

LES ENCADRANTS

LES ENCADRANTS

BOUTEILLER Cécile	06 84 17 67 83	cecile-bouteiller@wanadoo.fr
BOYER Pascal	07 78 25 80 64	pascal.boyer33@gmail.com
BROUCHIN Philippe	06 78 92 22 02	ph.brouchin@wanadoo.fr
CHABOD Jean Pierre	06 77 15 21 98	Jean-pierre.chabod@wanadoo.fr
CHATENET Jean-Bernard	06 08 51 41 26	jb-chatenet@orange.fr
COFFIN Françoise	06 32 14 83 02	francoisecoffin@orange.fr
DELPECH Hervé	06 20 79 39 18	delpech.herve@gmail.com
DROUET Alain	07 88 08 46 84	alain.club@orange.fr
DUBIEF Jean-Christophe	06 88 20 73 66	jc.dubief@cegetel.net
DUTHEIL Nathalie	06 31 55 67 69	dutheil.nathalie@orange.fr
ESPAGNET Eric	06 49 56 58 53	eric.espagnet@laposte.net
GEFFROY Véronique	06 20 61 41 00	veronique.geffroy@sfr.fr
GIBARROUX Yorick	06 30 63 35 31	ekogib@hotmail.com
GUÉDÉ Vincent	06 60 86 97 34	vincent.guede@gmail.com
GODARD DE BEAUFORT Paul	06 48 03 98 56	paul.godard2b@gmail.com
LAPEYRE Alain	06 51 31 33 51	av.lapeyre@orange.fr
LEFEVRE Sophie	06 08 96 71 83	slefevre74@hotmail.com
MINIUSSI David	07 86 21 13 35	david.miniussi@wanadoo.fr
MONGET Christophe	06 82 87 00 84	christophe.monget@gmail.com
MONTGUILHET Alain	06 44 88 29 37	alain.monguilhet@wanadoo.fr
MORIN Michel	06 81 36 81 48	michemorin@wanadoo.fr
PEYROT Pierre	06 61 58 41 86	pierre.peyrot@gmail.com
PLANCHE Claude	05 56 47 06 09	claudeplanche33@gmail.com
RAMADOUR Anne-Cécile	06 40 90 89 05	ramadourac@wanadoo.fr

Désignation	page
Planning général	4
Formation	6
Ski de randonnée	10
Raquettes	17
Randonnée	23
Escalade	28
Canyoning	33



Nous acceptons les chèques vacances



SPORTS AVENTURE

14 rue de Cursol — 33000 Bordeaux

PLANNING GÉNÉRAL

PLANNING GÉNÉRAL

Dates	Lieu	Activité
6 novembre	Formation manip. de cordes	Formation
11-13 novembre	Découverte de la réserve d'Orlu et ses environs	Randonnée
26 novembre	Formation DVA stade rue Virginia	Formation
26 novembre	Formation DVA plage Bordeaux-Lac	Formation
3 décembre	Formation cartographie/orientation	Formation
10-11 décembre	Initiation ski randonnée (Gavarnie)	Ski de rando
10-11 décembre	Re-peau-tage à Gavarnie	Ski de rando
11 décembre	Escalade à la journée	Escalade
17-18 décembre	Pic de Ballonque	Ski de rando
20-22 janvier	Réserve naturelle de Chastreix-Sancy	Raquettes
21-22 janvier	Pic du Lurtet	Ski de rando
4-5 février	Cabane et Cap de Gauch	Raquettes
18-19 février	Pic de Sanctus (Massif de Gourette)	Ski de rando
18-19 février	Le Pic Saint Barthelemy (2348m)	Raquettes
24-26 février	Ski depuis le refuge du Wallon	Ski de rando
25-26 février	Soum des Salettes	Raquettes
4-5 mars	Pic de Cabalirros	Raquettes
11-12 mars	Les lacs de la Glère (Néouvielle)	Raquettes
12-18 mars	Freeride et ski de rando à Tignes	Ski de rando
19 mars	Form. de techn. de rappels en canyon à Frontenac	Formation
18-19 mars	Tuc d'Auribareille	Ski de rando
18-19 mars	Raquettes en Vallée d'Ossau vers le Col d'Ayous	Raquettes
25-26 mars	Col de Marraut (Luz St-Sauveur)	Ski de rando
25-26 mars	Pic de Canaourouye	Raquettes

PLANNING GÉNÉRAL

PLANNING GÉNÉRAL (Suite)

Dates	Lieu	Activité
26 mars	Formation manip. de cordes en falaise	Formation
27 mars - 2 avril	Raid à ski Massif du Néouvielle	Ski de rando
31 mars - 2 avril	Vallée d'Astes, le lac de Maucapera	Raquettes
Du 8 au 15 avril	Itinérance en Haute-Maurienne (Savoie)	Ski de rando
21-23 avril	Vallon d'Estaragne et Pic de Madamète (Néouvielle)	Ski de rando
29 avril - 1 ^{er} mai	Canyoning dans les Pyrénées Orientales	Canyoning
15-16 avril	Cabanes et lac d'Ansabère	Raquettes
13-14 mai	Escalade à Saint Géry	Escalade
18-21 mai	Canyoning en Sierra de Guara	Canyoning
20-21 mai	Vallon et Col d'Aspé (2280m) Gavarnie	Randonnée
27-28 mai	Escalade autour de Narbonne	Escalade
28 mai - 4 juin	Collioure à Cadaquès	Randonnée
10-11 juin	Gorges de l'Aveyron	Escalade
24-25 juin	Canyoning dans les Pyrénées Atlantiques	Canyoning
25 juin	Escalade à la journée	Escalade
5 juillet	Climbing Summer Festival de Frontenac	Escalade
25 août - 5 septembre	Le tour du Mont Rose (Suisse)	Randonnée



FORMATION

La formation, un axe de progression majeur proposé par le club.

La formation est un élément essentiel pour les adhérents d'un club. C'est surtout la garantie de pérenniser l'activité et de vous rendre autonomes.

Certains modules sont conseillés, d'autres obligatoires, tous sont importants !

Notre club a pour vocation première :

- de transmettre les compétences ;
- de motiver des vocations ;
- de vous donner les moyens de pratiquer la montagne en toute sécurité.

Venez apprendre avec nous...

Les sorties formation sont gratuites.

Elles peuvent être obligatoires pour accéder à certaines sorties.

