

N° 171 SEPTEMBRE 2022



club alpin français  
**Le Mans**



**MONTAGNE &  
AMITIÉ**

# Le mot de la présidente

Nous revoilà pour une nouvelle saison 2022 -2023.

Nous souhaitons le bienvenue à tous ceux qui nous rejoignent que l'on soit débutant ou confirmé et à ceux qui poursuivent l'aventure avec notre Club.

J'espère que la plupart d'entre vous ont pu profiter de la Montagne encore cette année malgré les fortes chaleurs et canicules qui ont traversé le pays. Pour ceux qui y étaient depuis juin, vous avez sûrement ressenti quelques fraîcheurs en altitude même si la température est restée bien trop haute sur cette période estivale. Ce qui inquiète beaucoup d'acteurs\* et il reste important que chacun d'entre nous contribue à préserver cette belle montagne fragilisée d'année en année.

Au sein du Club, nous espérons pouvoir encore cette année vous apportez des compétences pour pouvoir pratiquer en toute sécurité et réfléchir à adopter les bons comportements pour préserver et respecter notre environnement.

Pour cette saison, plusieurs grands événements auxquels chaque licencié est fortement invité à participer ou encore mieux à contribuer :

- l'assemblée générale de notre club le samedi 19 novembre. Nous vous enverrons l'ensemble des données chiffrées et qualitatifs à connaître pour que vous puissiez voter à distance ou en présentiel.  
(plus de détails dans les pages qui suivent).

Si vous souhaitez participer activement à la gestion de notre club, notre conseil d'administration a à cœur de renouveler ses membres et de représenter ainsi toutes les commissions. Si ça vous intéresse, n'hésitez pas à échanger avec les responsables de commissions ou les administrateurs.

Cette année ce sont les commissions VTT et spéléologie qui ont la charge d'organiser la partie festive de cette AG. nous vous invitons à proposer votre aide si vous en faites partis.

- nous vous proposons aussi de vous inscrire à la journée Galette le 8 janvier prochain. Celle ci sera un peu différente des années précédentes puisque nous vous proposerons la découverte d'une nouvelle animation sur l'après midi pour continuer à découvrir et réfléchir sur les effets climatiques sur notre belle montagne.

- Notre challenge annuel LE PAULO qui aura lieu le 25 et 26 mars 2023. Nous accueillerons les jeunes licenciés des clubs de tout le grand ouest et les adultes déguisés pour grimper sur des blocs et des voies, parfois de vitesse sur un week-end.

Nous recherchons donc des bénévoles pour son organisation qui ont une appétence en escalade oui ! mais pas que... Il nous faut aussi de la bonne volonté pour gérer la buvette, les lots, les courriers administratifs, la communication de l'évènement, les invitations et inscriptions, et pourquoi pas donner des nouvelles idées d'activités à découvrir sous forme ludique...

- l'accueil de notre fédération, la FFCAM, et de tous ses clubs affiliés de France et du Maroc, le 21 et 22 janvier prochain pour réaliser sa propre assemblée générale au Palais des Congrès du Mans.

Nous avons déjà plus d'une soixantaine de bénévoles qui ont accepté d'aider et de soutenir l'organisation, nous les en remercions vivement.

Tous les responsables et administrateurs du club restent à votre disposition pour répondre à toutes vos questions et éventuellement nous remonter des informations. C'est aussi avec vous que le club continuera de construire et d'évoluer.

En attendant tout cela, nous vous souhaitons une très belle saison sportive.

Coralia

\*J'en profite pour vous faire part d'une tribune parue dans le Journal Le Monde le 21 août dernier et que vous retrouverez sur le site de la FFCAM (<https://www.ffcam.fr/tribune-du-monde-21-aout-2022.html>)

# UN BULLETIN SPECIAL ASSEMBLEES GENERALES

## La 1ère, le 19 novembre 2022 : AG du CAF du Mans

C'est celle de notre club qui a lieu comme chaque année en novembre ou décembre.

Des nouveautés cependant pour cette saison:

Changement de salle: cette année la Salle Barbara n'est pas disponible nous nous retrouverons donc à la maison de quartier les Ardrières.

