



Janvier 2000

PHEROMORFE

LE JOURNAL DES ENFANTS DU ROC

Editorial...

A l'heure des bilans, je ne peux qu'être satisfait par cette année écoulée. Des résultats exceptionnels en compétition, un comité directeur actif, tout a contribué pour faire de 1999 une très bonne année. Vous trouverez en pages 3 et 4 quelques extraits de la présentation de l'AG du 9 Décembre. Je ne peux que souhaiter que 2000 se passe aussi bien. Et je vous souhaite, ainsi qu'à tous ceux qui vous sont proches, une excellente année 2000.

J.Claude LAGRANGE

Initiation à l'alpinisme et aux grandes voies...

Comme les années précédentes, le Club vous propose des sorties Alpinisme et Escalade en grandes voies. Cette année encore nous proposons un programme qui permettra aux débutants d'acquérir progressivement les compétences nécessaires pour participer à un stage d'alpinisme d'une semaine cet été. Voici les dates proposées pour l'hiver. D'autres dates seront proposées pour la saison printemps-été. Ces premières sorties auront lieu dans les couloirs du Hohneck (sous réserve des conditions de neige). Elles s'adressent à tous, même si vous n'avez jamais pratiqué l'alpinisme.

Toutefois, si vous n'avez pas de matériel (piolet, crampons, chaussures cuir ou coques plastique, casque), inscrivez-vous assez tôt pour pouvoir le réserver. Il sera mis gratuitement à votre disposition. Pour les effets personnels suivez les conseils de Bernard (page 2).

Sorties prévues pour les dimanches suivants :

dim 06 février

dim 12 mars

dim 26 mars

(contacts : Bernard Aveddo
(03.29.37.37.92))

L'AGENDA...

**SORTIES INITIATION
ALPINISME**

(Voir article ci-contre)

dim 06 février

dim 12 mars

dim 26 mars

Pratiquez votre sport préféré en toute sécurité...

Les accidents récents nous rappellent que, même dans les Vosges, la montagne peut être meurtrière. C'est pourquoi vous trouverez ci-dessous le rappel des consignes de sécurité FFME

Consignes fédérales de sécurité

(Assemblée Générale de la FFME, 14 Janvier 1993)

Il est de la responsabilité propre de tout alpiniste ou grimpeur en site naturel, non encadré par un professionnel ou un diplômé bénévole, d'estimer les risques qu'il prend en s'engageant dans une voie d'escalade ou dans une course en montagne. Ce texte a pour objectif d'en préciser les conditions d'exercice.

1. Le grimpeur ou l'alpiniste est seul responsable de sa propre sécurité.

Pratiquer le "vasgisme" hivernal ..

En bas :

- a) Chaussettes chaudes
- b) Guêtres de n'importe quel type (contre la neige dans les chaussures et les coups de crampons dans le pantalon).
- c) Si vous n'avez pas de bas gore-tex, un fuseau de ski fera l'affaire (évités les vêtements qui seront vite humides et froids).
- d) En cas de grand froid ou si vous êtes frileux, rajoutez un collant en sous-couche.

En haut :

- e) T-shirt ordinaire ou carline, une polaire, une veste gore-tex. J'ai moi-même commencé avec un ciré de pêcheur " spécial vendanges ", c'est moins respirant mais bien coupe-vent ! Possibilité également de remplacer la polaire par la solution

sweatshirt +pull.

Pour la tête :

- f) Bonnet ou/et passe-montagne (on est parfois content de mettre les deux à la fois...), Lunettes de soleil et masque de ski : selon le temps, l'un ou l'autre restera dans le sac.

Les gants :

- g) Si possible, emporter une deuxième paire : si la première devient trop humide, trop froide à votre goût, ce ne sera pas du luxe ! Si vous avez des gants qui remontent sur l'avant-bras, c'est encore mieux, car on a souvent les bras vers le haut, et la neige en profite pour s'insinuer dans les manches !

Divers :

- h) Casse-croûte, 2-3 barres à grignoter, boisson froide ou thermos chaud selon la météo (ou les deux !), crème solaire, appareil photo.
- i) Sangle+mousqueton à vis + des-

cendeur. Sacs en plastique utiles pour ce que vous tenez à garder bien sec.

1. La liste peut paraître longue, mais presque tout sera sur vous, pas dans le sac.

2. Sans vous alourdir inutilement, pensez qu'il est plus facile de se découvrir un peu et de garder un vêtement dans le sac, que d'avoir froid et rien en réserve.

Bernard AVEDDO



(Suite de la page 1)

2. Dans le cas de mineurs, cette responsabilité incombe aux parents ou à l'encadrement conformément à la législation en vigueur.

