

Permanence : vendredi de 17h à 18h
06 70 74 41 87



Club Alpin de Haute-Provence
Lettre d'info
Mai 2024

**Cet été, le CAF de Haute-Provence vous donne
rendez-vous en Haute-Savoie!**



Comme chaque année, une semaine multi-activité est organisée par le CAF de Haute-Provence. Cette année, elle aura lieu **du 6 au 13 juillet** dans le massif des Aravis. Camp de base : le Grand Bornand.





Merci de vous inscrire rapidement (avant le 20 juin) sur le site en précisant combien vous serez ? si vous covoiterez ? tente (nombre de place), caravane, autres ? les activités pratiquées participants normal ou aguerris, encadrants ? Vos souhaits de sorties ou autres ?

La semaine multi-activité, comment ça marche?

Le camp prend ses quartiers d'été en camping. 20 à 30 cafistes sont en tout types d'hébergement : tente, caravane, van, camping-car, voire parfois mobil-home.

Il n'est pas obligatoire de participer à la totalité de la semaine. Nous prévoyons une liste d'activités et de sorties en fonction du lieu de villégiature. Chaque participant peut faire des propositions pour enrichir les échanges. La météo rythme les activités journalières.

Le club alloue une subvention pour participer à une activité non encadrée par le CAF, type canyon, raft, etc

Camping l'escale 33 Chemin du plein air 74450 Le Grand Bornand . C'est un 3 étoiles avec piscine avec des tarifs savoyards...qui devraient être revus à la baisse car nous serons regroupés.

Merci de s'inscrire le plus rapidement possible afin d'avoir de la visibilité pour le camping car la gérante le demande.



Vallon de Doran et la Pointe-Percée - cliché : Altituderando.fr

Maître mot : CONVIVIALITE! Les débuts de soirée sont ponctués par l'inénarrable "débriefer-apéro"... Il faut bien se retrouver pour décider des participations et activités pour le lendemain! Et pourquoi pas autour d'un verre... breuvage et spécialités "maison" sont les bienvenus!

Il y a beaucoup de rando : un must la Pointe-Percée, les hardes de bouquetins vers le col de la Colombière... de l'escalade rocher école ou falaise, VTT, via ferrata , etc... Il y en a pour tous les goûts!

Au plaisir de vous y retrouver!



Sorties, gestion de trésorerie et simplification...

Suite à la disparition tragique d'Edmond, Francis Blaison, l'actuel trésorier, va reprendre l'ensemble de la gestion de la trésorerie du club.

Afin de simplifier cette gestion, le CODIR a décidé :

- **d'arrêter la caisse en argent liquide**, ce qui signifie que les paiements se feront soit **par chèque** soit **par virement bancaire** pour les locations des kits DVA/pelle/sonde, les versements d'arrhes aux séjours, licences découvertes, le paiement des frais kilométriques du minibus....
- petit à petit, nous mettons en place le paiement de certaines prestations via le site HelloAsso : <https://www.helloasso.com/associations/club-alpin-francais-de-haute-provence>. Pour le moment, sont disponibles l'adhésion à la SAE et la prise de carte découverte.

Merci de votre compréhension,

Le comité directeur

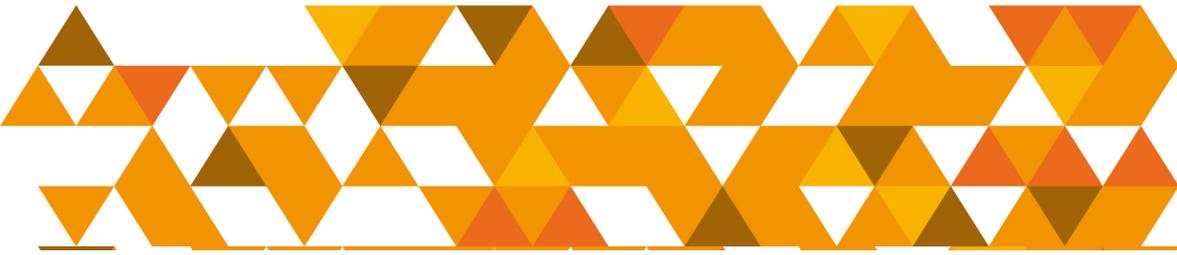
Appel à bénévoles pour Famille en marche!

Nous organisons un bivouac à la belle étoile dans la nuit du 1er au 2 juin, à côté du refuge d'Art du Vieil Esclangon.

Samedi montée fin d'après-midi ; soirée sympa-cool ; dimanche randonnée Chapelle St Jean-lame de Facibelle.

Bonne ambiance garantie (enfin j'espère !) Et nous avons besoin d'encadrants !

Contactez Françoise : fr.iris@free.fr ou sur son téléphone 09 52 84 06 55 (tel fixe, pas de SMS !)