Par le passé, vous pouviez voter par correspondance pour le renouvellement du CA, mais pas pour les motions (rapport moral, bilan financier...). Aussi cette année, nous vous communiquerons par mail l'ensemble des documents relatifs à cette AG. Les adhérents qui ne pourront être présents physiquement pourront ainsi s'exprimer via la plateforme Balotilo.

## La 2ème, les 21 et 22 janvier 2023 : AG NATIONALE FFCAM

C'est celle de tous les Clubs Alpains de France et qui cette année a lieu au Mans. Ce sera un moment très important pour notre club. Vous avez été nombreux à vous porter volontaires en tant que bénévoles pour l'organisation de cette AG. Nous vous en remercions.

Un article a été rédigé par Jean Cornudet pour nous expliquer le pourquoi et comment de cette assemblée. Nous vous invitons à le parcourir.

## JOURNEE GALETTE 08 JANVIER 2023 : des nouveautés

Cette année, une animation commune aura lieu à partir de 14h00 : **La Fresque du Climat.**

Elle sera animée par Benoît PLANCHENAUT et se déroule sous forme d'un jeu de cartes collaboratif.

L'objectif est de sensibiliser chacun d'entre nous aux enjeux climatiques

Cette animation a toute sa place au sein du projet et des valeurs défendues par notre Club (D'ailleurs la FFCAM l'a aussi repris à son compte).

Nous nous sommes aussi interrogés, suite à des retours, sur l'opportunité de conserver la partie "Casse-croute rillettes et pâté" avant la galette: une organisation un peu complexe pour un encas pas forcément apprécié et beaucoup de gaspillage.

Nous gardons donc uniquement la galette, il n'y aura plus de participation financière néanmoins il faudra impérativement vous inscrire.

### Déroulement de cette journée :

- matin : chaque commission propose une sortie
- midi : pique nique tous ensemble à la salle des Bruyères
- 14h30 : jeu collaboratif, La Fresque du Climat
- 17h00 : partage de la galette

### Inscription avant le 20 décembre:

- Par mail auprès de Stéphane FEAU sans oublier de préciser le nombre de convives (adultes, enfants)  
stephane-feau.caf@sfr.fr

# Assemblée Générale du Club Alpin Français du Mans

**Samedi 19 novembre 2022 à 15h30 précises**

**Maison de quartier les Ardrières, rue du Happeau, 72000 Le Mans, Bus n°12 arrêt Pipèche**

**Elle sera suivie, à 19h, d'un buffet. Venez nombreux ! Apéritif offert.  
Cette année, la soirée sera animée par un groupe de musiciens qui se feront un plaisir de vous initier au swing.**

15 € pour les adultes - 10 € pour les jeunes de 12 à 18 ans  
Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans (mais inscription obligatoire)

Vous recevrez en temps utile votre convocation, mais pour permettre l'organisation du repas, veuillez retourner le bulletin ci-dessous accompagné de votre paiement avant le samedi 5 novembre. (réservation uniquement par courrier) à :

Stéphane FEAU 35 rue de ma Madeleine 72650 LA BAZOGE



**Attention!  
Nouveau lieu pour notre AG!**



---

Assemblée Générale 2022

Participation au repas accompagné du règlement avant le samedi 5 novembre.

Adultes :

Nom: ..... Prénom : .....

Nom: ..... Prénom : .....

Enfants 12/18ans:

Nom: ..... Prénom : .....

Nom: ..... Prénom : .....

Enfants - 12ans:

Nom: ..... Prénom : .....

Nom: ..... Prénom : .....

Ci-joint le paiement par chèque à l'ordre du «Club Alpin Français du Mans»  
pour la somme de .....€

# **Election au Conseil d'Administration 2023**

L'activité au quotidien dans les différentes commissions garde son dynamisme grâce au travail de tous les bénévoles, encadrants ou responsables de commissions.