3. Tout conseil, toute aide, ne dispense pas celui qui les reçoit ou les utilise d'évaluer les risques auxquels il peut s'exposer suite à son engagement dans la voie ou la course. Il est, par conséquent, nécessaire que le grimpeur ou l'alpiniste :

(a) s'assure par tous les moyens possibles (examen visuel, bibliographie, renseignements communiqués par des tiers dont il doit apprécier la fiabilité...) que la voie correspond à son propre niveau ;

(b) s'assure également par tous les moyens possibles que l'équipement en place est suffisant en quantité et en qualité, compte tenu de son niveau, de l'équipement personnel dont il dispose et de l'estimation qu'il fait de ses risques de chute ;

(c) sache reconnaître une prise instable ou un ancrage vétuste ou inapproprié ;

(d) sache renoncer s'il estime que la voie où il s'est engagé présente des caractéristiques qu'il ne peut maîtriser compte tenu de son niveau (mauvais rocher, équipement jugé insuffisant, conditions météorologiques...).

4. La FFME dispense, dans ses stages ou à travers ses clubs, les connaissances nécessaires à l'évaluation des moyens et au choix des comportements assurant la sécurité. C'est-à-dire qu'outre la technique gestuelle se trouvent enseignés :

(a) l'apprentissage de la sécurité en fonction des divers milieux ;

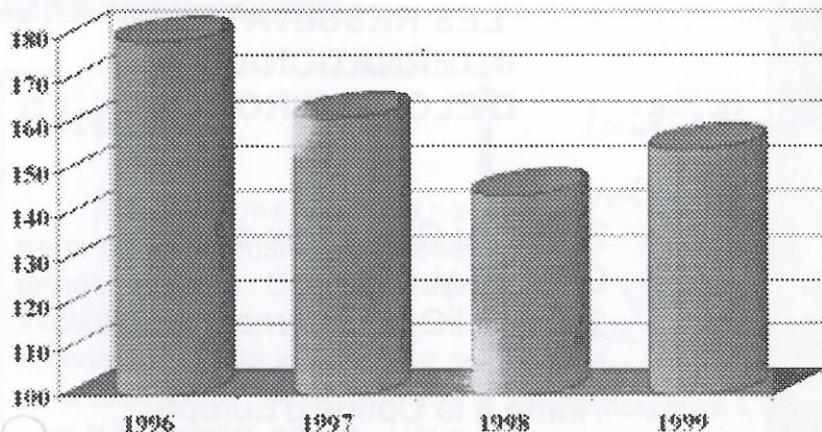
(b) l'apprentissage de l'appréciation des risques ;

(c) l'apprentissage de la distinction entre équipements fiables et équipements vétustes, insuffisants ou abandonnés.

La FFME considère que ces connaissances sont indispensables à toute pratique autonome en sécurité et doivent faire partie de la formation de base des grimpeurs et des alpinistes.

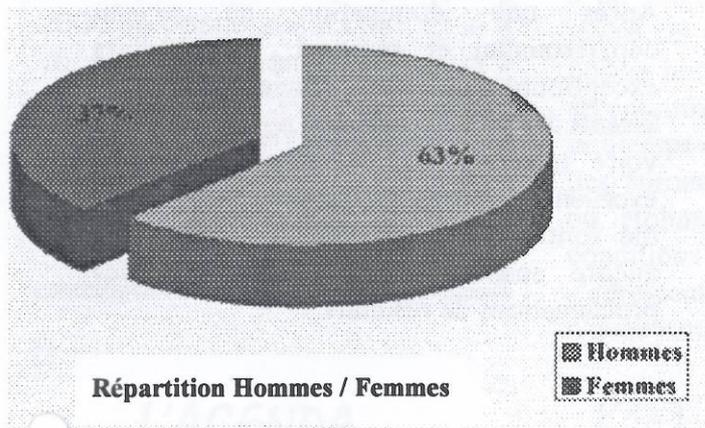
PHEROMORE : LE JOURNAL des ENFANTS du ROC

Enfants du Roc, les chiffres clés...

