Section de
THONON-CHABLAIS

LES AMIS DE LA NATURE

BULLETIN

2ème Semestre 2017 - N°64

repro Léman

• Création graphique / site internet
• Impression petit et grand format
• Fournitures et mobiliers de Bureau
• Tirage de Plans
• Stands & PLV

4 bis Av. de la Dranse
74200 THONON-LES-BAINS
Tél. 04 50 71 91 59 - Fax : 04 50 26 23 15
www.reproleman.com - contact@reproleman.com

La Mère Gaud
Foie Gras et Recettes de Terroir

74 140 Ballaison
Tél : 04.50.94.01.18 - Fax : 04.50.94.25.54
www.la-mere-gaud.fr - foiegras@la-mere-gaud.fr

SwissLife

Eric Vuagnat et Franck Tupin
Agents généraux d'Assurances

ABONDANCE ET THONON

Le Don Bosco – 10 avenue du Général de Gaulle – BP 111 – 74207 Thonon
Tél : 04.50.71.65.75 - Fax : 04.50.26.18.83 - vuagnat-tupin.ag@swisslife.fr - ORIAS n°07006421

CITROËN
RÉPARATEUR AGRÉE

GARAGE DEREMBLE
Gilbert Deremble

Dép. 903 - 74 550 PERRIGNIER
Tél : 04 50 72 40 25 - Fax : 04 50 72 49 27
deremble.citroen@wanadoo.fr

HOTEL - BAR - RESTAURANT ★★ NN

- Repas de famille
- Banquet de 20 à 150 personnes
- Menus - Cartes - Spécialités
- Piscine couverte
- Jacuzzi - Hammam - Sauna

Logis de France

Laurent et Alain TRINCAZ - 74 360 LA CHAPELLE D'ABONDANCE
Tél : 04.50.73.50.42 - Fax : 04.50.73.52.96
Web : http://www.hotel-ensoleille.com - e-mail : info@hotel-ensoleille.com

MUTUELLES DU MANS ASSURANCES

ENTREPRISES - PARTICULIERS - PRÉVOYANCE - PLACEMENTS - RISQUES SPÉCIAUX - FRONTALIERS

Gérard DUPESSEY
Agent Général

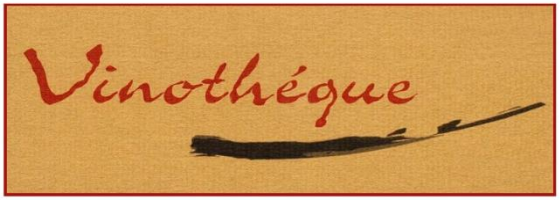
L'Eden - Place Jean Moulin 74 200 Thonon-les-Bains
Tél : 04.50.26.20.24 Fax : 04.50.26.08.82 e-mail : gerard.dupessey@mma.fr

AUTO SECURITAS
Contrôle Technique Automobile

CONTROLE TECHNIQUE DES TISSOTTES

Patrick MOREL
& Jean-François MOULIN

04 50 81 76 83 33 chemin des Tissottes - 74200 THONON



8 rue des Granges
Quartier de la Rénovation
74 200 THONON
Tél/Fax : 04.50.71.25.30
Mobile : 06.80.30.92.29
www.lavinotheque-thonon.com

et son Bar à vins "Le Contre Chagrin"

En montant à Sulens, Yves Brulport

Loisirs actifs, éducation populaire,
Tourisme social et culturel, voyages
Vie collective dans nos maisons,
Internationalisme, laïcité, amitié,
Activités sportives et de pleine nature
Protection du milieu et du cadre de vie.

L'UNION TOURISTIQUE

LES AMIS DE LA NATURE

S'adresse à tous Jeunes et Adultes

La fédération française UTAN (Union Touristique les Amis de la Nature) est membre de l'Internationale des Amis de la nature. Avec plus de 500.000 adhérents dans 50 organisations membres et partenaires, l'organisation des Amis de la Nature créée en 1895 compte, mondialement, parmi les plus grandes ONG (Organisation Non Gouvernementale).

La section de Thonon-Chablais, créée en 1936, permet à chacun de découvrir les plaisirs de la nature et de la montagne à travers différentes activités de plein air (randonnée pédestre, raquettes, escalade en salle ou extérieur, ski de randonnée, alpinisme…). Le club gère également le refuge situé dans le hameau d'Ubine (Vacheresse).

Sites Internet :

Union touristique Amis de la Nature : **http://www.utan.asso.fr**
Le site de la section de Thonon : **http://www.anthonon.fr**

Rendez-vous tous les Jeudis soirs à partir de 19h15
(début de la réunion à 19h30) à notre siège
pour se rencontrer et parler
des sorties du week-end à venir

Siège des A.N.

5 rue de l'Hôtel de Ville
74 200 THONON LES BAINS
Tél : 04.50.26.22.12
Mail : contact@anthonon.fr

Mot du Président

"Tu vas être en retraite d'ici peu, moi je vais arrêter la présidence, tu vas me remplacer. Ben voilà, c'est fait ! Tiens, voilà les clés". C'est, en substance ce que m'a dit Serge Dupessey, notre ex-président.

