

Phéromore

N°51 - janvier 2007

Le journal du club d'escalade
« Les Enfants du Roc »



Chalet de la carrière Collot
Rue des Soupis
BP-264 - 88007 Epinal cedex

Tél. 03 29 31 97 88
enfantsduroc@wanadoo.fr



En montagne aussi, le rangement du coffre est une affaire d'homme

Photo Gafalabaf

Bonne année 2007 à tous les Enfants du Roc,

aux nouveaux, aux anciens, aux futurs, à tous leurs proches et à nos très nombreux lecteurs. Phéromore est sans doute le canard le plus attendu ... tellement il est rare.

Il est tellement rare que cette fois ci, il a fallu densifier les informations. Il vous faudra une loupe pour imaginer, lire entre les lignes pour décoder et venir à l'AG pour comprendre.

Cette année encore, le club est en passe de faire le plein. La foire aux associations fonctionne à fond et permet d'enregistrer toutes les places disponibles pour les enfants et des jeunes ados. Les grands ados et les adultes se précipitent un peu plus lentement. Nous serons probablement 150 grimpeurs au printemps. Et la question récurrente de chaque mois de septembre est bien de savoir comment nous allons nous organiser pour faire découvrir l'escalade aux nouveaux adhérents avec un maximum de plaisir et de convivialité pour tous.

Un grand merci donc aux piliers du club et aux nouveaux qui s'engagent, pour que ça marche !

Marc THIERY

Les activités de la saison 2005/2006

- Nivologie par Philippe Mengin
- Nettoyage de la carrière Collot
- Sortie à Buis les Baronnie
- La fête de la grimpe
- 1 semaine à Aillefroide
- La Saint Nicolas
- Résultats de compétitions
- Quelques naissances
- Les stages proposés par le CR

En bref :

Un nouveau créneau est ouvert à la salle de bloc le samedi après-midi, animé par Nicolas Desauney, un petit gars du Jura qui va bien.

Il y a 3 places à pourvoir au sein du comité de l'association. Si vous avez envie de vous rendre utiles, appelez-moi.

L'assemblée générale du club se déroulera le mardi 6 février 2007 à 20h30 dans la salle de réunion de la maison des associations.

Tous les membres du club, les enfants et leurs parents y sont très chaleureusement invités. Ça sera l'occasion de faire connaissance, de présenter en détail les activités du club et d'évoquer tous les sujets qui nous tiennent à cœur.



Ce sera encore l'occasion de partager une grosse galette

Sensibilisation

Avalanches aux Enfants du Roc

La montagne en hiver, c'est le ciel d'azur, les pistes enneigées, les joies de la glisse... Mais c'est aussi malheureusement le péril blanc, le raz-de-marée des cîmes, les avalanches...

Mercredi soir, le club d'escalade des Enfants du Roc s'est réuni à la Maison des Associations, afin de suivre une conférence-débat sur le sujet. L'information était diffusée par Philippe Mengin, guide de haute montagne, professeur de sport au lycée Claude-Gellée, adhérent au club d'escalade et passionné !

Différents points ont été abordés. D'abord quelques chiffres, ces quinze dernières années, en France, quelque 300 cas d'avalanches mortelles ont été recensés, causant plus de 400 morts. Les avalanches constituent un réel risque, puisqu'elles représentent un tiers des accidents de montagne. De plus, la neige, si belle depuis la terrasse d'un bistro, peut se révéler extrêmement dangereuse. Les causes de décès sont souvent l'asphyxie, l'hypothermie, les traumatismes liés aux chocs, sans parler des lourdes séquelles pour ceux qui en réchappent.