Le conseil d'administration décide des orientations qui émanent souvent des commissions, il s'assure de la conformité de celles-ci avec les statuts de notre club et de ceux de notre Fédération. Il relie, supervise et décide d'actions communes au sein du club. Il s'assure que l'ensemble de ces actions (sorties, stages, encadrement, formations,...) sont cohérentes avec les orientations politiques et budgétaires du comité. Ces orientations ont été soumises et validées à l'Assemblée Générale précédente.

Le travail accompli par tous par les commissions, par notre professionnelle et par le CA est reconnu par nos partenaires (Conseil Départemental, municipalités, associations sportives, ....). Les moyens financiers et les structures mises à notre disposition témoignent de cette reconnaissance.

Pour faire vivre cette dynamique, pour bénéficier de l'apport d'idées nouvelles, notre Comité a besoin de se renouveler et de se renforcer. A ce jour, le CA est composé de 15 membres pour 24 possibles statutairement.

**N'hésitez pas à faire acte de candidature.**

Chacun, en fonction de ses envies, de sa motivation, de ses compétences, de ses connaissances, apportera, selon sa disponibilité, une pierre à l'édifice.

**Les candidatures doivent nous parvenir au plus tard le mercredi 02 novembre par courrier ou par mail à :**

Coralie NALLAMOUTOU 9 rue Eugène LABICHE 72000 Le Mans  
presidence.clubalpinlemans@gmail.com

et copie Valentin FOUREAU val-fou@hotmail.fr

# L'Assemblée Générale de la FFCAM au Mans en janvier 2023.

Jean CORNUDET

Le samedi 21 et dimanche 22 janvier 2023, le Club Alpin du Mans organisera l'Assemblée générale de la Fédération des Clubs Alpins et de Montagne, fédération à laquelle nous sommes affiliés.

## En quoi consiste cette assemblée générale ?

Comme pour toute association loi 1901, la fédération se doit d'organiser annuellement son assemblée générale pour y présenter le rapport moral du président ou de la présidente, le bilan financier, rapport de vérification des comptes, le budget, notation de la Banque de France, rapport d'activité, politique générale de la fédération, rapports avec les ministères, les rapports de commissions : formations, refuges, protection de la montagne et du milieu naturel ; le tout suivi des récompenses aux clubs ayant mené des actions innovantes au profit de jeunes, de femmes ou de publics en situation précaire.

## Pourquoi cette Assemblée Générale au Mans ?

Tous les ans, l'assemblée générale a lieu dans une ville différente de France métropolitaine, alternant villes de montagne et de plaine. Notre ville ne l'avait jamais accueillie malgré ses 61 ans d'existence et elle constitue un événement de taille pour la fédération et surtout pour le club. Elle aura lieu au Palais des Congrès et de la Culture, établissement idéalement situé près de la gare SNCF, du centre-ville et des hôtels.

## Qui est concerné par cette assemblée générale ?

Nous attendons environ 400 délégués désignés par les clubs, par les comités départementaux et aussi régionaux, entités originaires de tout le pays, représentants des syndicats de guides de haute montagne, des accompagnateurs en moyenne montagne et gardiens de refuges. Des dirigeants de clubs alpins étrangers sont également invités. Les membres du Comité Directeur de la Fédération et une quinzaine de salariés seront également présents, arrivant même le vendredi pour vérifier la préparation et prendre possession des lieux.

## Préparation de l'assemblée générale :

Les premières recherches de faisabilité ont commencé en octobre 2018 : lieux d'accueil possibles, à savoir la Salle des Concerts, l'amphi de l'Université, l'abbaye de l'Epau, un hall du Parc des Expositions. C'est finalement le Palais des Congrès qui fut retenu après examen des prestations et tarifs. Un budget approximatif fut dressé et accepté par le Conseil d'administration du club qui approuva la candidature de notre club, laquelle fut présentée à la Fédération et acceptée par un vote à l'Assemblée Générale de Mulhouse en 2019. Pas question non plus « d'exploser le budget ».

