

Le Mag

Le Magazine d'Actualité de GEMSA

Numéro 6 : Printemps 2017



**Le nouveau local de
GEMSA :**

- Les travaux
- L'inauguration

**Les activités vues
par les membres**

Sommaire

Le mot du Président

Sommaire

Edito

- Le mot du Président

Vie du Club

- Retour sur les travaux
- L'inauguration du local
- Mercis
- Barbecue GEMSA

Du côté des activités

- Alpinisme : saison hivernale
- Randonnée : sublime Verdon
- Randonnée : les Calanques
- Randonnée : milieu montagnard
- Escalade : challenge 2016
- Escalade : les Riglos
- Ski : raids en Italie
- Vélo montagne : le retour

L'agenda du Club

GEMSA en photos

GEMSA vous accueille
A la permanence du club, tous les jeudis,
de 18 h 30 à 20 h, 2-4 Av Beauvert, Grenoble.

Le mot du Président

Bienvenus chez vous. Ça y est, nous sommes propriétaires, depuis le mois de février, de notre local. Un espace bar est déjà en place, et deux armoires attendent les livres et revues de la future bibliothèque. Les photos primées du dernier concours photos agrémentent déjà quelques murs, et un nouveau concours a été lancé pour poursuivre l'embellissement. Vous pouvez d'ores et déjà profiter de ce local grâce au travail assidu de certains de nos membres.

Cette salle, nous l'espérons, deviendra le cœur battant de notre association : le lieu de vie et d'échange qu'il nous manquait pour partager notre passion, et pas seulement une file d'attente pour nous inscrire aux sorties. C'est à vous de le faire vivre.

Internet, et bientôt une ligne fixe nous permettront de mieux communiquer pendant les permanences, et peut-être de faciliter les inscriptions avec les personnes qui ne peuvent pas se déplacer au local.

Les formations ont déjà commencé, et nous réfléchissons aux prochaines animations pour nous rassembler au local.

Les hivers se suivent et se ressemblent. Pour la troisième année consécutive, la neige a manqué : la saison 2017 a été à mon sens la plus difficile pour la pratique du ski de randonnée. L'alpinisme hivernal, moins dépendant de l'épaisseur du manteau neigeux, continue sa progression avec l'apport d'un nouveau cadre actif cet hiver.

Espérons que les précipitations qui nous ont manqué cet hiver ne se rattrapent pas cet été, et ne perturbent pas le rassemblement multi activités. La destination au sud, dans la vallée de la Durance, assurera je le pense, d'excellentes conditions pour la pratique de la montagne.

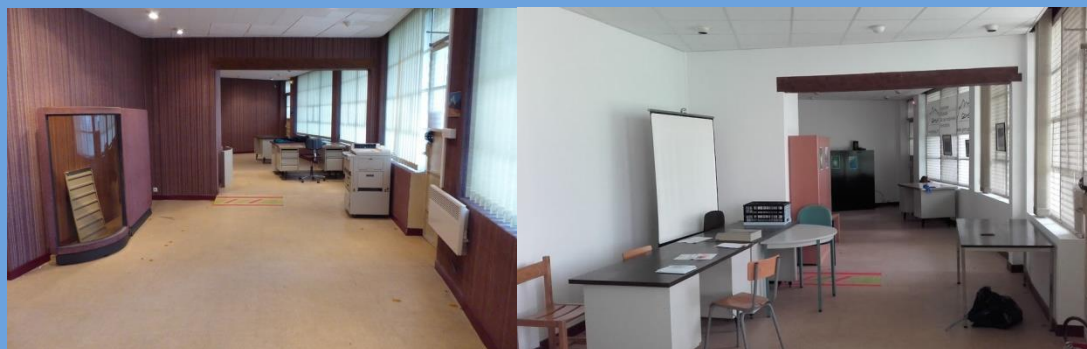
Je vous souhaite à tous un très bel été, et à bientôt dans notre local.

Maxime Soulié
Président de GEMSA

Vie du Club

Le nouveau Local

Retour sur les travaux



Avant

Après

Merci à tous les bénévoles qui ont participé :

Vous êtes nombreux à avoir participé, à avoir donné un coup de main, un coup de pinceau, un après-midi ou plusieurs journées. Pour votre aide précieuse, nous vous remercions tous chaleureusement.

Voyons en quelques photos les étapes de la rénovation.



La première étape a été d'enlever la magnifique tapisserie en moquette bordeaux. Point positif, celle-ci s'est arrachée très facilement et la première séance de travaux été rapidement terminée.