Un autre point important de la soirée a été abordé : le mécanisme des avalanches. Pour que la neige dévale le long des pentes, quatre conditions sont requises. Une pente suffisamment importante pour créer une accumulation de neige, une couche inférieure fragilisée, une couche supérieure cohérente, une petite surcharge... et hop, c'est parti ! Cette surcharge occasionnée par le passage d'un skieur ou d'un randonneur, crée une onde de choc qui effondre la plaque fragile, provoque la rupture de la plaque supérieure, et déclen-

che une avalanche de plaque. Ce type d'avalanche représente 90 % des cas ; elles sont très dangereuses car difficilement prévisibles. Pour expli-

quer avec réalisme ce mécanisme à Epinal, une maquette était nécessaire. Un plan incliné, quelques rochers et quelques arbres en polystyrène, et

bien sûr, de la neige, enfin, du sucre et de la farine.

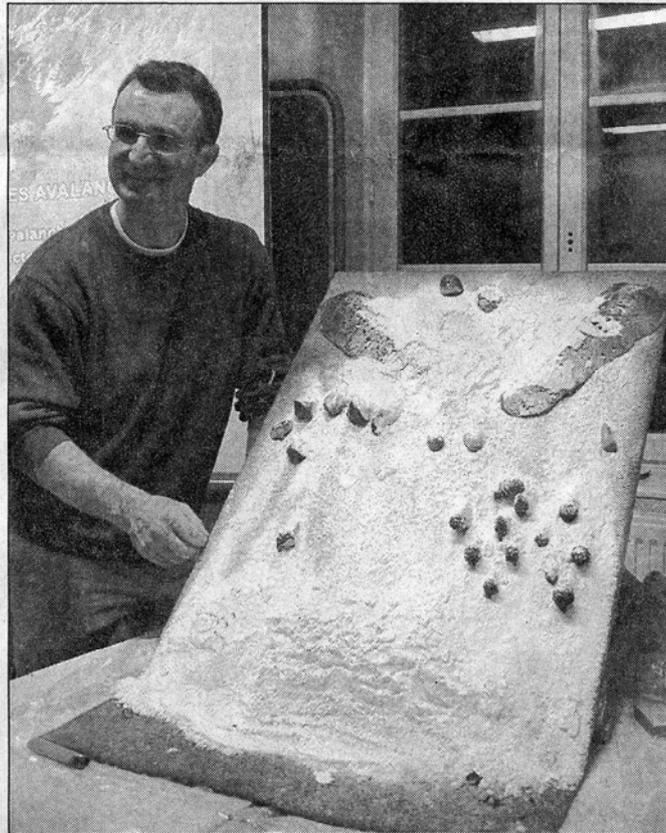
Modifier ses plans

Le sucre imite parfaitement une couche inférieure fragilisée et la farine, une bonne couche cohérente ; un petit pétard sur ce système et l'avalanche est immédiatement déclenchée ! Pour clore cette réunion, le guide a abordé le côté psychologique d'une sortie de groupe en montagne, les facteurs qui conduisent un groupe à continuer alors que les conditions météo et l'enneigement sont défavorables.

"L'erreur, ce n'est pas d'être parti en montagne" commente Philippe Mengin, mais "de pas avoir fait demi-tour plus tôt". "Le plus dur c'est de renoncer ou de modifier la sortie" ajoute Vincent.

La soirée a permis aux participants de confronter leurs expériences des avalanches et d'aborder ce problème plus sereinement, plus logiquement, et avec plus de sécurité. "C'est instructif, c'est aussi l'occasion de se remettre en cause" commente Alexandra, "désormais on se posera les bonnes questions, pour prendre les bonnes décisions" ajoute Bernard. "L'information était nécessaire et très intéressante, elle sera relayée à tous les adhérents" souligne Marc Thiéry, président du club. Après la phase théorique en salle, vivement la partie pratique, en montagne dans la neige... A l'année prochaine !

Renseignements complémentaires sur les sites suivants : www.ffme.fr ou www.anena.org



Philippe Mengin, guide de haute montagne, a mené les débats et livré toutes les explications nécessaires.

Ce petit rappel s'impose, avant l'arrivée de la neige ... ou pour faire venir la neige...!