## L'intendance :

Les contacts nombreux avec 4 clubs ayant organisé précédemment cette manifestation et leurs conseils ont été très bénéfiques. Une telle opération durant le week-end complet nécessite la constitution d'un groupe d'organisation efficace et la participation de nombreux bénévoles en amont, dès le vendredi et les 2 jours. Le groupe d'organisation se compose, selon les clubs de 5 à 8 personnes. Le groupe d'organisation n'est pas constitué que de membres du Conseil d'administration du club, des cafistes n'en faisant pas partie jouent un rôle important, voire primordial dans l'organisation. Un groupe d'une soixantaine de bénévoles est constitué pour gérer des tâches aussi diverses que les relations avec la Mairie, le Conseil départemental dans la phase de préparation, l'accueil des délégués, le vestiaire, le service lors des repas, la vente de tickets de tombola, la préparation de documents, la décoration du hall et de la tribune, les photos et pour les grimpeurs d'escalier, les micros HF en salle. Pour les conjoints de délégués, des visites de la Cité Plantagenêt, de la cathédrale et de l'abbaye de l'Epau sont également prévues. Quelques cafistes amateurs de belles voitures auront à cœur de visiter le Musée des 24 Heures.

## Hôtels et repas

Il faut héberger et nourrir tout ce beau monde ! Il a fallu négocier les menus et devis de traiteurs. L'Office du Tourisme nous a fourni une liste d'hôtels, reste à prendre rendez-vous avec leurs directions.

## Animations

Avant l'ouverture de la séance plénière du samedi, une chorale constituée de cafistes manceaux entamera un chant de quelques minutes pendant que 4 autres cafistes réserveront une belle surprise « sportive » aux délégués. Je n'en dis pas plus !

Une animation par les jeunes de la Cité du Cirque du Mans donnera au repas du samedi soir une touche récréative. Gageons qu'elle sera fort appréciée !

## Partenariats divers

La Ville du Mans et le Conseil Départemental ont été sollicitées pour l'attribution d'une subvention exceptionnelle.

Des entreprises partenaires sont contactées depuis avril 2022 par les étudiants du BTS section « NDRC » du Lycée Sud pour une recherche de participation financière, elles pourront tenir un stand dans le grand hall du Palais des Congrès pour y présenter et vendre leurs produits. Plusieurs étudiants participeront à la démonstration et la vente des produits exposés. Plusieurs réunions avec l'équipe pédagogique ont mis en avant l'intérêt que cette opération présente pour les étudiants. L'objectif fixé par les enseignantes nous apparaît très intéressant. Nous avons prévu, en accord avec l'équipe enseignante, un dédommagement des frais et une « activité » escalade encadrée par notre professionnelle et bénévoles pour remercier les étudiants.

## Quel intérêt pour nous et pour Le Mans ?

Cette manifestation donnera une grande visibilité à notre club, la presse étant présente. Pour mémoire, le club de Nantes qui avait organisé cette AG en 2015 avait gagné 150 adhérents. Elle montrera aussi le dynamisme de notre club pour les Elus.

Des stands de services du tourisme de la Ville et du Conseil départemental présenteront les atouts de notre ville et du département.

### Liste des membres du groupe d'organisation : (par ordre alphabétique)

*Jean CORNUDET* pilote du groupe, réunions et lien avec les élus, les services des sports de la Ville du Mans et du Département, partenariat, liens avec le Lycée Sud, relations avec la FFCAM, article pour le site de la Fédération, relations avec notre assureur Gras Savoye, contacts et réunions avec la direction du PCC, contacts avec le traiteur, l'Office du Tourisme, les hôteliers, accueil des délégués, brochure et contacts avec les imprimeurs.

*Stéphane FEAU* gestion financière, administratif, plans et cartes, restauration.

*Valentin FOUREAU* communication, site du club.

*Yves FOURREAU* réunions et lien avec les élus, partenariat, contacts et réunions avec la direction du PCC, gestion des salles du PCC, liens avec le Lycée Sud, contacts avec le traiteur, l'Office du Tourisme, restauration, hébergements, accueil des délégués.

*Alain GARNIER* préparation, gestion et sécurité de l'animation du samedi matin

*Emmanuelle GOUDIER* accueil des accompagnants, relations presse, décoration du hall et salle plénière, animation, tombola.

