.

Nous entrons rapidement dans le vif du sujet avec une montée bien raide. Effectivement, elle nous fait bien transpirer et souffler et après quelques pauses et arrêts déshabillage nous arrivons enfin à la Graille et avons déjà fait les 2/3 du dénivelé !

Quelques centaines de mètres plus loin nous obliquons à gauche toute pour prendre le sentier qui nous fera rejoindre, par le Pas de Bellecombe, la crête où nous sommes accueillis par un sympathique chasseur bredouille avec qui nous échangeons quelques mots avant d'admirer la vue à 360° absolument époustouflante sur l'ensemble de nos chaînes de montagnes. Chacun y va de sa proposition pour les noms des sommets emblématiques de la Meije, du Rateau, des Écrins...mais aussi des plus modestes plus proches de nous. La palme revient à Isabelle !

Nous cheminons sur la crête tout en discutant et profitant du soleil et de la vue magnifique. Quelques arrêts pour s'extasier et c'est reparti pour notre objectif, la Molière, que nous atteignons, après le Pas de l'ours qui domine le gîte, à l'heure du pic-nic. Petite visite à la table d'orientation en apéritif.

Nous choisissons d'en commun accord un endroit en contre-bas du chemin pour nous installer face au soleil pour notre repas qui commence par une petite tournée de très bon vin offert par José et se termine par tout un choix de gâteaux maison délicieux ! Merci à nos cuisinières.

Après quelques rires pour

essayer de tous rentrer dans un selfie destiné à souhaiter un bon anniversaire à notre coprésident, nous voilà repartis pour la descente.

Nous empruntons la piste "classique" qui traverse le plateau de la Molière en passant par le gîte. Alors que dans la matinée nous étions déçus de ne pas voir le mont Blanc caché par les nuages nous avons le plaisir de le voir enfin dégagé.

Arrivés à la Graille, nous ignorons notre chemin de montée et nous continuons en direction des Merciers, après 2 km nous rejoignons le parking à 15h précises. Décision est prise de passer par Lans-en-Vercors pour prendre l'habituel pot de fin de rando afin de bien finir cette belle journée ensoleillée et fort sympathique !

M'ont accompagnée Agnès C., Claude & Jean, Danielle & José, Danielle C., Isabelle, Nicole, Tina et je les remercie pour cette journée très conviviale !

Marie-Pierre



LES INFOS DU CLUB

LES RENDEZ-VOUS 2025:

- Janvier : 3 jours au refuge du Nan du Beurre dans le Beaufortain, Ski de randonnée nordique et ski de montagne
- Du 28 au 31 mai séjour multi activités en Ardèche. Pédestre, escalade, vélo, culture.
- Début août le tour de la Bessanaise, Haute Maurienne, France-Italie. Rando pédestre exigeante.
- Octobre séjour multi activités dans les calanques de Cassis. Pédestre, escalade, culture, baignade.

LE CARNET

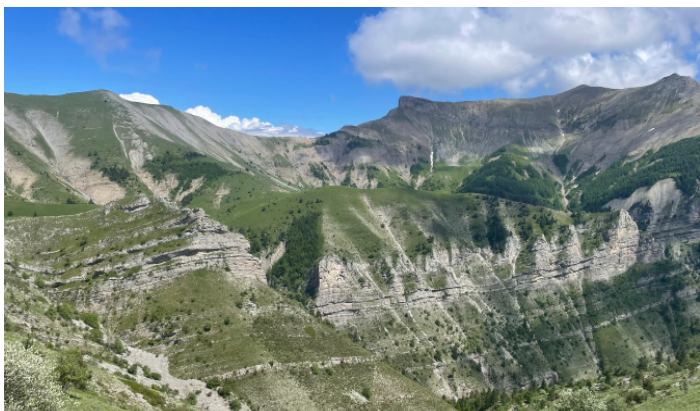
Naissance:

Julia Montero et Eddie Pelloux nous annonce la naissance de Diego le 21 janvier 2024.

Notons qu'il est le petit-fils de Maryse Pelloux et de notre co-président JPP et le neveu de Jérémie, qui prend en charge chaque année la réalisation du *TPH*.