Puis nos bricoleurs ont attaqué une seconde couche de tapisserie, plus fine et très bien collée...

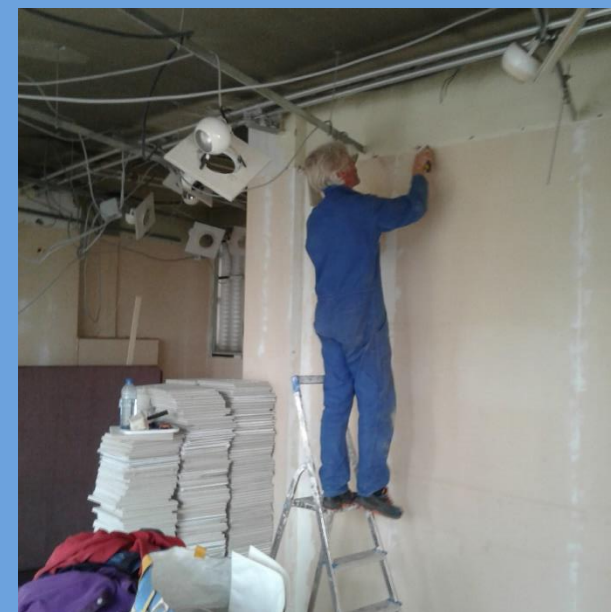
Pendant ce temps d'autres démontaient le faux plafond, qui sera totalement renouvelé.

Après les étapes de déconstruction, arrachage et démontage, place à l'aménagement.

Avant d'attaquer la peinture, l'équipe des travaux tapisse les murs avec un revêtement en fibre de verre pour homogénéiser les murs.

Puis c'est une joyeuse équipe qui peint les murs en blanc pour éclaircir le local. Ça change de la tapisserie bordeaux...

La suite plus technique, l'installation du faux plafond est faite par une équipe resserrée : Guy et Jacky, et leur travail est parfait !



Vie du Club

Le nouveau Local



Présents du premier au dernier jour Guy et Jacky ont été remerciés par GEMSA et ils pourront profiter d'un bon repas avec leur épouse.

Les travaux se sont terminés comme toujours par une grande séance de nettoyage. En attendant d'être changé, le sol en avait grandement besoin.

Puis avant d'entamer les permanences dans le local, il fallait l'aménager. Encore une fois, grâce aux membres et aux CE d'entreprises nous avons

recupéré :

- 6 tables et 3 bureaux
- 3 armoires
- 30 chaises
- 1 réfrigérateur
- 1 beau bar en bois



Et la suite ? :

- Nous avons utilisé le budget de travaux pour cette saison mais il y a encore des projets pour les saisons à venir :
- Ouverture d'une porte vers l'extérieur (prioritaire pour ne pas déranger la copropriété et laisser les portillons fermés)
 - La réfection sol
 - La connexion au chauffage central.



Le GEMSA, un club en mode "local" !

" Huit ans déjà que GEMSA creuse son sillon au sein de la montagne Grenobloise, et nous voilà réunis pour célébrer ensemble une nouvelle étape".

C'est par ces mots que Maxime attaque son discours. Maxime Soulié, le président. De beaux vers pour évoquer les sillons (bon, ok, j'arrête avec mes allusions de prof de français) (et pour les curieux, fouinez du côté de l'étymologie du mot "vers" !).

Le temps a en effet filé depuis la naissance du club : c'était hier !

Les nuits

blanches qui faisaient suite au ski dès le petit matin, on peut dire qu'on ne chômait pas !

Bref, nous voilà devant un beau projet mené par des énergies individuelles et par une belle motivation collective. De l'humain avant toute chose !

Un local pour un club, c'est une étape qui met en valeur tout le travail accompli en aval, toutes ces heures généreusement données par des bénévoles passionnés.

D'ailleurs le rafraîchissement qu'a connu le local en est un exemple : bravo et merci à tous, à Guy, Jacky et aux autres !

Ariel est accoudé derrière son bar

(depuis le temps qu'il nous bassine avec son bar !), Cédric ne chôme pas non plus au gouvernement des bouteilles ... Maxime termine son discours, tout le monde est un peu ému, conscient du chemin parcouru. J'ai pu saluer Jean-Marc, que je n'avais pas vu depuis longtemps et ça m'a fait bien plaisir. Bon, je ne peux pas tous vous citer mais il y a du beau monde.

Un journaliste est là aussi pour promouvoir l'évènement dans le Daubé, encore du "local" ...