Un dossier est très bien présenté à ce sujet dans le dernier n° de Direct'Cimes, la revue de la Fédération

hors piste et ski de montagne : 40 ans d'évolution **Avalanches, les outils d'aide à la décision**

- ⇒ Prendre conscience du danger
- ⇒ Différencier la probabilité de l'enjeu
- ⇒ Les outils d'aide à la décision

Abonnement en ligne à Direct'Cimes : www.ffme.fr/direct-cimes

8€ pour les licenciés, avec les renseignements suivants :

Nom du club : Les Enfants du Roc

n° de licence : voir sur votre licence

Infos sur les avalanches : www.ffme.fr/technique

www.anena.org (Association Nationale pour l'Étude de la Neige et des Avalanches)

www.meteofrance.com/FR/montagne

Voir en dernière page, les stages proposés par le Comité Régional Lorraine de la FFME
Nivologie pratique, utilisation ARVA, orientation, GPS ...



mieux là que dans le coffre !
... quoi que ...

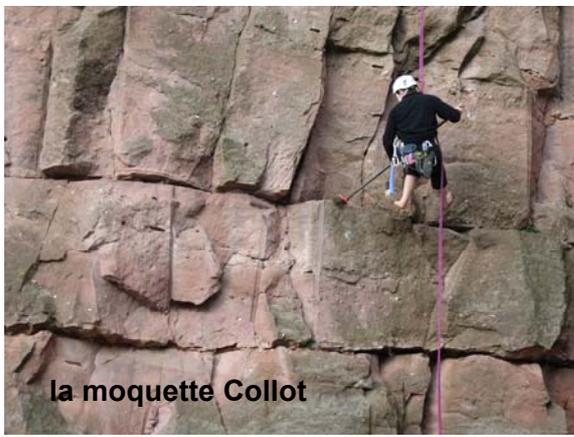
Février 2006 - initiation au ski de rando à Grimialp, en Suisse



Juste de quoi planquer un ARVA...



... et profiter.



la moquette Collot

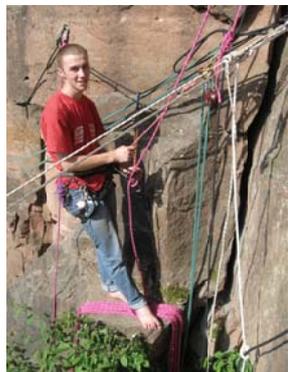


ou presque

Grand WE sur le calcaire blanc de Buis les Baronnies, dans la Drome provençale, en mai



La fête de grimpe, qui clôturait la saison à la carrière en juin, a été l'occasion de faire découvrir l'escalade à une cinquantaine d'enfants et d'adultes. Certainement les futures membres du club. Chacun a pu faire profiter de ses talents et de ses qualités, s'amuser et partager un barbecue ... à reproduire.



Juillet : semaine d'alpinisme à Aillefroide

1ères grandes voies pour Nicolas

1er 4.000 pour Nadine à la Barre des Écrins



C'est presque une tradition et c'est toujours une réussite.

Cette année encore, Monique et Marie ont réuni une vingtaine d'enfants et d'accompagnateurs pour participer au défilé de la Saint Nicolas à Epinal.

Les spectateurs admirent les chars et depuis l'intérieur du défilé, nous admirons les regards éclairés des enfants. La magie de Saint Nicolas fonctionne à merveille.

extrait des compétitions saison 2005/2006	Chpt des Vosges	Chpt de Lorraine Stenay	interrégional Beaune	open de Colmar	Open Casabloc	Chpt de France
BAUDOIN Laurent	5	3				
CLERC Maxime		5	5		1	40
DEFOLLEVILLE Matthieu	6					
DEHAYE Robin		8				
DEHAYE Vital					11	
FEGER Margaux	4				11	
GAXATTE Julien		9				
JACQUET Paul	7					
LAIR Arthur			23		3	
RONEZ Léa	3	5		2	1	
RONEZ Stéphane	2	2	3	3	1	21
SOUQUET Audrey	6				15	

Cette saison, c'est Julien GAXATTE qui encadre le groupe compétition, assisté par Matthieu DEFOLLEVILLE.