Dates	Désignation	Niveau
6 novembre	Formation manip. de cordes	Tous
26 novembre	Formation DVA stade rue Virginia	Tous
26 novembre	Formation DVA Plage Bordeaux Lac	Tous
3 décembre	Formation cartographie/orientation	Tous
19 mars	Formation techn. de rappels en Canyon à Frontenac	Initiation et +
26 mars	Formation manip. de cordes en falaise	Tous

Formation manip. de cordes

6 novembre

ENCADRANTS Françoise coffin - Véronique Geffroy & Co

NIVEAU Tous

PERSONNES Sans limitation

HÉBERGEMENT

AUTONOMIE Pique-nique le midi

MATÉRIEL Kit escalade

DÉPART 8h

FORM.REQUISE Aucune

INSCRIPTION Françoise Coffin - francoisecoffin@orange.fr

INFO +

Destination la falaise de la « Font qui pisse » en Charente pour une journée dédiée à la formation aux techniques d'encordement et d'assurage. Vous y apprendrez à faire des nœuds bizarres, à utiliser à bon escient tout ce que l'on trouve dans le sac d'un grimpeur, à descendre en rappel, à tricoter des relais avec des sangles et des mousquetons ainsi que moult autres curiosités vous permettant d'acquérir l'autonomie nécessaire au plaisir immodéré de l'escalade et tout ça en grimant ! Petit rappel : les formations manip de cordes sont requises pour toute participation à nos sorties.

Formation DVA stade rue Virginia

26 novembre

ENCADRANTS	Michel Morin - Alain Lapeyre
NIVEAU	Tous
PERSONNES	20
HÉBERGEMENT	Pelouse du stade
AUTONOMIE	«Buvette» fermée
MATÉRIEL	DVA fournis par le club
DÉPART	18h30
FORM.REQUISE	Aucune
INSCRIPTION	Alain Lapeyre - av.lapeyre@orange.fr

INFO +

Ah ! le DVA (ex ARVA) !!! On oublie vite son maniement. Venez nombreux aux formations pour vous remettre dans le coup et pour partir dans vos sorties hivernales. Rendez-vous au club house du stade du Stade Bordelais au 26 de la rue Gondolma Bordeaux Caudéran.

Formation DVA Plage de Bordeaux-Lac

26 novembre

ENCADRANTS	Nathalie Dutheil - Véronique Geffroy - Pascal Boyer - Alain Monguilhet
NIVEAU	Tous
PERSONNES	20
HÉBERGEMENT	
AUTONOMIE	
MATÉRIEL	DVA, pelles et sondes fournis par le club
DÉPART	14h
FORM.REQUISE	Aucune
INSCRIPTION	Alain Monguilhet - 06 44 88 29 37 - alain.monguilhet@wanadoo.fr

INFO +

Cette session de formation, indispensable avant de retrouver la montagne hivernale, s'articulera autour d'ateliers en petits groupes et vous permettra de (re)trouver les gestes et les automatismes nécessaires à la recherche de victimes avec le DVA.

FORMATION

Formation cartographie/orientation

3 décembre

ENCADRANTS	Claude Planche - Philippe Brouchin
NIVEAU	Tous
PERSONNES	6
HÉBERGEMENT	Club house rue Virginia le matin et terrain l'après-midi
AUTONOMIE	
MATÉRIEL	Papier A4, crayon, équerre, boussole, rapporteur
DÉPART	8h
FORM.REQUISE	
INSCRIPTION	Claude Planche - claudeplanche33@gmail.com

INFO +

Tout ce que vous devez savoir sur la carte de montagne, rappels pour les uns et découverte pour les nouveaux et exercices en parallèle le matin en salle. L'après-midi nous irons sur le terrain Rive droite.

Form. techn. de rappels en canyon à Frontenac

19 mars

ENCADRANTS	Pascal Boyer - Paul Godard de Beaufort - Alain Drouet
NIVEAU	Intitiation et perfectionnement
PERSONNES	Sans limitation
HÉBERGEMENT	
AUTONOMIE	Pique-nique le midi (possibilité de BBQ)
MATÉRIEL	Kit escalade
DÉPART	Le matin direction la petite falaise de Frontenac (la font-qui-pisse)
FORM.REQUISE	Aucune
INSCRIPTION	Paul Godard de Beaufort - paul.godard2bgmail.com

INFO +

Nous vous proposons cette formation d'une journée pour acquérir ou perfectionner les techniques de descente en rappel mais également les différentes façons de progresser (main courante, opposition, désescalade, ...) spécifiques à l'activité. La participation à ce module est indispensable, si vous n'êtes jamais sorti avec nous en canyon, pour accéder aux sorties. Barbecue party à organiser pour parler d'autre chose que de cordes et de sécurité.

Formation manip. de cordes en falaise - Deuxième !!!**26 mars**

ENCADRANTS	David Miniussi & Co
NIVEAU	Tous
PERSONNES	Un max.
HÉBERGEMENT	
AUTONOMIE	Personnelle
MATÉRIEL	Kit baudrier, chaussons, descendeur
DÉPART	8h
FORM.REQUISE	Aucune
INSCRIPTION	David Miniussi - david.miniussi@wanadoo.fr

INFO +

Cette seconde session de formation proposée au programme est destinée, en vrac, aux malchanceux qui auraient raté la première, aux perfectionnistes qui souhaiteraient réviser les connaissances acquises lors de la précédente édition, aux aficionados qui ont bien aimé la version 1, et aussi à tous les autres !

L'endroit, le contenu, l'art et la manière restent inchangés : on se forme aux manipulations de cordes tout en grimant sur la falaise de Chateauneuf sur Charente.