Même si, au début, j'avais des craintes et lui en voulais un peu de m'avoir subrepticement refilé le "bébé". Je dois avouer que mes nouvelles fonctions m'agréent. Il faut reconnaître que notre association se porte vraiment très bien. Le plus dur n'est pas de prendre la succession mais de maintenir le haut niveau que la section des AN Thonon-Chablais a atteint : Trésorerie très bien gérée et performante. Refuge de plus en plus attractif et dont le nombre de nuitées ne cesse d'augmenter.

Siège, lui aussi de plus en plus convivial. J'en veux pour preuve la fréquentation importante de nos membres lors des réunions hebdomadaires. Comité efficace et soudé.

Que puis-je faire d'autre dans ce bulletin que de remercier sincèrement Serge, chacun des membres du comité, chacun des chefs de courses, Alex Puchalski pour le temps passé et son savoir-faire consacrés à la rénovation du siège, Marilou Bouchet pour son dévouement concernant l'entretien et la propreté du local. Alain Perot pour ses prouesses informatiques, également le temps passé et la patience qu'il lui a fallu pour nous former ; et vous tous, membres des AN pour l'implication et l'énergie, mais aussi et surtout les idées que vous mettez en œuvre pour que ce "club d'Amis" soit une réussite totale.

Pour continuer dans cette lignée, il faut être en mesure d'attirer des personnes nouvelles. Pour cela, toute suggestion, même infime est bienvenue. Chacun doit se sentir concerné.
Pour continuer à être heureux aux "AN", il faut présenter un programme alléchant. Pour se faire, le panel des chefs de course doit augmenter. A ce sujet, je tiens à souhaiter la bienvenue à nos "petits nouveaux" et à saluer leur dévouement. Le club finance des stages de préparation à l'encadrement de groupe. N'hésitez pas à contacter Franck. Il sera ravi de vous donner toute information concernant les formations.

Toute nouvelle candidature serait vraiment très appréciée. L'idéal est de commencer en doublon avec un chef de course déjà formé et aguerri. Chacun d'entre eux est prêt, j'en suis sûr, à accompagner un volontaire afin de lui transmettre son savoir.

Je me dois d'attirer l'attention sur la sécurité à laquelle nous devons être tous attachés. Elle est primordiale pour que les courses en montagne ou la pratique de nos activités ne génèrent pas une blessure ou un accident, si minime soit-il.

Je suis d'une nature assez joviale, je crois, alors c'est avec un immense sourire que je vous remercie de nous accorder, au comité et à moi-même votre confiance, qui nous est chère.

Amitiés…..naturellement !
Arnaud DEBRIEL.

Membres du Comité

Président :	DEBRIEL Arnaud	06 83 57 50 10
Vice-Président :	TUPIN François	06 43 48 18 89
Secrétaire :	ROGET Martine	06 10 12 52 58
Secrétaire adjoint :	QUERO-RIO Nicolas	04 50 26 50 16
Trésorière :	JACQUEL Régine	06 86 86 36 43
Trésoriers adjoints :	BULTEL Pascal	
	BONDAZ Jean-Paul	06 30 43 18 69
Adhésions :	ABELLO Catherine	04 50 81 74 02
	DEAGE Virginie	06 25 33 42 83
Responsable travaux Chalet d'Ubine :	DURET Jean-Claude	07 83 17 58 28
Adjoint travaux Chalet d'Ubine :	ROUX Michel	06 67 69 73 33
Réservations Chalet d'Ubine :	JACQUEL Régine	06 86 86 36 43
Gestion du gardiennage Ubine :	DEBRIEL Arnaud	06 83 57 50 10
Gestion du gardiennage adjoint :	TUPIN François	06 43 48 18 89
Délégué national :	MOREAU Bernard	04 50 26 51 95
Environnement :	BASTARD ROSSET Marie-Noëlle	04 57 26 69 44
Responsable matériel :	TUPIN Franck	04 56 30 23 16
Responsable escalade adultes:	TUPIN François	06 43 48 18 89
Adjoint escalade adulte :	PREISS Laure	06 18 18 30 95
Contact formation :	TUPIN Franck	04 56 30 23 16
Site internet :	QUERO-RIO Nicolas	06 63 57 22 68
Relation presse :	BONDAZ Jean-Paul	06 30 43 18 69
Bulletin :	ABELLO Catherine	04 50 81 74 02

♦♦♦♦

Mais aussi :

Gestion bons du vieux campeur	CERON Michèle	06 86 14 83 67
Responsable du siège	PUCHALSKI Alex	04 50 71 28 78

Encadrement Montagne

ABELLO Catherine	04 50 81 74 02	FREZIER Nelly	04 56 81 45 02
BARRUCAND Pierre	06 11 53 66 31	FOHR Jean-Paul	04 50 71 85 39
BRULPORT Yves	06 23 44 37 21	GAGNAIRE Aude	04 50 26 50 16
CABIROU Edwige	06 52 93 81 26	GARNIER Benoît	06 25 56 34 79
CARLI Michèle	06 80 08 00 33	JACQUIER Jean-Pierre	04 50 71 74 46
COMBEAUD Dominique	04 50 73 16 98	JEHAN Patrick	06 60 34 40 42
CREMER Christian	06 07 28 84 84	MOYNAT Elyette	06 89 13 52 67
CURTIL Claude	06 83 38 75 52	MOREAU Bernard	04 50 26 51 95
DAVID Chantal	04 50 73 48 42	PUCHALSKI Alexander	04 50 71 28 78
DEBRIEL Arnaud	06 83 57 50 10	ROGET Martine	06 10 12 52 58
DELAGE Jacques	04 50 70 22 08	TESSIER Marie-Bénédicte	06 77 64 35 36
DUTRUEL Michel	04 50 72 43 75	TUPIN Franck	04 56 30 23 16
DUPESSEY Serge	04 50 70 01 79	TUPIN François	04 50 26 14 18
FAVRE Jean-Pierre	04 50 35 74 93	WURTZ Françoise	06 77 32 96 22