*Nathalie LENAIN* gestion des bénévoles en amont et lors du week-end, tenues des bénévoles, courriers divers.

*Christine MAUNOURY* animation et relations avec la Cité du Cirque.

*Bertrand MASSON* accueil des délégués

*Coralia NALLAMOUTOU* relations avec les partenaires institutionnels, courriers divers, signature de conventions, documents de communication.

*Régis PLACAIS* finances + administratif.

# ANIMATION POUR L'AG de la FFCAM:

## Une chorale éphémère

Les 21 et 22 janvier 2023, le Club Alpin du Mans accueille la FFCAM pour son assemblée générale, dans le Palais des Congrès de la Ville du Mans.

350 cafistes environ, représentant l'ensemble des Clubs et les membres de la FFCAM, seront présents. Outre les figures imposées par une assemblée générale (Rapport moral, financier, rapports d'activités, élections, etc.), différentes animations seront proposées par notre Club.

Faisant partie de l'Atelier chant et chorale des Imaginaires de Sargé-Lès-Le Mans, depuis plusieurs années, j'ai adressé un courriel, fin avril, à tous les cafistes de notre club intitulé « AG FFCAM - Recherche choristes ».

Une bonne vingtaine de cafistes des clubs sarthois – de tout âge - ont, parfois avec modestie, d'autres fois avec enthousiasme, répondu présent.

Actuellement chacun s'approprie le chant choisi et pose sa voix sur le bon pupitre. Puis viendra le temps de répéter tous ensemble avec les choristes de l'Atelier afin d'obtenir « une pâte savoureuse » à écouter, le jour J.

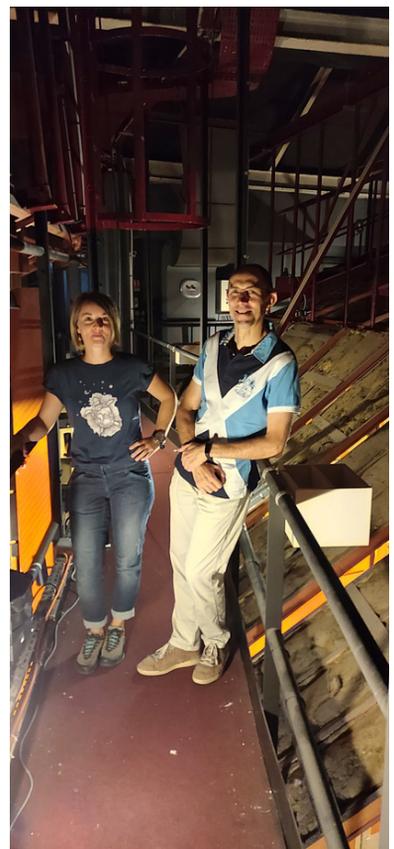
Cette animation sonore sera doublée d'une prestation de jeunes grimpeurs(euses) et de spéléos du club... le long de cordes. Bien sûr, Kelly, notre professionnelle de la grimpe, et Jérôme, le compétent spéléo, sont dans la boucle pour réaliser ces courtes balades aériennes en sécurité.

Notre intervention est déjà bien sûr programmée : « nous ouvrons le bal » le samedi 21 janvier à 9h00 précises. Il n'y a pas de place à l'improvisation dans une telle AG !

Dernier appel : si tu aimes chanter ou si tu participes aux activités d'une chorale, tu seras encore le(la) bienvenu(e) pour participer à cette chorale éphémère. Ta participation ne sera soumise à aucune audition préalable !

N'hésite pas à me contacter.  
Alain GARNIER – [alaingarnier.caf@gmail.com](mailto:alaingarnier.caf@gmail.com).

Préparation en coulisse avec Kelly et Jérôme



# TARIF DES MISES À DISPOSITION SAISON 2022/2023

Mise à disposition du matériel afin d'aider les caïstes qui désirent pratiquer les activités de neige, du matériel de bonne qualité est à disposition au club. Une participation est demandée pour l'entretien et le remplacement du matériel usagé. Le paiement est à effectuer par chèque à l'ordre du CAF du MANS.