Julien vient de passer son diplôme d'initiateur SAE.

Matthieu a passé les 2 diplômes d'initiateur SAE et d'initiateur escalade.

Le club a de l'avenir...

Bienvenue à Arthur, Gaspard, Albin et Louis, ... et toutes nos félicitations à Marie Duveau et Fred à Adeline Asper et Jérôme George, à Patrick Laurent, à Yohan Lagrange et leurs épouses.



Pour vos grand WE, vos vacances d'hiver, de printemps, d'été et d'automne, allez chez Jean-Claude LAGRANGE

www.lajuliane.com

Gîte refuge - Pelvoux (05)

Equipe jeune alpinisme

Un projet de formation (sur 3 ans) va démarrer pour conduire une équipe de jeunes issus de nos clubs lorrains vers une pratique de la montagne.

⇒ appel à candidatures à cette adresse : philippe.mengin@free.fr pour un rassemblement début 2007 (un petit document sera retourné aux intéressés avec des renseignements à fournir concernant leur motivation, leurs expériences en termes de pratiques de la montagne : ski, raquettes, alpinisme, canyoning, escalade, etc ...)
Les actions seront encadrées par des bénévoles FFME (diplômés ou ayant un registre de compétences reconnues), et par des Brevets d'état d'alpinisme (Guide de Haute Montagne, Accompagnateur en Montagne) et Brevet d'état Educateur Sportif (Moniteurs d'escalade 1^{er} et 2^{ème} degré).

Objectifs visés : préparer les jeunes à passer l'Initiateur FFME d'Alpinisme, l'Initiateur FFME de Ski de Montagne, L'initiateur FFME Raquettes à Neige. Ils passeront les étapes formatrices (Sécurité sur glacier, Neige-avalanches, Carto-orientation), et nous validerons les compétences acquises avec les passeports FFME.

Equipe jeune escalade

contact Hervé Richard 06 72 16 31 32)

Lieu Epinal (gymnase IUFM à la zup) : nouvelle structure Pan (10m x 4.50)

Les clubs peuvent contacter Hervé pour signaler des jeunes qui seraient susceptibles d'intégrer le groupe 2007.

Formation ... qualification ... passeports ...

GPS et l'utilisation des logiciels de cartographie (carto-explorer)

Samedi 31 mars après midi et soirée

Dimanche 1^{er} avril

Lieu : refuge du « Sotré » route du Honneck

Contenu :

Initiation aux GPS (Tracés, Routes, Point à rallier, et les fonctions associées (altimètre, boussoles, etc).

Manipulations sur le terrain.

Comment préparer une sortie en utilisant un ordinateur avec carto-explorer, et les GPS démonstration , travaux pratiques et théorie ... légère !)

Inscriptions impératives avant le : 1^{er} mars 2007

Stage initiateur SAE

stage pendant les congés de février 07 (2 jrs à Nancy, 1 jr à Epinal, 2 jrs à Eloyes)

Stage initiateur Escalade

stage pendant les congés de Pâques 07 (Epinal et Sites des Vosges)

2 Week-ends Neige-Avalanches

Encadrement par instructeurs ffme et BE alpinisme

à dans les Vosges : 10-11 février 07 (être hébergé mais ce n'est pas obligé)

à à Chamonix : 3- 4 Mars 07

Connaissances de la neige, évolution du manteau neigeux, liens avec la pratique en milieu montagnard enneigé (ski , raquettes, surf , alpinisme...)

exposés, vidéo, pratique sur le terrain (coupe du manteau, manipulation des ARVA, les analogiques et les numériques, méthodologie de recherche de victimes d'avalanches, ...)

Cette formation concerne 2 publics et proposera 2 tarifs

- ceux qui veulent participer uniquement pour s'initier, se cultiver, et passer un we en montagne enneigée

- ceux qui souhaitent obtenir une validation Neige-avalanche (test d'ARVA obligatoire) pour l'inscrire dans un cursus plus large (initiateur ski de montagne, initiateur raquette à neige, initiateur alpinisme par exemple).