Séjour Escalade dans les aiguilles de Bavella - Corse du sud

Du samedi 19 octobre au samedi 26 octobre 2024

(à confirmer départ Digne, le vendredi 18 octobre à 16 h. et retour Digne, le dimanche 27 octobre matin)

Objectif :

Escalade de voies de plusieurs longueurs (entre 150 et 300 m.), souvent classées en terrain d'aventure.

Il s'agit d'un séjour durant lequel les cordées évolueront en complète autonomie.

Si le temps est mauvais, les participants pourront réaliser des randonnées alpines dans le massif de Bavella.

Effectif :

8 grimpeurs maximum avec 4 leaders et 4 seconds.

Niveau requis :

Leader :

- 5+ en escalade en terrain d'aventure.
- autonomie dans la recherche d'un itinéraire d'accès et de retour en terrain difficile (maquis corse !)
- autonomie dans la lecture d'un topo et dans la recherche d'un itinéraire en terrain d'aventure
- gestion d'une cordée en complète autonomie

Second :

- 5+ en second en grande voie
- maîtrise complète des techniques d'escalade en grande voie (relais, rappel)

Conditions d'organisation :

- déplacement avec le minibus du club et/ou les véhicules des participants
- hébergement sous tente au camping U Ponte Grossu
- repas préparés en commun
- traversée en ferry sans cabine

Coût prévisionnel par personnes : 400 €

Conditions d'inscription :

Adhésion à l'ensemble des objectifs et conditions d'organisation du séjour.

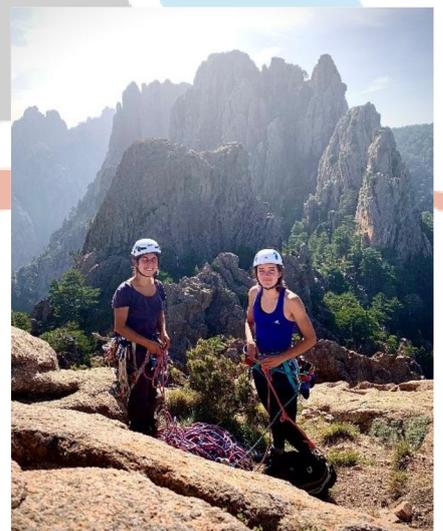
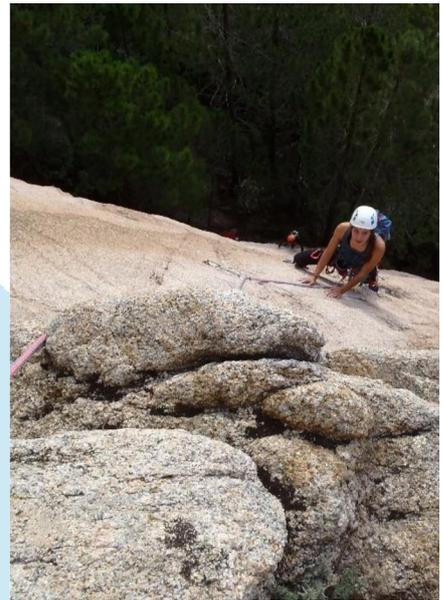
Versement de 150 € à l'inscription (non remboursable dès que les réservations de traversée auront été faites)

Renseignements et inscriptions :

Fanny Gaborit : 06 59 64 46 87

Dominique Thiery : 06 70 36 06 22

Date limite d'inscription : 15 mai 2024





La grande majorité des Cafistes et habitués de la montagne connaissent ces règles. Mais n'hésitez pas à partager autour de vous ces quelques lignes de bon sens auprès des personnes qui vont poser le pied sur un sentier, ou monter dans un refuge, peut-être pour la première fois. Merci à tous, et bonne rando! (et merci à Bernard pour ce rappel!)

La Charte du Randonneur

Respectons les Espaces Protégés,

Restons sur les sentiers car dans la nature, seul le sentier est le Territoire de l'Homme;

Nettoyons nos semelles pour ne pas transporter des graines, des germes lors de séjour à l'Etranger;

Refermons les clôtures et les barrières sur notre passage car des animaux domestiques sont dans les parcs traversés;

Gardons les chiens en laisse afin qu'ils ne dérangent et ne poursuivent pas les animaux sauvages ;

Récupérons nos déchets car le « meilleur déchets » est celui que nous ne produisons pas ;

Partageons les espaces naturels avec les autres utilisateurs de cet espace : VTTistes, Chasseurs, Bergers avec leur troupeaux...etc;

Laissons pousser les fleurs et ne les ramassons pas car elles sont plus jolies dans leur milieu naturel que dans un bouquet et un vase à la maison;

Soyons discrets afin d'écouter le chant des oiseaux et le cri des animaux sauvages ;

Ne faisons pas de feu car l'incendie peut tout détruire en quelques minutes;

Préservons nos sites en étant acteur de leur qualité ;

Privilégions le Covoiturage et les transports en commun pour nous rendre sur la zone où nous allons marcher et au retour bien entendu. Le transport est l'une des principales sources d'émission de « gaz à effet de serre ».