SKI DE RANDONNÉE

SKI DE RANDONNÉE

Dates	Lieux	Niveau
10-11 décembre	Initiation ski de randonnée (Gavarnie)	Initiation
10-11 décembre	Re-peau-tage à Gavarnie	Facile
17-18 décembre	Pic de Ballonque	PD/S2
21-22 janvier	Pic du Lurtet	PD/S3
18-19 février	Pic de Sanctus (Massif de Gourette)	Moyen
24-26 février	Ski depuis le refuge du Wallon	Moyen
12-18 mars	Tuc d'Auribareille	PD/S2
18-19 mars	Freeride et ski de rando à Tignes	Moyen
25-26 mars	Col de Marraut (Luz St Sauveur)	PD/S2
Du 27 mars au 2 avril	Raid à ski Massif du Néouvielle	Moyen
Du 8 au 15 avril	Itinérance en Haute-Maurienne (Savoie)	Difficile
21-23 avril	Vallon d'Estaragne & pic de Madamente	Moyen

Initiation ski de rando (Gavarnie)

10-11 décembre

ENCADRANTS	Alain Monguilhet - Alain Lapeyre - Michel Morin
NIVEAU	Initiation (savoir descendre une piste rouge)
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	De ski de randonnée
DÉPART	7h rue Virginia Bordeaux
FORM.REQUISE	Aucune
INSCRIPTION	Alain Lapeyre - av.lapeyre@orange.fr

INFO +

La classique pour découvrir et tester cette discipline avec pour cadre le cirque de Gavarnie. Débutants ne pas s'abstenir. Sortie jumelée avec nos amis du Re-peau-tage.

Re-peau-tage à Gavarnie

10-11 décembre

ENCADRANTS	Yorick Gibarroux - Pierre Peyrot - Jean-Pierre Chabod
NIVEAU	Facile
PERSONNES	12
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	DVA, pelle, sonde
DÉPART	7h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Jean-Pierre Chabod - jean-pierre.chabod@wanadoo.fr

INFO +

La neige revient, les carres sont affûtées, les skis fartés et les spatules sont chaudes bouillantes !!! Cette sortie qui est une institution du club pour lancer la saison aura lieu dans le cadre grandiose de Gavarnie et sera jumelée avec nos amis en initiation. Pic entre les Ports, Saint André, La Montagnette, Le Pourteillou ou même un petit tour vers Tournaboup, le choix est vaste, et c'est tant mieux !

Pic de Ballonque

17-18 décembre

ENCADRANTS	Philippe Brouchin - Alain Monguilhet
NIVEAU	PD/S2 1000m de dénivelé
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Ski de rando, DVA, pelle, sonde
DÉPART	(voir avec Alain)
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Alain Montguilhet - 06 44 88 29 37 - alain.montguilhet@wanadoo.fr

INFO +

Dans la vallée de Campan, ce vallon d'Arizes au départ du pont des cascades a de beaux atouts. Avec son fond de vallon en faux plat, ses pentes ensoleillées larges et faciles qui aboutissent sur différents sommets et la majestueuse face sud-est du pic du Midi en décor.

SKI DE RANDONNÉE

SKI DE RANDONNÉE

Pic du Lurtet

21-22 janvier

ENCADRANTS	Cécile Bouteiller - Alain Montguilhet
NIVEAU	PD/S3 1100 de dénivelé
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Ski de rando, DVA, pelle, sonde
DÉPART	(voir avec Alain)
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Alain Montguilhet - 06 44 88 29 37 - alain.montguilhet@wanadoo.fr

INFO +

Annulé l'an passé, nous espérons que les chutes de neige de mi-janvier nous permettront d'accéder au sommet pour apprécier le beau panorama sur le massif du Néouvielle et ensuite prendre plaisir à la descente sur les belles pentes.

Pic de Sanctus (Massif de Gourette)

18-19 février

ENCADRANTS	Yorick Gibarroux - Jean-Pierre Chabod
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	DVA, pelle, sonde
DÉPART	7h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Yorick Gibarroux - ekogib@hotmail.com

INFO +

Le pic de Sanctus est un sommet classique situé au-dessus de Gourette (mais hors de la station). Il propose de belles pentes pour un ski plaisir de qualité. Le samedi, nous nous dégourdirons les jambes dans le magnifique cirque d'Anéou.

Ski depuis le refuge du Wallon (1865m)

24-26 février

ENCADRANTS	Alain Montguilhet - Philippe Brouchin
NIVEAU	PD/PD+ S2/S3 900m D+/jour environ depuis Wallon
PERSONNES	7
HÉBERGEMENT	Refuge
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Piolet, crampons
DÉPART	Vendredi 7h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Philippe Brouchin - ph.brouchin@wanadoo.fr

INFO +

*Le tout nouveau refuge Wallon sera notre base pour des sorties à la journée. Dans ce site sublime, le choix des courses est énorme ! Selon les envies et la forme, nous pourrions jeter notre dévolu sur la Cardinquère, le Pène d'Aragon, les crêtes de Péterneille...
Un bon niveau et une bonne condition physique seront requis afin d'en profiter au mieux.*

Tuc d'Aubareille (2223m)

18-19 mars

ENCADRANTS	Cécile Bouteiller - Philippe Brouchin
NIVEAU	PD/S2 900m D+
PERSONNES	(voir avec Philippe)
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Piolet, crampons
DÉPART	7h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Philippe Brouchin - ph.brouchin@wanadoo.fr

INFO +

Cette course, piochée dans l'excellent topo de Cabot est à l'écart des grandes classiques. Au départ du Cambasque, au -dessus de Cauterets, elle surplombe le vallon d'Itheou que nous aurons visité le samedi.

SKI DE RANDONNÉE

SKI DE RANDONNÉE

Freeride et ski de rando à Tignes

Du 12 au 18 mars

ENCADRANTS	Anne Cécile Ramadour - Jean-Pierre Chabod
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Gîte et refuge
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Ski de randonnée
DÉPART	6h le samedi
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Jean-Pierre Chabod - jean-pierre.chabod@wanadoo.fr

INFO +

Pour cette classique alpine, nous avons décidé cette année de revenir à Tignes... L'un des plus grands domaines du monde, dans le massif de la Vanoise avec des hors-pistes interminables... Le séjour se terminera par une nuitée en refuge et un beau sommet emblématique de la Vanoise. N'oubliez pas les peaux et les couteaux, les crampons et le piolet... On va s'amuser avec toute la semaine ...

Col de Marraut (Luz St-Sauveur)

25-26 mars

ENCADRANTS	Philippe Brouchin - Alain Drouet
NIVEAU	PD/S2 1000m de dénivelé
PERSONNES	7
HÉBERGEMENT	Gîte ou mobilhome
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Ski, peaux, couteaux, DVA, sonde, pelle, piolet et crampons
DÉPART	7h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Alain Drouet - alain.club@orange.fr

INFO +

Cet itinéraire nous a fait de l'œil avec Philippe alors que nous avons visité le col de Pierrefitte. Le début de la montée suit une piste débonnaire puis l'itinéraire s'engage dans une combe qui offre une perspective de beaux virages à la descente.