Prêt Pack Sécurité (DVA, pelle, sonde) gratuit.

Pour le matériel de ski, contacter: Christian Chapellier

Pour les GPS, contacter: Jean-François LUCHEZ (chèque de caution de 200€)

Baudriers et casques ne sont loués que pour des sorties organisées par le club.

Réservez votre matériel dès que les stages sont organisés.

**Remorque Bagagère pour vélo:** Tarif de location: 15€ pour la semaine 5€ pour le week-end Une participation est demandée pour l'entretien et le remplacement des pièces usagées. La remorque sera rendue propre, le plus rapidement possible après l'activité, pour permettre à d'autres adhérents d'en bénéficier.

Réservation un mois à l'avance auprès de: Alain GARNIER ou Nathalie LENAIN

SPORTS DE NEIGE	W-E	SEM
Raquettes nouveau modèle	7 €	15 €
Raquettes ancien modèle	5 €	8 €
Ski de fond	10 €	20 €
Ski de rando nordique	12 €	25 €
Ski de randonnée alpine	12 €	25 €
Peau de phoque	4 €	8 €

ALPINISME	W-E	SEM
Crampons	5 €	12 €
2 piolets cascade	6 €	12 €
Casque	1 €	3 €
Altimètre	4 €	8 €
GPS		Gratuit

CANYONING/SPÉLÉO	JOUR	SEM
combinaison néoprène	3 €	10 €
baudrier canyon équipé	3 €	10 €
baudrier spéléo équipé	5 €	20 €
casque avec éclairage	1 €	/



## Réductions pour vos achats auprès du Vieux Campeur

Les membres du Club Alpin Français du Mans peuvent bénéficier d'une réduction de 18 % sur leurs achats « Au Vieux Campeur » (hors soldes, promotions et certains articles à "prix fixe").

Il vous suffit de présenter votre carte lors du passage en caisse. La réduction n'est pas accordée pour les achats en ligne.

## Séjour Massif de la Chartreuse du 4 au 11 septembre 2022

Bon nombre d'entre vous ont pu le découvrir ou le redécouvrir mais quelles superbes randonnées tout au long de cette semaine. Le Dimanche 4 septembre arrivée des marcheurs et installation dans le gîte La Ferme de l'Ours...à Entremont le Vieux...Daniel le propriétaire commence déjà à nous faire partager sa passion des bouquetins et nous propose d'utiliser sa longue vue pour les repérer sur la montagne. Nous sommes pas déçus ils sont là....Le lendemain, départ vers la Pointe du Pinet avec pique-nique à 1840m en empruntant le Col de L'Alpette...soit 12,6 km et un premier dénivelé positif de +950. Les genoux sont au taquet et déjà se prépare en rentrant la deuxième journée avec un départ à Entremont du Vieux Foyer Nordique vers le col de Mollard. Pique nique au pied du Mont Outheron, soit une distance de 11,5 km et un dénivelé plus « sage » d'environ de + 370.

Les mollets sont toujours d'attaque et départ mercredi du gîte vers les Ménarchières, Grange de Joigny...Les Minets et hop on ne voit pas passer les 16 km et le dénivelé +700 avec des paysages de prés remplis de colchiques, de troupeaux de vaches...et de paysages à couper le souffle (et dieu sait s'il en faut en Chartreuse) comme la montagne peut nous en donner....Le temps passe vite déjà jeudi et changement de gîte. Un arrêt à Saint Pierre d'Entremont (ville qui est partagée en Isère et Savoie, possède deux églises et ne tient pas à laisser le choix aux visiteurs, c'est deux ou rien). Départ rando pour rejoindre les ruines du château d'Entremont soit un parcours de 10km et dénivelé de 400 m question d'être à l'heure au nouveau gîte. C'est déjà vendredi alors nous accélérons les pas pour rejoindre à partir du Col de Porte, le sommet de Charmant Som à 1867 mètres qui nous offre une vue exceptionnelle sur les Alpes....avec une variante pour certains qui ont fait une rallonge vers la Pinéa....et qui terminent leur journée avec 17,5 km et +900 de dénivelé.