Cette charte, de simple bon sens, est également valable pour les autres activités que nous pratiquons : Raquettes, Skis de randonnée, Alpinisme, Escalade...etc.

« Marcher en Montagne c'est Connaître, Connaître c'est Apprendre, Apprendre c'est Guider, Initier, Transmettre aux Autres ». Teresio Valsesia auteur Italien auteur de nombreux livres et topos.

CUORE : Camminare per Udire le voce del bosco, Observare con occhi nuovi, Riflettere et Emozionarsi ancora davanti la Montagne
Traduction : Cheminer pour Entendre, Ecouter les voix du bois, Observer avec des yeux neufs, Réfléchir et surtout s' Emouvoir encore devant la Montagne.

Teresio Valsesia



Week-end convivial au Laverq : quelques infos

Hébergement possible pour 15 personnes au moins.

Randonnée pédestre le samedi avec repas du soir : Pizza au four à bois....Repas partagé le dimanche. Le programme peut être modifié en cas de pluie annoncée.

Escalade possible à la Petite Séolane (grandes voies) ou petites voie en 6 à gauche du Col de Séolane..e.t.c

Des infos plus précises seront données plus tard mais vous pouvez déjà vous inscrire sur le site.

Bernard Tron

Compte-rendu - Initiation alpi – Module rocher

Ce samedi 2 avril, après la neige (et le froid !), deuxième journée du cycle « Initiation alpinisme » organisé par le club à Courbons.

Fanny était à la manœuvre pour animer ce module « rocher » par une belle journée ensoleillée, accompagnée par Antoine, Quentin et Dom. 11 alpinistes ou futurs alpinistes y ont participé.



Le groupe a été scindé en 2 avec un premier atelier grandes voies et un second, course d'arête (eh oui, on peut faire de la course d'arête à Courbons).

A la fin de la journée, relais triangulé, descente en rappel, progression en corde tendue, gestion des longueurs d'encordement, pose de coinces n'avaient (presque) plus de secret pour les participants. Il n'y a plus qu'à confirmer tout cela en montagne durant l'été !

Merci à Dominique pour le compte-rendu



Le 01/05/2024

De Chaudon à Saint Jacques

Barrême - Randonnée

12 places

8 places restantes

Contact

TRON Bernard

04 92 35 41 83

Le 05/05/2024

Initiation canyoning

A définir

6 places

Complet

Contact

DAL BELLO Simon

0675754844

Le 05/05/2024

Escalade Adulte en falaise tous niveaux

Le Seuil

8 places

8 places restantes

Inscription

DELVAL Antoine

06 78 99 27 75

Du 08/05/2024 au 12/05/2024

MASSIF DE L'OISAN – Via ferrata

SAINT CHRISTOPHE EN OISAN

6 places

5 places restantes

Inscription

BLAISON Francis

0608057073

Du 08/05/2024 au 12/05/2024

WE LONG du 8 mai - randonnée

Gorges du Verdon

14 places

Complet

Contact

TRON Bernard

04 92 35 41 83

Du 09/05/2024 au 12/05/2024

STAGE Canyoning -ANNULE

Le 12/05/2024

Escalade Adulte en falaise tous niveaux

La Roche

8 places

8 places restantes

Inscription

DELVAL Antoine

06 78 99 27 75

Du 18/05/2024 au 20/05/2024

WE Pentecote

Apt - Randonnée

15 places

10 places restantes

Inscription

LESTIENNE Laurence

0648027992

Le 26/05/2024

Crête des barse

Gigors - Randonnée

15 places

15 places restantes

Inscription

LESTIENNE Laurence

0648027992

Le 02/06/2024

Initiation escalade TRAD

Courbons – Najon

6 places

6 places restantes

Inscription

THIERCY Dominique

06 70 36 06 22

Le 02/06/2024

Seolane des Besses

Méolan - Randonnée

12 places

10 places restantes

Inscription

BRUN Françoise

04 92 85 53 97



Du 15/06/2024 au 16/06/2024

WE Convivial

LAVERQ

30 places

28 places restantes

Inscription

TRON Bernard

04 92 35 41 83

Du 06/07/2024 au 13/07/2024

SEJOUR MULTI ACTIVITE Eté

Aravis en Haute-Savoie

30 places

12 places restantes

Inscription

LESTIENNE Laurence

0648027992

Du 15/06/2024 au 17/06/2024

Les Rouies et crête de l'Orient

Valgaudemar - Alpinisme

4 places

Complet

Contact

BLAISON Francis

0608057073

Du 22/06/2024 au 23/06/2024

Week-end initiation alpinisme glacière au refuge

du Glacier Blanc

Vallouise-Pelvoux

6 places

Complet

Contact

BLAISON Francis

0608057073

Du 29/06/2024 au 30/06/2024

WE Vieux Chaillol par le Touron

Pont du fossé - Randonnée

10 places

2 places restantes

Contact

LESTIENNE Laurence

0648027992