Raid à ski Massif du Néouvielle

30 mars - 1^{er} avril

ENCADRANTS	Jean-Pierre Chabod - Pierre Peyrot
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	7
HÉBERGEMENT	3 nuits en refuge gardé
AUTONOMIE	Pension complète sauf pique-nique du premier jour
MATÉRIEL	DVA, pelle, sonde, crampons, piolet, skis, peaux, couteaux
DÉPART	7h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Pierre Peyrot - 06 61 58 41 86 - pierre.peyrot@gmail.com

INFO +

Quatre jours de ski de randonnée entre lacs glacés, parois de granit et pins à crochet en profitant des reliefs doux du beau massif du Néouvielle ainsi que du confort d'agréables refuges gardés.

J1 : Station de ski de Saint Lary - Refuge de Campana de Cloutou

J2: Refuge de Campana - Refuge d'Orédon

J3: Un sommet au choix ; Pic de Madamète, Pic du Néouvielle ou d'Estaragne

J4: Refuge d'Orédon - Saint Lary en passant par le Soum de Monpelat.

Pour participer à cette sortie, l'idéal est d'avoir déjà fait quelques sorties de ski de randonnée et être à l'aise à la descente en toute neige. Une forme physique permettant d'évoluer au rythme classique de 300 m/h de dénivelé positif est nécessaire.

Itinérance en Haute-Maurienne (Savoie)

Du 8 au 15 avril

ENCADRANTS	Alain Montguilhet - Philippe Brouchin
NIVEAU	PD+/AD S3
PERSONNES	4
HÉBERGEMENT	Refuge
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Piolet, crampons, baudrier
DÉPART	8h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Philippe Brouchin - ph.brouchin@wanaddo.fr

INFO +

Déjà programmé mais annulé en raison de mauvaises conditions, ce séjour en Haute-Maurienne vous est proposé au départ de la vallée de l'Arc, nous irons à la rencontre d'un massif glaciaire de toute beauté, dominé par le profil tutélaire de l'Albaron. Nous effectuerons des courses en étoile depuis le refuge du Carro et des Evettes, Cime du Carro, Uja, pointe Tonini, pointe du Gd Méan... ont des altitudes entre 3200 et 3300 m.

Bonne condition physique et bon niveau technique seront requis.

Coût : autour de 700 €.

Vallon d'Estaragne & Pic de Madamète (Néouvielle)

21-23 avril

ENCADRANTS	Anne-Cécile Ramadour - Yorick Gibarroux
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	12
HÉBERGEMENT	Refuge
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Ski de rando, DVA, pelle et sonde
DÉPART	Vendredi 17h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Yorick Gibarroux - ekogib@hotmail.com

INFO +

Départ le vendredi en fin d'après-midi selon les conditions météorologiques. Le but étant de profiter d'une montée en nocturne et d'arriver en ski jusqu'au refuge d'Orédon le vendredi soir avec les frontales (une montée de moins d'une heure) ce qui nous permettrait de pouvoir profiter le lendemain du magnifique vallon d'Estaragne et le dimanche, d'aller jusqu'au pic de Madamète. Tout ça dans le magnifique massif du Néouvielle et ses magnifiques lacs.



RAQUETTES

Dates	Lieux	Niveau
20-22 janvier	Réserve naturelle de Chastreix-Sancy	Moyen
4-5 février	Cabane et Cap de Gauch	Moyen
18-19 février	Le Pic Saint Barthelemy (2348m)	Moyen
25-26 février	Soum des Salettes	Moyen
4-5 mars	Pic de Cabaliros	Moyen
11-12 mars	Les lacs de la Glère (Néouvielle)	Moyen
18-19 mars	Raquettes en Vallée d'Ossau vers le col d'Ayous	Moyen
25-26 mars	Pic de Canaourouye	Moyen
31 mars - 2 avril	Vallée d'Astes, le lac de Maucapera	Moyen
15-16 avril	Cabanes et Lac d'Ansabère	Moyen

Immersion dans la réserve naturelle de Chastreix-Sancy

20-22 janvier

ENCADRANTS	Véronique Geffroy - Nathalie Dutheil
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	11
HÉBERGEMENT	Bungalow
AUTONOMIE	Restaurant le samedi soir
MATÉRIEL	Raquettes, DVA, pelle, sonde
DÉPART	Vendredi soir à 16h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Nathalie Dutheil - dutheil.nathalie@orange.fr

INFO +

Nous vous repropsons cette année une jolie virée, ambiance Grand Nord et raquettes aux pieds, du lac de Guéry au lac de Servières. Nous aurons l'occasion au cours de cette journée de gravir plusieurs puys dont le Puy de l'Aiguiller d'où nous attend une vue panoramique sur le massif du Sancy et sur la chaîne des Puys. Après cette 1^{ère} journée, soirée détente au Pitsounet pour une truffade ou autre spécialité locale...

Nous partirons le dimanche dans le secteur de Super Besse pour une boucle solitaire surplombant la vallée glaciaire de Chaudefour et offrant des panoramas à perte de vue sur les monts du Cantal et le lac Pavin en contre-bas.

RAQUETTES

RAQUETTES

Cabane et Cap de Gauch (2150m) Comminges

4-5 février

ENCADRANTS	Claude Planche - Véronique Geffroy
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	7
HÉBERGEMENT	Cabane
AUTONOMIE	Complète
MATÉRIEL	De bivouac
DÉPART	7h15
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Véronique Geffroy - veronique.geffroy@sfr.fr

INFO +

Depuis le hameau du Couéu nous monterons en forêt et dans la neige pour rejoindre notre cabane sur une petite croupe. Nous irons couper du bois pour passer la soirée au chaud près de la cheminée. Et le lendemain à nous le Cap de Gauch et sa vue imprenable sur les massifs des environs et même l'Aneto.

Le Pic de Saint-Barthélemy (2348m)

18-19 février

ENCADRANTS	Natahlie Dutheil - Pascal Boyer
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	7
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	Personnelle et auberge espagnole
MATÉRIEL	Raquettes, DVA, pelle, sonde et crampons fournis par le club
DÉPART	6h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Pascal Boyer - pascal.boyer33@gmail.com

INFO +

Nous vous proposons une nouvelle escapade Ariégeoise dans le massif de Tabé avec une mise en jambes au Mont Fourcat (2001m). Viendra ensuite l'épreuve «top chef» avec la dégustation de notre dîner «auberge espagnole» au gîte des Cabannes. Requinqués nous serons alors prêts pour partir à l'ascension du Saint Barthelemy (2348m) qu'il convient de faire au moins une fois pour apprécier un panorama époustouflant sur 360°.