Encadrement Escalade

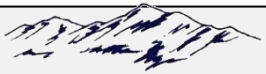
Escalade Adultes

TUPIN François 06 43 48 18 89
BETEMPS Jean-François
BRONDEX Sylvain
BULTEL Pascal
CALVEZ Jean-Luc
CARLI Michèle
CASTEL France
FOUCAULT Vincent
JACQUIER Alexis
MESNIL Colas
PREISS Laure
RUFFIER Laurence

Escalade Enfants

CARLI Michèle : tiflore@gmail.com
BRONDEX Sylvain
VISBECQ Patrick

Conduite à tenir pour les sorties



Les membres du Comité et de l'Encadrement sont des bénévoles, qui consacrent une partie de leur temps à se former, à préparer les sorties et le matériel, à repérer des itinéraires, réserver, organiser. Ils font de leur mieux pour que nos activités pourtant "à risque" se déroulent en toute sécurité. Par respect pour le temps qu'ils vous consacrent, vous pouvez leur faciliter le travail :

- **en vous renseignant sur la sortie, le jeudi qui précède ou par téléphone auprès du chef de course**
- **en étant à l'heure au rendez-vous et avec le matériel adapté**
- **en adaptant votre rythme pour rester groupés**
- **en respectant les consignes (pauses, attente aux carrefours, signaler si l'on s'écarte du groupe, ne pas quitter la collective prématurément…)**
- **en ne critiquant pas le responsable et surtout pas devant les autres**
- **enfin, proposer un coup de main pour porter le matériel, participer à son niveau et remercier de temps en temps … autant de gestes qui seront toujours très appréciés.**

Escalade

<u>Les inscriptions se font</u> :

- Le jeudi de 19h15 à 20h au siège : 5 rue de l'Hôtel de Ville à Thonon

Montant des cotisations : voir tableau en page 10
Validité de l'inscription : du 1er janvier au 31 décembre

<u>Fonctionnement de la salle Jean-Jacques Rousseau (de mi-septembre à début juillet)</u> :

La salle d'escalade est au collège Jean-Jacques Rousseau à Thonon-les-Bains. Comme pour toute activité aux Amis de la Nature, il est possible de venir essayer deux séances avant de s'inscrire. Une fois inscrit, votre carte d'adhérent devra être affichée au tableau à chaque séance de grimpe.

Les horaires :
- Mardi de 19h à 22h
- Jeudi de 18h à 22h
- Samedi de 14h à 18h

La salle est fermée les jours fériés

<u>Salle du collège Champagne (uniquement pour les enfants de 8 à 12 ans)</u> :

Les horaires :
- Mercredi de 17h30 à 18h45 : sur inscription auprès de Michèle CARLI

Prêt de matériel :
Sur place, ceux qui n'ont pas encore leur équipement trouveront :
- Baudriers (adultes et enfants)
- Descendeurs
- Quelques chaussons usagés

Magnésie : En salle, seule la magnésie liquide est autorisée.

Formation / encadrement :
- Nous formons sur place les débutants pour les amener à l'autonomie en salle
- Il n'y a pas de cours, et les enfants restent sous la responsabilité de leurs parents (pour la salle Jean-Jacques Rousseau).
- Des responsables sont toujours présents lorsque la salle est ouverte (voir liste page 8)

Liste d'information : inscription sur http://groups.google.com/group/an-thonon-escalade?hl=fr
Il vaut mieux être inscrit sur cette liste pour avoir les informations d'ouverture et fermeture au printemps, parce que la salle ne sera pas toujours ouverte.

Les sorties : Un ou deux week-ends pourront être programmés environ 2 semaines à l'avance.

RENOUVELLEMENT DES CARTES

NOM	PRENOM	Catégorie (entourer)	MONTANT
		V A J K	
		TOTAL	

Le renouvellement doit se faire courant Décembre. Au-delà, vous n'êtes plus assurés.
Retourner au siège des AMIS de la NATURE, 5 rue de l'Hôtel de Ville 74200 THONON cette fiche accompagnée de votre paiement **et une enveloppe format A5 timbrée 1,50€** avec votre nom et adresse.

✂ -

TARIF DES COTISATIONS 2018

CATEGORIE	V	A	J	K
COTISATION	**35 €**	**23 €**	**15 €**	**5 €**
ESCALADE	**+15 € (frais de matériel)***			

V : Chef de famille ou célibataire
A : Conjoint ou concubin
J : Jeune jusqu'à 20 ans
K : Jeune jusqu'à 14 ans révolus

***30 € (école escalade) pour les enfants dont les parents ne sont pas membres des AN.**

Nouvelle adhésion possible dès septembre 2017 pour l'année 2018 (voir site)
Frais d'inscription 7 € par nouvel adhérent des catégories V-A-J.