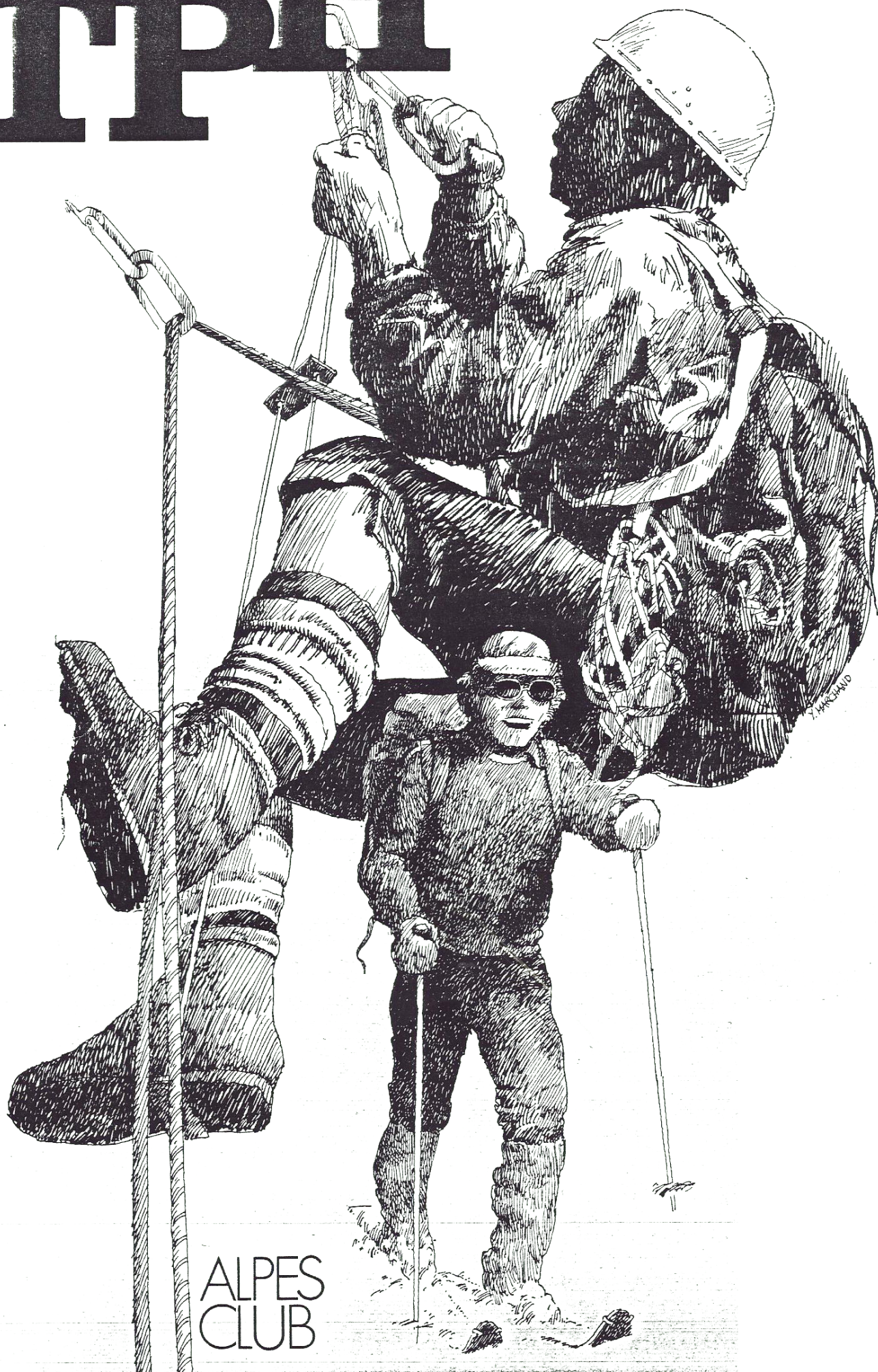
Nous souhaitons la bienvenue à ce petit randonneur en herbe qui commence juste à marcher, en espérant qu'il ne s'arrête jamais. On fait confiance à ses parents pour l'initier à la montagne, et à son grand-père pour lui faire partager toutes ses précieuses années d'expérience de la randonnée sous toute ses formes.





TPH

toujours plus haut



ALPES
CLUB

Montage et mise en page: Jean-Pierre et Jérémie Pelloux. Crédits photos: Alpes-Club