La formation est identique avec le test d'ARVA en plus pour les seconds.

2 Week-ends sécurité sur glacier

Encadrement par instructeurs ffme et Guide de Haute montagne

à Chamonix : 21 – 22 avril 07

à Chamonix : 23 – 24 juin 07

Contenu :

Connaissances des progressions sur glacier et sur pente enneigée [liens avec la pratique en milieu montagnard (ski, raquettes, surf, alpinisme...)]

- exposés, vidéo, les matériels, pratique sur le terrain

- descente en crevasses et remontées autonomes, remontées de partenaires de crevasses en techniques de cordes (les mouflages, corps morts en neiges et glace, etc ...)

Ce stage est validé par votre participation active (pas de test). Vous avez la qualification sécu sur glacier et les formateurs évaluent votre prestation (appréciation de votre niveau, votre maîtrise des techniques de corde, sur votre attestation de suivi de formation).

2 Week-ends cartographie - orientation

Lieu : refuge du « Sotré » route du Honneck

Encadrement (instructeurs ffme et BE alpinisme)

- dans les Vosges : 21 – 22 avril 07

Inscriptions impératives avant le : 1^{er} avril 2007

- dans les Vosges : 22 – 23 sep 07

Inscriptions impératives avant le : 1^{er} septembre 2007

Cette formation concerne 2 publics et proposera 2 tarifs

- ceux qui veulent participer uniquement pour s'initier, se cultiver, et passer un we en montagne

- ceux qui souhaitent obtenir une validation Cartographie – orientation (parcours d'orientation de nuit obligatoire) pour l'inscrire dans un cursus plus large (initiateur ski de montagne, initiateur raquette à neige, initiateur alpinisme par exemple)

La formation est identique pour tous avec le test nocturne (5 balises à trouver) en plus pour les seconds, les autres peuvent faire le test pour le plaisir ...

Programme samedi

Présentation vidéo de la cartographie et de l'orientation en général (historique, carte, méthodes, principes simples)

Manipulation (report d'azimut, triangulation, profil de course, repérage des éléments de la carte.)

Randonnée sur le terrain avec orientation par groupes.

Poursuite des exposés – débats, l'informatique et le GPS

Parcours nocturne (seul pour ceux qui passent le test, possibilité d'être en binôme pour les autres)

Programme dimanche

Initiation au GPS technique et manipulation sur le terrain

Parcours d'orientation dans le massif.

Passeports escalade

Un planning de passage des passeports va être proposé prochainement :

Il précisera le lieu (un club et une structure pour accueillir les licenciés, sans doute un par département).

Un Moniteur BE escalade et Instructeur FFME sera présent pour assurer les actions.

Les modalités seront précisées aux clubs par Patrick Maire dès que possible.

Information supplémentaire concernant l'ensemble des stages et la démarche à suivre :

pour chaque stage : il est nécessaire d'envoyer une fiche de candidature complétée, signée par le candidat et le président de club (fiche téléchargeable sur Internet à la rubrique formation du site ffme.fr), joindre un chèque d'arrhes de 30%, une photo d'identité, une photocopie de la licence FFME (surcoût de 41€ à chaque formation pour les non licenciés, reversés à la fédé nationale), une photocopie de l'AFPS (Attestation de Formation aux Premiers Secours), un certificat médical de moins de trois mois.

Le tout à envoyer à Patrick MAIRE, 369 Chemin de Lambourémont, 88220 URIMENIL (prés. du Comité Départemental)

Le club des Enfants du Roc finance les formations aux membres du club qui s'engagent à encadrer des séances d'initiation pendant 2 ans.

⇒ **N'hésitez pas à prendre contacts pour plus de précisions.**

Le passage des passeports escalade est gratuit et s'adresse à tous, petits et grands, débutants et super qualifiés. Il permet de valider et de formaliser toutes les étapes de la progression.