Soum des Salettes (2976m)

25-26 février

ENCADRANTS	Nathalie Dutheil - Véronique Geffroy - Vincent Guédé
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Raquettes, sonde, pelle crampons, piolet
DÉPART	7h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Vincent Guédé - vincent.guede@gmail.com

INFO +

Après une petite sortie d'échauffement le samedi au Cap de Paou, le dimanche direction de bon matin la station de Piau-Engaly, départ de notre randonnée. Nous remonterons la vallée du Badet, au cœur du Parc National des Pyrénées, jusqu'au Port de Campbieil (2596 m), qui offre une très belle vue sur les sommets et vallées environnants. Les plus courageux chausseront alors les crampons pour atteindre le sommet du Soum des Salettes ou Pic des Aiguillous (2976 m), l'un des plus beaux belvédères des Pyrénées.

Pic de Cabaliros

4-5 mars

ENCADRANTS	Pascal Boyer - Hervé Delpech
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Mobilhome
AUTONOMIE	Repas midi, soir et petit déjeuner auberge espagnole
MATÉRIEL	Raquettes, DVA, pelle et sonde
DÉPART	Vendredi 16h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Hervé Delpech - delpech.herve@gmail.com

INFO +

Cette randonnée vous fera découvrir l'un des plus beaux belvédères de la région. Nous commencerons par monter par la piste de la Curadère, en passant par le Soum de Lat Dessus. Pour arriver enfin au Pic de Cabaliros où l'on pourra admirer les plus beaux sommets de la vallée (Balaitous - le Palas - la Grande Fâche, etc.) Le samedi nous crapahuterons du côté du magnifique massif du Néouvielle dans une randonnée qui reste à déterminer.

RAQUETTES

RAQUETTES

Les lacs de la Glère (Néouvielle)

11-12 mars

ENCADRANTS	Véronique Geffroy - Nathalie Dutheil - Vincent Guédé
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Refuge
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Raquettes
DÉPART	7h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Véronique Geffroy - veronique.geffroy@sfr.fr

INFO +

Nous débuterons ce weekend en partant de « Chez Louissette » pour un itinéraire à travers la forêt de pins qui nous mènera au refuge de la Glère dominant le lac du même nom et lac de Coume Escure. Pour le dimanche, nous vous proposons une immersion dans cette fabuleuse partie du parc dominé par les pics du Turon et du Néouvielle.

Raquettes en Vallée d'Ossau vers le Col d'Ayous

18-19 MARS

ENCADRANTS	Jean-Bernard Chatenet - Vincent Guédé
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	7
HÉBERGEMENT	Refuge non gardé
AUTONOMIE	Complète
MATÉRIEL	Raquettes, bâtons, DVA, pour les + courageux, piolet et crampons
DÉPART	7h
FORM.REQUISE	DVA (validé ou à revalider suivant les dates du programme)
INSCRIPTION	Jean-Bernard Chatenet - 06 08 51 41 26 - jb-chatenet@orange.fr

INFO +

Départ depuis la station de ski d'Astun en Espagne, pour une arrivée au refuge d'Ayous (dénivelé 650m) en passant par le col des Moines : vue superbe sur la vallée au pied du Pic du Midi d'Ossau sans oublier les lacs Bersau et Gentau. Après une soirée conviviale et une nuit sereine, départ cool pour ceux ou celles qui le désirent via le col d'Ayous (dénivelé 260m) et plus énergique pour le pic de Larry ou le Pic d'Ayous (dénivelé 355m) avec passage délicat.

Pic de Canaourouye

25-26 mars

ENCADRANTS	Hervé Delpech - Véronique Geffroy
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Raquettes, DVA
DÉPART	6h30
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Hervé Delpech - delpech.herve@gmail.com

INFO +

*Ce classique de la randonnée à raquettes part du plateau d'Anéou pour amener au pic de Canaourouye (2347 m), magnifique belvédère pour contempler l'Ossau et le Peyreget, le pic d'Aspe et le pic d'Anie.
Petit échauffement la veille en montant à la cabane de Lacarret à partir des Eaux Chaudes.*

Vallée d'Astes, le lac de Maucapera Gavarnie

31 mars-1^{er} avril

ENCADRANTS	Véronique Geffroy - Pascal Boyer
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Mobilhome
AUTONOMIE	Personnelle
MATÉRIEL	Raquettes, DVA
DÉPART	15h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Pascal Boyer - pascal.boyer33@gmail.com

INFO +

*Le samedi, nous vous proposons de grimper depuis le village de Gavarnie jusqu'au refuge des Espuguettes. Pour le plaisir des yeux, face à nous, les Astazous, le Pimené et la brèche de Roland !!!
Le dimanche, c'est un lieu peu fréquenté, calme et sauvage que nous aimerions vous faire découvrir. Au départ de la vallée d'Aste, ce sera une montée très agréable et intimiste vers le lac de Maucapera (2303m) niché aux pieds des pics Cumadières et Lettiou.*

Cabanes et Lac d'Ansabère (Lescun)

15-16 avril

ENCADRANTS	Hervé Delpech - Alain Drouet
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	7
HÉBERGEMENT	Cabane
AUTONOMIE	Complète (nourriture, duvet chaud + matelas)
MATÉRIEL	Raquettes, DVA, sonde et pelle
DÉPART	7h
FORM.REQUISE	DVA
INSCRIPTION	Alain Drouet - alain.club@orange.fr

INFO +

Le cirque de Lescun charme tous ses visiteurs par le contraste entre son plateau pastoral bucolique et les hautes falaises qui l'entourent. La montée à la cabane se fera tranquillement par un chemin à travers des bois. Nous arriverons suffisamment tôt pour préparer le bois qui permettra de réchauffer notre logis (mais un duvet chaud reste de vigueur). Le lendemain beaucoup de possibilités s'offriront à nous en fonction de la forme, des envies et de la nivologie.