Le paiement de la cotisation A.N. vous couvre en responsabilité civile et individuelle accident pour toutes les activités programmées par la section.

Validité de l'adhésion : du 1er janvier au 31 décembre (date butoir pour renouvellement).

\+ ***ADHESION OBLIGATOIRE après 2 sorties d'essai***

En cours d'année, les adhésions sont prises le jeudi entre 19h15 et 20h au siège. Prévoir une **photo d'identité (obligatoire)** et un règlement par chèque.

Des permanences seront assurées les samedis 2 et 9 Décembre 2017 pour les nouvelles adhésions et pour les renouvellements d'adhésions 2017.

- -

Frais de Transport : *tarif par personne* (Autoroute non comprise)
- de 100 km : 0,12 € par km + 3 € (boisson)
+ de 100 km : 0,10 € par km + 3 € (boisson)

Mini raid dans le Beaufortain

Le 23 février une petite, mais d'autant plus sympathique équipe, composée de Julia Jeraci, Dominique Jahan, Serge Dupessey, Claude Labadie, Jean Paul Fohr, Bernard Moreau et moi-même s'est retrouvée pour se rendre à Grand Naves à 30 km au sud d'Albertville et à 1316 m d'altitude. Une voiture de filles, avec chauffeur svp. et une voiture de garçons !!

Bernard, diplômé expérimenté, nous promet la découverte du Beaufortain en étoile en partant du refuge du Nant du Beurre. Mais avant d'atteindre celui-ci, on ne saurait passer à côté de l'accueil convivial au resto "chez Fred". Il nous a concocté un menu du jour, gratin et entrecôte délicieux, hélas, à plomber les meilleures volontés pour la montée !! Un soleil radieux nous motive pour les quelques 760 m de dénivelé avec les raquettes sur le sac pour la première partie. La neige se fait rare sous la chaleur du soleil !

Nous sommes d'autant plus heureux de découvrir le refuge sous un beau manteau blanc avec la rencontre chaleureuse des gardiennes Pascale et Martine sans oublier leur chienne Hanka et la chatte de la maison, qui nous font le spectacle. Nous sommes logés confortablement dans deux dortoirs de 6, douche chaude et menu exquis nous font passer une soirée agréable. La vue au coucher du soleil est magnifique sur la Lauzière, le Cheval noir, les sommets de la Vanoise et en toile de fond la Meije et le massif des Écrins.
Le lendemain matin, particulièrement nuageux, nous invite aux exercices DVA, lectures de cartes, puis à une petite balade sur les crêtes du Grand Crétet, histoire de prendre l'air, car pour la vue c'est râpé. Mais cela nous a donné l'idée de creuser un abri de nuit s'imaginant le pire !

Samedi le ciel bleu nous fait sortir d'un bon pas pour un grand tour des cols : les Tufs Blancs, les Génisses, la Grande Combe et le Crêt du Bœuf au-dessus du refuge de la Coire. Ce ne sont que quelques noms, avant de jouir de la vue splendide sur le Mont Blanc " à l'envers", puisque nous n'avons pas l'habitude de le voir de ce côté. Retour par une nouvelle traversée du Grand Crétet, cette fois-ci, sous le soleil et avec la vision de ses corniches très très proches.

Et pour rattraper le temps perdu, nous avons mis les bouchées doubles dimanche pour passer par cols et crêtes en faisant le tour du Dzonfié, avec une dernière montée « bien chaude » au Quermoz avec la traversée de ses arêtes et une descente plutôt épique. La raideur de la pente nous a incité à déchausser les raquettes ou à descendre en « marche arrière toute » selon chacun.

Et bien que nous en ayions plein les pattes à la fin de ce dimanche, le retour est arrivé trop vite. Nous aurions aimé encore profité de ces beaux paysages, immortalisés par Jean-Paul avec son talent d'aquarelliste.

Un grand MERCI de la part de toute l'équipe à Bernard
pour nous avoir fait découvrir ce beau coin !

Christa Hauchard

Programme été 2017

Juin 2017		
Dimanche 4	La Chailla	Serge Dupessey + Sébastien Beau
Lundi 5	Tour du Chauffé	Pierre Barrucand
Samedi 10 Dimanche 11	Tour Sallière	François Tupin + Yves Brulport
Dimanche 11	Château d'Oche par Novel	J.Pierre Jacquier
Samedi 17	Soirée contes à Ubine + initiations rando	Serge Dupessey + Martine Roget + Arnaud Debriel
Samedi 17 Dimanche 18	Week End Aravis (vélo, visites, La Tournette)	Pierre Barrucand
Dimanche 25	Les Dents Blanches par le Pas de la Latte	J.Pierre Jacquier + Benoît Garnier
Samedi 24 Dimanche 25	Petite Fourche/Tête Blanche Refuge Albert 1er	Franck Tupin + Bernard Moreau