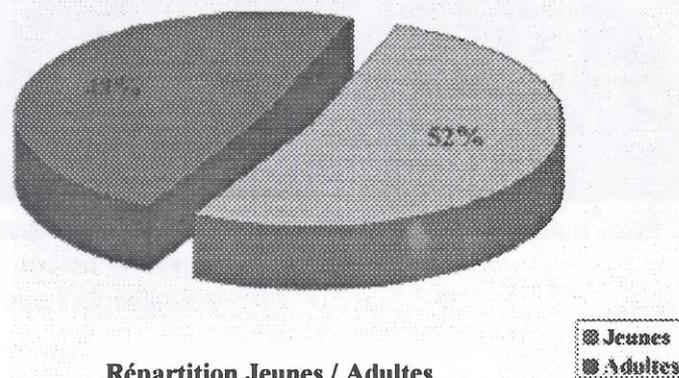


Evolution des licencés

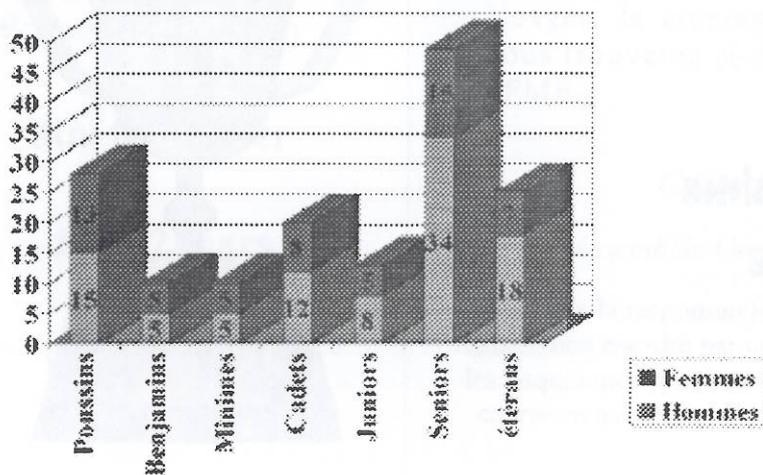
Après une légère baisse en 97 et 98, les Enfants du Roc renouent avec la croissance. Le nombre de licencés en 2000 devrait être du même niveau qu'en 1996.



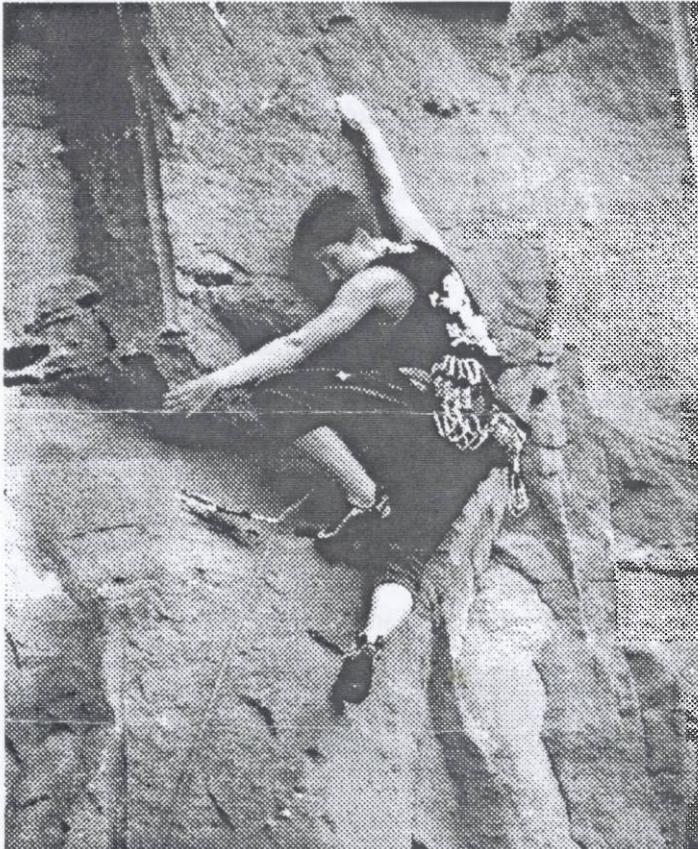
Répartition Hommes / Femmes



Répartition Jeunes / Adultes



Compétition : l'année 1999 : une année de rêve !



Elodie GIROUX dans le 7a de Frites saucisse de la Carrière Collot

LES RESULTATS INTERNATIONAUX D'ELODIE GIROUX

- ◆ 7ième au Grand Prix de Chambéry
- ◆ 2ième à l'Open international de Marseille
- ◆ 7ième à la Coupe d'Europe d'ALBERVILLE
- ◆ 9ième à la Coupe du monde de blocs à GRENOBLE

Après une domination au niveau départemental et régional, les résultats exceptionnels de cette année placent les **Enfants du Roc** très en vue au niveau national, voire international. Derrière Elodie, les excellents résultats de Bénédicte et Gautier me font penser que l'année 2000 verra encore souvent le club cité lors des proclamations de résultats.

Championnats de France Jeunes
Un résultat exceptionnel :
3 podiums !

BENEDICTE ARNOUX 3° minime
ELODIE GIROUX 3° cadette
GAUTHIER ZIEFLE 2° cadet