Le temps passe trop vite alors samedi nous partons du monastère de St Pierre en Chartreuse vers le Petit Som ; juste 12km et +700 de dénivelé. Mais le musée du Monastère de la Chartreuse nous tente et profitons en plus de visiter l'exposition Arcabas , ensemble de peintures et sculptures contemporaines...C'est déjà la fin du stage et retour dimanche au Mans avec comme le démontre la montagne, des paysages plein les yeux, de l'air plein les poumons.

Merci à Blandine & Jean Cornudet pour l'organisation du stage et à Gérard Launay pour son travail de scribe pour avoir collecté les informations.

A bientôt sûrement dans nos belles montagnes.

Isabelle Havre-Chillaud



# Tour du Thabor Alpin

La randonnée alpine souffre d'un manque de clarté quant à sa définition. D'où la question récurrente pendant nos 8 jours ensemble, 'La rando alpi, qu'est-ce que c'est exactement ?'. Après ce séjour, nous cernons mieux la réponse : cela implique de la marche hors sentiers balisés, au plus près des cimes, une rando qui vous fait 'bouffer' des pierres, des crêtes et des pics. Baudriers de fortune et cordes de rando en renfort pour les passages les plus exposés. Chacun aura eu l'occasion plusieurs fois au cours de notre itinéraire d'éprouver ses limites, pas aux mêmes moments, dans des lieux aux caractéristiques différentes, mais avec l'assurance de trouver chez ses compagnons de crapahute un soutien indéfectible (et même quand d'aucun perd sa brosse à dents, le partage n'est pas en reste !). C'est ça aussi, la rando alpine.

La rando concoctée par Jean a fait l'objet d'un travail dantesque en amont. Par Jean lui-même tout Th'abord. Nous pouvons dire, a posteriori, qu'il aurait pu faire la rando les yeux fermés tant il a potassé cartes, topos et autres photos aériennes. Il a visualisé les sentes invisibles, anticipé les passages difficiles, calculé les temps de trajet. Mais la rando a commencé pour nous tous aussi bien avant le départ à Valmeinier 1800. En effet, Jean nous a demandé de préparer avec lui les itinéraires à l'aide de cartes IGN ou d'application GPS tels qu'Iphigénie. Aussi avons-nous tous, avant même de mettre nos chaussures de rando, une vision mentale de ce qui nous attend, des difficultés et des options possibles, des points de passages obligatoires. Ceci change la donne, car le groupe devient acteur de son trajet, plus responsable et plus à même de prendre les bonnes décisions. Cette anticipation, faite au mois de mai, au Mans, sera répétée tous les soirs de rando. Attablés autour d'une bière bien méritée, les randonneurs tirent un bilan de leur journée, puis se projettent sur le prochain tronçon à effectuer. On confie ses joies, ses peurs et difficultés, chacun écoute l'autre de façon à ce que le lendemain se passe au mieux et que chacun porte un œil bienveillant sur ses coéquipiers – même si certains essaient tout de même de piquer la couette des autres dans les refuges. Jean applique la stratégie "Paulo Grobel", guide alpinomalayen qui promeut une "Cartographie Systémique des Vigilances" avec les groupes de ski de rando qu'il mène soit dans l'Himalaya, soit dans son fief de la Grave. Attribuant un rôle actif à chacun, le leader du groupe se trouve à la tête de gens informés et prêts à vaincre les difficultés répertoriées du jour.

Cette rando a été bénie des dieux : un temps magnifique chaque jour, des refuges qui nous fournissent de bons repas roboratifs (jus de pomme chaud et gratins de ravioles, miam), et des ambiances chaleureuses, des patous qui tentent de nous effrayer, mais repartent sans nous croquer, des lacs aux eaux bien basses, hélas, mais si belles et délicieuses pour les barboteurs que nous sommes – mmmh les vasques de la montée aux Cerces – des pierriers 'de l'enfer' qui ne nous effraient, ni ne nous arrêtent, des cimes plus belles les unes que les autres et le bonheur de partager ces pures moments avec des coéquipiers heureux. Oui, on en a bouffé des pierres, des pentes et du dénivelé!!! Mais c'est ce régime qui donne la pêche, permet de descendre goulûment les bouteilles de génépi quand la gardienne a le dos tourné ! Un moment mémorable pour les 7 alpi-randonneurs.