Juillet 2017		
Dimanche 2	Les Crêtes de Bellevaux	J.Pierre Favre
Dimanche 9	Sortie Famille Granges de Servette	Dominique Combeaud
Dimanche 9	Roche Parnal	Christian Crémer + Bernard Moreau
Vendredi 14	Le Grammont	Jacques Delage
14 -16 juillet	Le Nadelhorn	François Tupin + Franck Tupin
Samedi 15	Sortie Famille : Tour du Lac de Vallon	Martine Roget
Dimanche 16	Tour du Lac Léman (vélo)	Arnaud Debriel
Dimanche 16	Pointe du Midi	Bernard Moreau
Samedi 22	Sortie Famille : Châtel	Catherine Abello
Dimanche 23	Traversée Pointe de Pormenaz	Bernard Moreau
Samedi 22 Dimanche 23	Les Aiguilles d'Arves	Yves Brulport
Dimanche 30	Aiguillette des Houches	Christian Cremer

Gardiennage du chalet d'Ubine
De juin à septembre 2017

Un appel à bénévoles est lancé pour le gardiennage au chalet d'Ubine (hébergement offert). Si vous êtes intéressé, faites-vous connaître, en appelant Arnaud Debriel : 06. 83. 57. 50. 10.

… y en a pour tous les goûts…

Août 2017		
Lundi 1er	Nocturne Fête Nationale Suisse	Franck Tupin
Dimanche 6	Les Cornettes	J.Pierre Favre + Bernard Moreau
Dimanche 13	Tour des Pavis	Martine Roget
Mardi 15	Roc de Tavaneuse	Catherine Abello
Samedi 19	Sortie Famille : Lac Bénit	Martine Roget
Dimanche 20	Les Lapiaz Géants du Bargy	Bernard Moreau
Samedi 19 Dimanche 20	Pointe de Vouasson	J.Pierre Jacquier
Samedi 26	Via Ferrata Sortie Botanique Ubine	Pierre Barrucand Martine Roget
Dimanche 27	**Fête du club**	**Tous**

Septembre 2017		
Samedi 2 Dimanche 3	La Dent Parrachée	Pierre Barrucand + Franck Tupin
Dimanche 3	La Croix aux Filles	Arnaud Debriel
Vendredi 8 Samedi 9	Rappels orientation : théorie au local, pratique sur terrain	Claude Curtil + J.Pierre Jacquier
Dimanche 10	Pointes Longues	J.Pierre Favre
Dimanche 17	Roche Palud	Aude Gagnaire + Martine Roget
Dimanche 24	Mont Brûlé	Catherine Abello + Jacques Delage
Dimanche 24	Tête de Tardevant	Christian Crémer

Octobre 2017		
Dimanche 1er	Le Grand Chavalard	Benoît Garnier
Samedi 7	Sortie Châtaignes	J.Pierre Jacquier
Dimanche 8	Pointe de Tréchauffé	Aude Gagnaire
Samedi 14 Dimanche 15	**Remue-Ménage à Ubine**	**Tous**
Dimanche 22	Pas du Roc	Pierre Barrucand
Dimanche 22	Sortie famille : Tré le Saix	Dominique Combeaud
Samedi 21 Dimanche 22	Festival Nature « La Salamandre » à Morges + randonnées et nuit refuge A.N	Franck Tupin
Dimanche 29	Terrasses de Lavaux	Jacques Delage

… et les goûts sont dans la nature

Novembre 2017		
Mercredi 1er	Pointe d'Anterne	J.P Favre + J.P Jacquier
Dimanche 5	Col de la Corne	Benoît Garnier
Samedi 11 Dimanche 12	Festival Film Montagne Cluses + randonnées vers Cluses	Franck Tupin
Dimanche 12	Tête des Fieux	Serge Dupessey
Dimanche 19	Pointe d'Autigny	Christian Crémer
Dimanche 26	Pointe d'Uble	Pierre Barrucand

Les raids et séjours

Du 26 juin au 2 juillet 2017	***Le Tessin*** Serge Rosello et François Tupin
Du 8 au 15 juillet 2017	***Escapade en Ardèche*** Nathalie Cajelot et Arnaud Debriel
Du 28 août au 3 septembre 2017	***Les Dolomites*** Serge Rosello et François Tupin
Du 08 au 15 octobre 2017	***Ile de France*** Avec Serge Rosello
Du 1er au 5 novembre 2017	***Les Calanques*** Martine Roget, François Tupn et Yves Brulport

Nouveau cet été : Des sorties seront proposées le jeudi : informations lors de la réunion et sur le site une semaine avant

Attention :

- pour les sorties de plusieurs jours, des arrhes seront demandées.
- les cartes A.N seront vérifiées et les participants qui n'ont pas cotisé (et qui ne sont donc pas assurés) seront refusés. Rappel : 2 journées de permanence, les samedis 2 et 9 décembre, seront assurées pour les adhésions.

Les participants inscrits sur le cahier aux courses de deux jours et plus ne seront acceptés que s'ils sont IMPERATIVEMENT présents à la réunion précédant la sortie concernée.

Stage Raquettes à neige et sécurité en montagne à ORBEY du 12 au 15 janvier 2017

Ah ! Les Vosges du côté d'ORBEY, le lac Blanc, le lac Noir, le lac aux Truites, pour faire de l'orientation et de la sécurité, raquettes aux pieds, tu te dis « facile » ! Altitude maxi 1300m, pas de dénivelé...des vacances !