RANDONNÉE

Dates	Lieux	Niveau
11-13 novembre	Découverte de la réserve d'Orlu	Facile
20-21 mai	Vallon et col d'Aspé (2280m) Gavarnie	Moyen
Du 28 mai au 4 juin	Collioure à Cadaquès	Moyen
Du 25 août au 5 septembre	Le tour du Mont Rose (Suisse)	Difficile



PROGRAMME NOVEMBRE 2022 - AOÛT 2023 / 23

RANDONNÉE

Découverte de la réserve d'Orlu et de ses alentours

11-13 novembre

ENCADRANTS	Jean-Bernard Chatenet - Anne-Cécile Ramadour
NIVEAU	Facile
PERSONNES	8 à 10
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	Randonnée
DÉPART	7h (voir avec JB)
FORM.REQUISE	Aucune
INSCRIPTION	Anne-Cécile Ramadour - ramadourac@wanadoo.fr

INFO +

« En automne, avant que la neige ne tombe, ouvre les yeux et va profiter des derniers rayons de soleil et des couleurs chaudes de l'automne » : me dit la petite voix montagnarde. Alors on vous propose un week-end autour d'Orlu. On ira découvrir les richesses de la réserve naturelle d'Orlu. On pourrait même prendre de la hauteur. Dent d'Orlu, Pic de Tarbescou, Pic de Balbonne avec ses petits lacs ... Bref autant de sommets à découvrir. A cette saison, ceux sont les conditions météo qui guident nos choix. Alors, à vos godillots, une gourde, un bonnet, des gants et un chapeau dans le sac à dos et c'est parti...

Vallon et Col d'Aspé (2280m) Gavarnie

20-21 mai

ENCADRANTS	Claude Planche - Hervé Delpech
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	7
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	De randonnée de printemps
DÉPART	7h15
FORM.REQUISE	
INSCRIPTION	Claude Planche - claudeplanche33@gmail.com

INFO +

Depuis le plateau de Saugué, nous pourrions admirer les hautes parois du cirque de Gavarnie avant de longer le Gave d'Aspé. Depuis le col d'Aspé panorama à 360° sur les sommets alentour.

Collioure à Cadaqués

28 mai-4 juin

ENCADRANTS	Véronique Geffroy - Nathalie Dutheil
NIVEAU	Moyen
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Gîte ou hôtel
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	De randonnée
DÉPART	7h
FORM.REQUISE	
INSCRIPTION	Véronique Geffroy - veronique.geffroy@sfr.fr avant le 15 décembre

INFO +

Une randonnée pédestre exceptionnelle entre Collioure et Cadaqués à la découverte de la côte catalane. Un itinéraire essentiellement en bord de méditerranée sur le « cami de ronda », ancien sentier des douaniers qui arpente les derniers reliefs pyrénéens. (cf. fiche détaillée ci-après).

Le tour du Mont Rose (Suisse)

25 août-5 septembre

ENCADRANTS	Véronique Geffroy - Nathalie Dutheil
NIVEAU	Difficile
PERSONNES	11
HÉBERGEMENT	Gîte, refuges en 1/2 pension
AUTONOMIE	1/2 pension
MATÉRIEL	De randonnée
DÉPART	6h
FORM.REQUISE	
INSCRIPTION	Nathalie Dutheil - dutheil.nathalie@orange.fr

INFO +

Trek de 10 jours entre Suisse et Italie autour du massif du Mont Rose. (cf. fiche détaillée ci-après).

De Collioure à Cadaquès

Du 28 mai au 4 juin 2023

6 jours sur le «Cami de ronda» Catalan
Musée Dali à Figueres



Une randonnée pédestre exceptionnelle entre Collioure et Cadaqués à la découverte de la côte Catalane. Un itinéraire essentiellement en bord de Méditerranée sur le « camí de ronda », ancien sentier des douaniers qui arpente les derniers reliefs pyrénéens.

Quelques raidillons nous attendent tout de même pour contempler des vues grandioses sur cette côte illuminée de merveilleuses couleurs.

Au départ de Collioure en longeant les vignobles à flancs de coteaux nous passerons le col de Mollopour admirer la vue depuis la tour de Madeloc avant de rejoindre Banyuls.

Nous poursuivrons notre chemin suivant un sentier qui serpente entre les genévriers, genêts et chênes lièges, traversant les criques et vignobles en terrasses et nous amenant au site préservé et sauvage de Cerbère.

Nous longerons la crête frontière jusqu'à Porbou par le GR 92 qui nous fera découvrir des villages typiques, les criques de Cap de Ras, de superbes plages et les falaises en surplomb de la mer allant jusqu'à Llança.

Une belle ascension nous amènera par un chemin monastique vers l'imposant monument San père de Rodes (XI^e siècle); très beau panorama sur le golfe du Lion et la baie de Rosas avec en point de mire El Port de la Selva. L'avant-dernière étape nous mènera à travers maquis et champs d'oliviers à cet éclatant petit village de pêcheurs, Cadaqués. Nous profiterons de toute une journée supplémentaire pour découvrir le site exceptionnel de Cap de Creus.

Pour clôturer en beauté notre périple sur ces terres Daliniennes, une visite au musée de Figueres s'impose.



INFO +

Encadrants : Nathalie et Véronique

Transport : minibus pour le trajet Bordeaux/Collioure

Bus et train pour aller à Figueres et rejoindre la frontière

Difficulté : moyenne ; 750m de dénivelé maximum/jour

Hébergement : gîtes/hôtels en 1/2 pension

Coût : 650/750 €

Inscription avant le 15 décembre : veronique.geffroy@sfr.fr



Le tour du Mont Rose

Du 25 août au 5 septembre 2023

Autour de la 2^e plus haute montagne des Alpes



Au cours de ce trek de 10 jours, nous réaliserons le tour complet de l'imposant massif du Mont Rose qui doit son nom aux nuances de blanc que sa calotte glaciaire présente au lever et au coucher du soleil.

À cheval entre Italie et Suisse, cet itinéraire aux multiples facettes offre des panoramas absolument remarquables sur l'une des étendues glaciaires les plus importantes des Alpes et permet d'approcher certaines des plus hautes montagnes de l'arc Alpin. Nous aurons également l'occasion de découvrir des vallées profondes et des villages de montagne aux diverses cultures bien marquées. Parmi ces villages dont la renommée n'est plus à faire, citons Zermatt avec ses vues inoubliables sur le Cervin où nous nous arrêterons le temps d'une soirée. La seule difficulté toute relative de ce trek sera de rejoindre Zermatt par le glacier de Theodule ; la trace longe une piste de ski de faible pente et ne présente aucun danger.