Merci Jean, merci le CAF 72.  
Karine et le groupe rando-alpi



**Qui fait quoi en 2022**

Nom	Prénom	Fonction au Conseil d'administration	Nom	Prénom	Fonction au Conseil d'administration
<b><u>membres du conseil d'administration année 2021/2022</u></b>			<b><u>Commission Escalade</u></b>		
NALLAMOUTOU	Coralia	Présidente	PLANCHENAUT	Benoit	Responsable commission escalade
FOUREAU	Valentin	Vice Président	WILL	Bénédicte	Gestion des salles d'escalade
HUCK	Jean	Vice Président	BOURREAU	Olivier	correspondant section Sablé
VAULAY	Jérôme	Trésorier	LEDENTU	Loïc	correspondant section Sablé
PLACAIS	Régis	Secrétaire-Général	GUET	Julien	correspondant section Tuffé
FEAU	Stéphane	Trésorier Adjoint	RICHARD	Bastien	correspondant section Tuffé
LENAIN	Nathalie	Secrétaire Adjointe	HOUDAYER	Sylvain	correspondant section Pontvallain
BERTERAUT	Jacques	Membre du CA	<b><u>Professionnelle</u></b>		
BOURREAU	Olivier	Membre du CA	GAUTUN	Kelly	Salariée du Comité Départemental
CORNUDET	Jean	Membre du CA	<b><u>Assurances, réglementation</u></b>		
DUFEU	Odile	Membre du CA	BARRE	Claude	
GOUDIER	Emmanuelle	Membre du CA	<b><u>Réservation salles, Bibliothèque</u></b>		
LEDENTU	Loïc	Membre du CA	LUCHEZ	Jean François	Planning pôle Coluche, liaison Centre Social Sud Bibliothèque
MILLON	Nicolas	Membre du CA	<b><u>Gestion/suivi des Effectifs</u></b>		
PERDEREAU	Patrice	Membre du CA	GOUDIER	Emmanuelle	inscription et suivi des adhérents
<b><u>Junior Tribu</u></b>			<b><u>Coordonnées/site du club/ bulletin</u></b>		
MEHAUTE	Lou-Anne	référente Junior Tribu	Pôle Associatif Coluche		
PANIGHINI	Léa	référente Junior Tribu	FOUREAU	Valentin	Gestion du site internet, Gestion messages reçus
<b><u>Commission Vélo de Montagne</u></b>			MAUNOURY	Christine	Newsletter
GARNIER	Alain	Responsable Commission VTT	PLACAIS	Régis	Mise en page du Bulletin, Référent messagerie
<b><u>Commission Alpinisme</u></b>			LENAIN	Nathalie	Mise en page du Bulletin
BOURREAU	Olivier	Responsable Commission Alpinisme	HUCK	Jean	Gestion messages reçus
<b><u>Commission Sports de Neige</u></b>			MILLON	Nicolas	Gestion messagerie escalade
CHAPPELLIER	Christian	Responsable Commission Sports de Neige	RESPONSABLE COMMISSION Gestion messagerie par activité		
<b><u>Commission Spéléologie</u></b>			<b><u>Gestion du matériel</u></b>		
VAULAY	Jérôme	Responsable commission Spéléologie	GARNIER	Alain	VTT (remorque)
<b><u>Commission Randonnée</u></b>			LENAIN	Nathalie	VTT (remorque)
GOUDIER	Emmanuelle	Co-responsable Commission Randonnée	ROMANO	Vito	ESCALADE
CHOPIN	Jeanine	Co-responsable Commission Randonnée	BERTERAUT	Jacques	ALPINISME
HAVRE- CUTILLAUD	Isabelle	Marche Nordique	CHAPPELLIER	Christian	SKI, RAQUETTES
BEGA	Frédéric	Marche Nordique	SAUSSEREAU	Daniel	SPELEOLOGIE