Eh bien, pas du tout ! Et tu comprends vite pourquoi notre formateur Bernard a choisi cet endroit et cette époque de l'année. Des dizaines de sentiers, dans toutes les directions, que la neige qui va tomber en bourrasques durant tout le séjour va effacer à chaque sortie et puis tous ces sapins qui se ressemblent !

Heureusement le refuge du Lac Noir, préparé aux petits soins pour nous par Richard et son épouse qui vont nous régaler pendant 3 jours, va nous permettre de travailler la théorie et préparer les sorties bien au chaud.

Dès le jeudi soir le groupe se met au travail, la convivialité s'installe vite entre les 5 Chablaisiens, les 2 Alsaciens et les 2 Mosellans pendant la présentation du stage.

Le vendredi, après une matinée de cartographie, angle de marche, tangente à la courbe, GPS ...les neurones chauffent mais se refroidissent très vite au col de l' Altenkraech (à peine 2h de marche du refuge) en plein vent, qui risque de nous transformer en glace si on essaye d'atteindre le sommet à 1277 m. L'échec est cuisant mais une belle descente nous attend à l'abri dans les sapins. Pour bien terminer la journée, avant le repas, Bernard nous ouvre l'appétit avec son module « Neige et Avalanches ». L'apéro tombe à pic. Nous nous réjouissons d'être toujours en vie !! !

Samedi matin une belle couche de poudreuse nous attend. Après la partie sécurité (DVA, conduite à tenir avec un groupe) et une fois l'itinéraire étudié, c'est le départ vers l'observatoire BELMONT (1300m) qui porte mal son nom ce jour-là car tout est bouché. Idéal pour sortir les boussoles ! Un régal cependant de faire une belle trace à hauteur de genoux, chacun son tour. Descente par la source du Lac Blanc et de retour au refuge presque de nuit, on étudie les techniques d'ancrage et de confections de nœuds. Nos estomacs commencent à en faire eux aussi. Ttout le monde est convié à une copieuse raclette.

Dimanche départ à 9h pour le Lac des Truites, temps moyen, quelques rafales mais une neige excellente pour une de sortie de 5h avec exercice DVA. Un groupe de raquettistes locaux, intrigués, nous demandent si on cherche de l'or ! Ah l'humour vosgien ! Le soleil offre encore quelques beaux rayons à l'arrivée au refuge, à point nommé pour déneiger les voitures et se quitter, enchantés par ce que nous avons appris et partagé.

Evidemment un grand merci à Bernard MOREAU pour la transmission de ses précieuses connaissances et un souvenir très amical à Serge, Martine, Dominique les Chablaisiens, Jean Claude et Jean Claude les locaux, et à Marc et Patrick les mosellans, avec mention spéciale pour leur humour ...les années passées à la mine ne les ont pas minés !

Christian

Week-end Aravis 2017

Un vieil adage : « Qui écoute trop la météo passe son temps au bistrot !!! »
Et cette année une nouvelle confirmation.

Au programme des Amis de la Nature Thonon/Chablais de l'hiver 2017 pour le troisième week-end de janvier : Week-end ARAVIS proposé par Pierre avec pour principe de base : le samedi ski de piste à la Clusaz, soirée au chalet de Pierre à Alex et randonnée dans les Aravis le dimanche.
Et voilà que la météo nous annonce de la neige, du vent bref des conditions peu propices à notre activité.
Je propose, en repli pour éviter des kilomètres, une journée ski de piste aux GETS le samedi.
Nous sommes 4 (courageux ?) au rendez-vous au parking à 8h30. La mauvaise météo est bien là. Mais malgré une abondante chute de neige pendant les 5 heures de notre forfait, la visibilité est bonne, la neige douce et nous apprécions le peu de monde sur les pistes.
Le dimanche, prévu abominable 2 jours plus tôt, nous sommes 18 sur les pentes du col Ratti avec Arnaud comme chef de course, sous un soleil radieux et une neige tellement bonne que nous remontons la pente terminale pour refaire quelques wedzés dans cette belle poudreuse.

Report du week-end ARAVIS pour les 5 et 6 mars. C'est pire !! Le samedi est annoncé avec de la pluie jusqu'à 1500 m et de la neige dans la nuit du samedi au dimanche.
16 personnes se sont inscrites pour le week-end, nous sommes 4 (courageux ?) au rendez-vous au parking à 8 h30 (je l'ai pas déjà écrit çà ?)

On y va et là encore c'est sous un beau soleil bien entouré de nuages que nous profitons pleinement des pentes bien enneigées de l'Aiguille, du Fernuy, de la combe de Balme. Aucune attente aux remontées, du plein ski, de la neige à la waouh !!! Seul le vent nous empêche de prendre le télésiège de Balme ou le téléski de la Torchère. Une superbe journée de ski de piste. Notons quand même que la pluie s'est juste invitée dès que les skis furent rangés dans la voiture.

Un chef de course entouré de trois « courageuses »

Pour la soirée au chalet, nous serons 17 à déguster les boîtes chaudes de Vacherin du Mont d'Or aux sons de la guitare d'Arnaud, du synthé de Franck, de l'harmonica d'Yves et de nos voix plus ou moins bien ajustées.