Un autre moment fort de ce trek sera la traversée du plus long pont suspendu des Alpes d'une longueur de presque 500m que nous emprunterons à la fin du séjour sur le chemin de l'Europe, sentier rendu célèbre pour ses vues imprenables sur le sommet pythique des Alpes Suisses, le Cervin bien sûr !

INFO +

Encadrants : Nathalie et Véronique

Transport : minibus de Bordeaux à Grächen

Difficulté : randonnée exigeante ; entre +500m et +1400m de dénivelé/jour

Pré-requis : condition physique et endurance

Hébergement : gîtes/refuges en 1/2 pension

Coût : 1200/1400 €

Inscription : Nathalie

ESCALADE

Sorties falaise à la journée :

Elles se déroulent sur les sites proches de Bordeaux et font désormais partie intégrante du programme d'escalade. Une fois par mois, nous irons donc gravir les cailloux environnants en alternant falaises Charentaises et murs Périgourdins. En cas de météo récalcitrante, et moyennant le paiement des droits d'entrée à la salle ROCALTITUDE de Villenave d'Ornon, nous troquerons le caillou pour la résine.

Formations manipulations de cordes :

La formation est un des principaux objectifs de notre club. Elle a pour but de rendre autonome chacun d'entre vous dans la pratique de l'escalade.

Nous proposons donc deux sessions de formation aux techniques de cordes, une en salle (à Barbey) courant novembre et une en falaise fin février. Ces formations sont des pré-requis pour la participation aux sorties escalade excédant la journée.

Dates	Lieux	Niveau
11 décembre	Escalade à la journée	Tous
13-14 mai	Escalade à Saint Gély	Tous
27-28 mai	Escalade autour de Narbonne	Tous
10-11 juin	Gorges de l'Aveyron	Tous
25 juin	Escalade à la journée	Tous
5 juillet	Climbing Summer Festival de Frontenac	Tous

ESCALADE



Escalade à la journée «dans les environs»

11 décembre

ENCADRANTS	David Miniussi & Co
NIVEAU	Tous
PERSONNES	12
HÉBERGEMENT	
AUTONOMIE	Personnelle
MATÉRIEL	Kit baudrier, chaussons, descendeur
DÉPART	8h30
FORM.REQUISE	Aucune
INSCRIPTION	David Miniussi - david.miniussi@wanadoo.fr

INFO +

Comme leur nom l'indique, ces escapades à la journée se déroulent non loin de Bordeaux et nous permettent de mettre le nez et les chaussons dehors en attendant les grandes sorties de la belle saison. Sous réserve de conditions météo favorables, nous irons donc gravir les cailloux environnants en alternant selon l'envie, falaises charentaises et murs périgourdins.

Escalade à Saint Géry

13-14 mai

ENCADRANTS	Yorick Gibarroux - Éric Espagnet
NIVEAU	Tous
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Gîte
AUTONOMIE	Personnelle
MATÉRIEL	Baudrier, chaussons, descendeur
DÉPART	Vendredi soir
FORM.REQUISE	Manip. de cordes
INSCRIPTION	Yorick Gibarroux - ekogib@hotmail.com

INFO +

Cette belle et grande falaise est le site phare du Lot. Il y en a pour tous les goûts et tous les niveaux. Saint-Géry est une falaise très complète qui échappe à tout stéréotype et propose une multitude de styles. Une grosse centaine de voies, entre 20 et 55 m de hauteur du 4c au 8b+ pour les plus courageux vous attendent. Alors à vos chaussons !!!

Escalade autour de Narbonne

27-28 mai

ENCADRANTS	David Miniussi - Françoise Coffin
NIVEAU	Tous
PERSONNES	8
HÉBERGEMENT	Gîte/camping
AUTONOMIE	Personnelle
MATÉRIEL	Kit baudrier, chaussons, descendeur
DÉPART	Vendredi 18h
FORM.REQUISE	Manip. de cordes
INSCRIPTION	David Miniussi - david.miniussi@wanadoo.fr

INFO +

Deux points de chute pour ces deux jours autour de Narbonne.
 Tout d'abord la falaise des Abeilles tout près d'OpoulPérillos, superbe site école perdu dans la garrigue des contreforts des Corbières et, ce qui ne gâche rien dans la région, à l'abri de la Tramontane.
 Ensuite le massif de La Clape et ses sites répondant aux jolis noms : la Couleuvre, la Chandelle, les 4 Miss, les Caunes, la Cruzade ou les Crêtes de Vires avec parfois pour récompense, le panorama de la grande Bleue à l'arrivée au relais.

Gorges de l'Aveyron

10-11 juin

ENCADRANTS	Françoise Coffin - David Miniussi
NIVEAU	Tous
PERSONNES	10
HÉBERGEMENT	Gîte ou mobilhome
AUTONOMIE	
MATÉRIEL	Kit escalade
DÉPART	Vendredi soir
FORM.REQUISE	Manip. de cordes
INSCRIPTION	Françoise Coffin - francoisecoffin@orange.fr

INFO +

À moins de trois heures de Bordeaux, plusieurs sites d'escalade bordent la très belle vallée de l'Aveyron. La plupart d'entre eux proposent des voies très dures, mais, dans un cadre enchanteur, se cachent quelques secteurs plus accessibles qui feront notre bonheur !!!
 À vous de laisser libre cours à votre sens de l'équilibre sur le calcaire de ces belles dalles à réglettes !

Escalade à la journée

25 juin

ENCADRANTS	Yorick Gibarroux - Véronique Geffroy
NIVEAU	Tous
PERSONNES	Illimité
HÉBERGEMENT	
AUTONOMIE	Personnelle
MATÉRIEL	Chaussons et bodard !!!
DÉPART	8h30
FORM.REQUISE	Aucune
INSCRIPTION	Yorick Gibarroux - ekogib@hotmail.com

INFO +

Comme leur nom l'indique, ces escapades à la journée se déroulent non loin de Bordeaux et nous permettent de remettre le nez et les chaussons dehors en attendant le «Climbing Summer Festival» de Frontenac. Sous réserve de conditions météo favorables, nous irons gravir les cailloux environnants soit en Charentes soit sur les murs périgourdins.