Les musiciens

La nuit est noire, chargée de nuages et au réveil à 7 heures il fait un temps à ne pas mettre un chat ni un humain dehors. La météo prévoit une fenêtre ensoleillée de 9 à 14 h. Alors on décide de petit déjeuner tranquillement et de se hâter doucement pour se préparer. Et voilà !! Le temps se lève, on est prêts et nous faisons les 20 kilomètres qui nous séparent du Plan des Berthas. Le départ pour la montagne de Sullens.
On se gare à 1100m, il a neigé jusqu'à 1080 m !! On met les peaux, on chausse les skis et c'est parti pour les 800 m de Sullens. Le soleil est radieux et la neige tellement bonne que nous remontons la pente terminale pour refaire quelques wedzés dans cette belle poudreuse (je l'ai pas déjà écrit çà ?).

Ça c'est du ski !

Une superbe journée de ski de randonnée. Notons quand même que la pluie s'est juste invitée dès que les skis furent rangés dans les voitures (je l'ai pas déjà écrit çà ?).
Retour au chalet pour un casse-croûte amélioré avec ce qui restait de la veille et un retour dans le Chablais vers 17 h.
Merci à tous les participants à ces activités et merci aux courageux qui m'ont fait confiance. A l'an prochain. Je ne regarderai même pas les conditions météoro logiques qui ne le sont pas…

Pierre Barrucand

Une belle tablée avant de rentrer

Une saison raquettes en quelques sorties

Comme l'an passé, la saison n'a pas commencé avant le début janvier faute de neige. Mais, malgré le réchauffement climatique les raquettistes ont pu profiter des joies de la montagne.

Samedi 11 janvier : une sortie plutôt réussie au col Ratti, sous un grand soleil. 600 personnes à skis, en raquettes ont écrit un grand NON dans la neige contre l'extension des remontées mécaniques sur ce joli site.

Du monde au Col Ratti

Dimanche 22 janvier : 14 personnes ont suivi Jean Paul pour une boucle passant par les chalets de Brion en partant de Saint Jean d'Aulps : 740m de dénivelé, une belle neige et… un petit apéro avant le pique-nique.

Randonnée chalets de Brion

Dimanche 29 janvier : Le lendemain de l'assemblée générale, c'est la sortie des rescapés ! Ce sont donc 7 courageux qui se sont retrouvés pour le classique « tour d'Ubine », emmené par Christian et son chien affectueux.

Dimanche 12 février : Une sortie « groupée » raquettistes et skieurs : la Pointe d'Ireuse au départ de la Buchille, soit 1000m de dénivelé dans des pentes parfois raides. Et pas de pique-nique au sommet, il fait trop froid. Bernard profite de cette sortie pour donner un « cours » sur la transformation de la neige.

Dimanche 19 février : 16 personnes, sous la houlette de Christian, sont parties du lac des Plagnes pour monter à la pointe d'Ardens par un beau temps mais bien froid. Superbe paysage.

Chalets d'Ardens

Vendredi 10 et samedi 11 mars : Pierre propose une sortie pleine lune au chalet de Chavans depuis la chèvrerie suivie du tour de la Haute Pointe le samedi.

Skieurs et raquettistes font bon ménage au repas du soir, bien arrosé par les eaux de vie du patron, personnalité haute en couleur et très attachante.

Soirée au refuge

Cette nuit au refuge nous donne l'occasion de voir des chamois au lever du soleil et, comme la météo est avec nous, faire le tour du massif est un vrai plaisir. Les skieurs s'offrent le sommet en prime… tandis que les pauvres raquettistes se traînent dans les vallons !

Une belle idée cette sortie !

Les skieurs !

Dimanche 26 mars : La neige commence à manquer dans le Chablais. Bernard et Bénito décident de partir pour le col du Grand Saint Bernard depuis Bourg Saint Bernard.

La météo est un peu capricieuse en ce début de randonnée : brume et bruine sous forme de petits flocons. Puis, une heure plus tard, grand soleil. Nous voilà en tee-shirt avec lunettes de soleil. Arrivés au col, le paysage est flamboyant, nous descendons vers la frontière italienne. A peine assis, le vent se lève, nous revoilà dans la brume et le froid devient glacial. Le pique-nique ne s'éternise pas ! Nous retournons à l'Hospice où l'on nous offre généreusement thé et café : voilà qui réchauffe.

Voici un aperçu de la saison raquettes.

Merci à nos chefs de course qui encadrent chacune de ces sorties et veillent à la sécurité des participants (n'oubliez pas : DVA, pelle, sonde !).

Jean-Paul et Michel

POINTE DE CHAVACHE

Dimanche 26 février, grand beau temps et encore de la neige. Nous voilà prêts à suivre Yves.

Montée à la fenêtre d'Ardens

Nous partons du lac des Plagnes pour monter dans le vallon d'Ardens… Jusque-là, voilà qui ressemble beaucoup à un départ pour la pointe du même nom. Mais, brusquement, sous les chalets, nous bifurquons vers la gauche direction le couloir de la fenêtre d'Ardens. « Ah, c'est là qu'on monte Yves ? »… Eh bien, quelques conversions, même avec les couteaux, ne suffiront pas ! Bon, allez, on sort les crampons. De bonnes marches et une main courante bienvenue (merci Yves), et nous voilà en haut de la « fenêtre ».

Neige de rêve !

Un beau vallon s'étale devant nous, mais ce n'est pas notre objectif. Nous devons le traverser afin d'attraper l'arête qui mène à la pointe de Chavache. Arrivés au sommet, c'est parti pour la première vraie descente de la journée, sur une neige de rêve. Mais les conditions d'enneigement nous obligent à déchausser plus tôt que prévu. Un peu de pédestre dans cette sortie, pourquoi pas ?

Un peu plus bas, nous nous installons, près d'un chalet, au soleil et au sec : il est temps de reprendre des forces, car nous ne sommes pas au bout de nos peines. Il faut revenir au lac et pour cela remonter l'Aup Couty. « Yves, t'es sûr que tu nous en avais parlé de cette remontée ? ». Mais c'est vrai qu'il est beau ce vallon !

Il nous reste encore une belle descente, bien pentue pour rejoindre le vallon d'Ardens. On se retourne un peu : « on est monté par ce couloir, descendu par celui-là… Pas mal quand même ! ».

Joli couloir pour finir

Nous étions plusieurs ce jour-là à découvrir cette jolie course, originale et variée.
Merci Yves.

Catherine

REFUGE D'UBINE

LE CMACLIE

Sur le GR5

En été, chalet gardé, 44 places. En hiver, chalet non gardé, 20 places.
Cuisine équipée avec fourneau à bois et cuisinière à gaz, eau courante.
Salle commune avec poêle à bois. Eclairage solaire.
Douches et sanitaires intérieurs en été. Toilettes sèches en hiver.
Ravitaillement possible à Vacheresse.
Téléphone du 15 juin au 15 septembre : **04.50.73.12.98**

Tarifs *: (les chèques vacances sont acceptés)*

- Adhérents AN Adulte : 8 € / Enfant (7 à 12 ans) : 3 € / - de 7 ans : gratuit (sauf groupe)
  Réciprocité aux adhérents *Auberge de jeunesse*
- Non adhérents Adulte : 13 € / Enfant (7 à 12 ans) : 7 € / - de 7 ans : gratuit (sauf groupe)
- Tarif pour la journée (utilisation de la cuisine) : 3 € / personne
- Gratuité pour les guides et accompagnateurs moyenne montagne sur présentation de leur carte.

Réservation obligatoire :
De début juin à mi-septembre 2017 : contacter le gardien (04.50.73.12.98)
De septembre à juin : réservation sur le site des AN : anthonon.fr

Pour récupérer les clés : Hors gardiennage, les clés sont remises contre présentation du bulletin de réservation, d'une pièce d'identité et 100 euros de caution. Les clés sont à retirer au Café de la Mairie à Vacheresse, chez Mme Isabelle Tagand (téléphoner une semaine avant au 04.50.73.14.18 afin de convenir d'un rendez-vous).

Électroménager
Jean...GRANDO
Arts de la table - Poêles et cheminées

74 200 THONON

Tél : 04.50.71.07.79

www.jeangrando.com

Vin de Savoie Côteau du Léman

MARIN
APPELLATION VIN DE SAVOIE CONTROLÉE

Cave DELALEX
« La grappe dorée »
74200 Marin

Tél : 04.50.71.45.82
www.domaine-delalex.com

MIE
Code APE 742 C

MOREAU
INGENIERIE
ETANCHEITE

Diagnostic et Expertise
ELASTOMERE - RESINE - P.V.C - CUVELAGE

« Le Clos d'Armoy » 82 route de Tully 74200 THONON
T/F: 04-50-26-51-95 08-77-89-54-66 Port: 06-80-32-27-15 mail: bgmoreaumug@wanadoo.fr

Entre Montagnes et Lac

Chambres d'hôtes à Armoy

Proche de Thonon, entre montagnes et lac, Elisabeth vous accueille dans ses deux jolies chambres d'hôtes indépendantes tout confort avec WC/salle de bains et petite terrasse privée. Petits déjeuners copieux et soignés. Véritable havre de paix à la campagne...

453, avenue du Stade - 74200 ARMOY - 06 74 96 01 26
www.facebook.com/EntreMontagnesEtLac

HOTEL - RESTAURANT - BAR

Les Marronniers

17, Place de Crête - 74200 THONON-LES-BAINS

Tél. 04 50 26 06 91

INFORMATIQUE

TILT

CONSEIL - INGENIERIE - FORMATION
INTERVENTION SUR SITE - SERVICE

Une équipe compétente et motivée au service
des professionnels et des particuliers

LEADER DANS LA VENTE
ET LA MAINTENANCE
DE MATERIEL INFORMATIQUE

26 Avenue des Prés Verts - 74200 THONON
Tél : 04.50.71.96.57 Fax : 04.50.71.96.58
www.tilt-info.com - tilt@tilt-info.com

TERRE BIO

Vos magasins BIO du centre-ville

Alimentation Bio, Cosmétique,
Compléments alimentaires

Ouvert du lundi au samedi

www.terre-bio.com

EVIAN
6 Place Charles-de-Gaulle
04 50 75 09 78

THONON
6 Bd Georges Andrier
04 50 70 62 27

Album photos

Hiver 2017

08/01/17 – Exercices DVA

15/01/17 – Col d'Angolon

22/01/2017 – Chalets de Brion

19/02/17 – Ardens

19/02/17 – Col des Ecandies

26/02/17 – Sous-Dine

0904/17 – Col du Passon

15/04/17 – Albaron