Climbing Summer Festival de Frontenac

5 juillet

ENCADRANTS	David Miniussi & Co
NIVEAU	Tous
PERSONNES	No limit
HÉBERGEMENT	
AUTONOMIE	Personnelle
MATÉRIEL	Kit baudrier, chaussons, descendeur
DÉPART	18h
FORM.REQUISE	Aucune
INSCRIPTION	David Miniussi - david.miniussi@wanadoo.fr

INFO +

C'est devenu au fil des ans l'évènement incontournable de la planète Grimpe, un rendez-vous à ne manquer sous aucun prétexte, « THE Place to be » pour toute grimpeuse et tout grimpeur du club qui se respecte. Mais qu'est-ce donc ? Il s'agit de fêter dignement la fin des séances Ginko de la saison (la salle ferme ses portes en juillet/août) avec une soirée à la falaise de Frontenac qui se trouve à 45 min de Bordeaux. Au programme des festivités : escalade, casse-croûte et bonne humeur et l'occasion de se souhaiter de belles vacances d'été.

CANYONING

Le canyoning est une activité de pleine nature qui consiste à descendre torrents, ruisseaux, rivières, gorges avec ou sans présence permanente d'eau dans des reliefs très variés. Cette progression très ludique se fait dans un cadre magnifique, d'où cette ambiance joyeuse et festive inimitable lors de nos sorties.

Cette activité très complète fait appel indifféremment à la marche, la nage en eaux calmes ou vives, les sauts, les glissades, la désescalade, la descente en rappel et aux techniques d'évolution sur corde.

Un minimum de condition physique est requis, il faut être capable de marcher plusieurs heures avec un sac à dos de 10 kg avec parfois des dénivelés positifs importants.

Si vous souhaitez sortir avec nous pour la première fois nous vous demandons de participer à la formation technique, c'est un prérequis obligatoire pour pouvoir accéder à la sortie débutant si vous n'avez jamais pratiqué cette activité.

Les inscriptions sont gérées de la manière suivante : vous vous inscrivez rapidement auprès de l'encadrant qui établit une liste chronologique. Après concertation, nous constituons un groupe homogène selon l'ordre d'inscription, le niveau de la personne et de ses participations précédentes. Un mois avant la sortie on valide votre inscription définitive ou on vous indique que vous êtes sur liste d'attente.

Dates	Lieux	Niveau
29 avril-1 ^{er} mai	Canyoning dans les Pyrénées Orientales	Débutant
18-21 mai	Canyoning en Sierra de Guara	Aguerri
24-25 juin	Canyoning dans les Pyrénées Atlantiques	Initié

Canyoning dans les Pyrénées Orientales

29 avril-1^{er} mai

ENCADRANTS	Pascal Boyer - Alain Drouet - Paul Godard de Beaufort
NIVEAU	Débutant
PERSONNES	8
HÉBERGEMENT	Camping
AUTONOMIE	Personnelle
MATÉRIEL	Combi. néop. et kit canyons (casque, baudrier, long double, mousquetons et huit)
DÉPART	Samedi 29 avril à 7h rue Virginia
FORM.REQUISE	Formation techniques canyon du mois de mars
INSCRIPTION	Paul Godard de Beaufort - paul.godard2b@gmail.com

INFO +

Cette région regorge de canyons très variés propices à la découverte. Cela va du torrent de montagne au canyon encaissé, accessibles tôt dans la saison, l'eau n'y est pas si froide... Cette fois-ci pas de Galamus ou de Termet, direction le Maria Valenta et le Mas Cal Sant si les conditions climatiques et hydrologiques sont favorables.

Canyoning en Sierra de Guara

18-21 mai

ENCADRANTS	Pascal Boyer - Alain Drouet - Paul Godard de Beaufort
NIVEAU	Aguerri
PERSONNES	6
HÉBERGEMENT	Camping à Rodellar
AUTONOMIE	Personnelle
MATÉRIEL	Combi. néop. et kit canyons (casque, baudrier, long double, mousquetons et huit)
DÉPART	Jeudi 18 mai à 7h rue Virginia
FORM.REQUISE	Formation techniques canyon
INSCRIPTION	Paul Godard de Beaufort - paul.godard2b@gmail.com

INFO +

Parc national majestueux, c'est la Mecque pour la pratique du canyoning. Les paysages sont somptueux et la faune variée. Il y aura des canyons secs et des aquatiques. Sortie destinée à des personnes ayant déjà pratiqué cette activité et à l'aise dans les rappels qui pourront faire plusieurs dizaines de mètres. Condition physique correcte exigée. Le programme sera fonction de la météo et des niveaux d'eau.

Canyoning dans les Pyrénées Atlantiques

24-25 juin

ENCADRANTS	Pascal Boyer - Paul Godard de Beaufort
NIVEAU	Initié et pas claustrophobe
PERSONNES	8
HÉBERGEMENT	Camping
AUTONOMIE	Personnelle
MATÉRIEL	Combi. néop. et kit canyons (casque, baudrier, long double, mousquetons et huit)
DÉPART	Samedi 24 juin à 7h rue Virginia
FORM.REQUISE	Formation techniques canyon
INSCRIPTION	Paul Godard de Beaufort - paul.godard2b@gmail.com

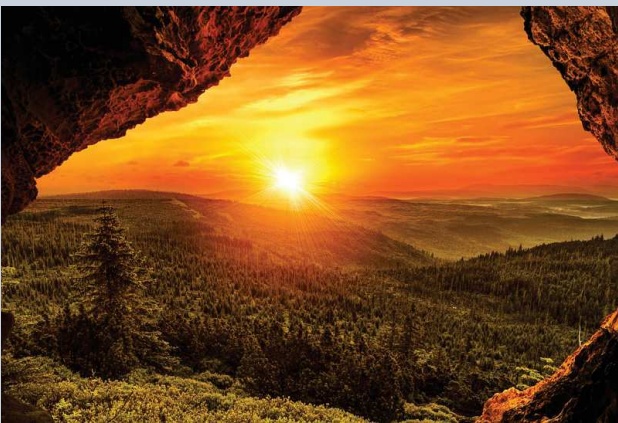
INFO +

Au cœur du pays basque se cache une grotte entre spéléologie et canyoning, une expérience unique dans un environnement totalement noir où il est ne faut pas être claustrophobe.

Après la Petite Bidouze nous filerons laver les combis dans le Béarn à la rencontre du Soussouéou au-dessus de Laruns pour une descente ludique et aquatique (avec une marche d'approche originale via une vire secrète).

Un weekend sans nul doute des plus originaux pour ce type d'activité. Avec bien entendu comme à chaque fois l'auberge espagnole et cette fois-ci la remise en jeu du titre de meilleur cake au chorizo !







**Stade Bordelais
Montagne**