Un beau buffet nous permet à tous de passer une belle soirée, une bouteille de Fitou a particulièrement rendu ma soirée festive (merci à la personne qui l'a amenée, ça m'a rappelé mes vacances d'enfance en mode "planche à voile" à Leucate !).

Ce local sera l'occasion d'entreposer (enfin !) du matériel, de concevoir une bibliothèque de montagne (tous les dons seront les bienvenus !) : peut-être des soirées à thème avec des auteurs de montagne ?! Les formations seront aussi possibles.

Bref, en plus du bar (n'est-ce pas Ariel) ce local présente de nombreux avantages pour notre club.

Cette inauguration du jeudi 01 juin a donc été un bel évènement pour tous. J'essaierai de ne pas retenir le temps de trajet depuis la maison (1h10 quand même) pour ne me rappeler que des copains et du tour de clef de Maxime quand on a fermé la boutique, des projets de sortie plein la tête ...

Hera Ignaczak.



Remerciements

L'acquisition de notre local est une succession d'opportunités depuis la création de notre club en 2009 à aujourd'hui, et vous êtes nombreux à y avoir contribué. Ce petit article pour remercier tout ceux qui directement ou indirectement ont participé à cette belle aventure.

Pour un achat immobilier, il faut une mise de départ, la nôtre de l'ordre de 25 000€ est due pour moi à trois paramètres :

- L'hébergement à titre gratuit pendant 7ans dans le local de Catane : **merci à la ville de Grenoble**. Ce local aura été un tremplin pour GEMSA.
- La réussite de GEMSA, elle est pour moi le fruit de tous les cadres et bénévoles qui proposent chaque semaine des sorties. **Merci à tous les cadres**.
- La bonne gestion financière du club depuis sa création par les trésoriers, les présidents et leurs conseils d'Administration. **Merci à Richard Vignon** (Président 2009-2011), **Pascal Vassy** (président 2011-2014), **Dominique Thévenin** (trésorier 2009-2015), **Cédric Jezequel** (trésorier 2015-...) et **Serge Lagorio** (grand artisan de l'ombre)

Ensuite il faut trouver un local, nous ne cherchions pas vraiment, même si on en rêvait, il nous est tombé dessus. La vente des locaux CE d'Alstom fut l'opportunité à ne pas rater à un prix défiant toute concurrence. On peut dire **merci Alstom**.

Après, les démarches administratives ont commencé, et la recherche d'un prêt immobilier. Nous avons essuyé plusieurs refus, heureusement l'un de nos membres est directeur d'agence à la Banque Populaire. **Merci Raphaël Rossi**.

Pour limiter cet emprunt, nous avons lancé un appel aux dons et vous avez été très nombreux à répondre puisque nous avons récolté plus de 6000€.

Merci à Isabelle et Laurent Alemany, L'auberge la Douce montagne (Allemont), Pascale Andre, Mathieu Barbe, Mathieu

Behaghel, Johan Bejeannin, Lise Berthelon, Barbara Bonetti, Xavier Brissy, Fabienne Cathenod, Manu et Martine Cogez, Gilles Couturier, Jean Marc Delemont, Sigolène Fourcy, Julien Goyer, Hélène Guichard, Damien Hedde, Franck Hocquet, Marie-Christine Hut, Alex Lagrange, Corine Lavieille, François Lebrun, Jean-François Leger, Cyill Marcol, Pierre Mottet, Dominique Moutard, Rémy Moutardier, Benjamin Perry, Stéphanie Pesenti, Franz Peter-Rochard, Patricia Pidancier, Régis et Dominique Piegay, Jacques Pontre, Yves Quinson, Marie-Hélène Remy, Camille Repellin, Claude Reverdy, Catherine Santi, Maxime Soulié, Laurent Ulmer, Pascal Vassy, Sanaé Vincenot, Geneviève, Guy, Anne, Stéphane, Marie Christine, Elie, Caro, Cyril, Françoise, Fabien, Pierre, Marie Odile, Alain, Jacques, Annick, François, Eric, Sylvain, Marc, Paul, Max, Marie, Jean-Luc, Etienne, Raphaël, Philippe, Aurélie, Thomas, Régine, Marc, Elise, Gilles, Roger, Nadine, Claire, François, Dominique, Ariel et Yohan.

Enfin est venu le temps des travaux et encore une fois nous avons pu compter sur vous, votre aide et votre temps.

Merci à Isabelle, Nadine, Marc, Elie, François, Jacques, Gilles, Xavier, Jacques, Annick, Dominique, Gilles, Viviane, Florence, Ariel, Régis, Hélène. Un très **grand Merci à Guy** le Chef de Chantier et **Jacky** son second.

Pour terminer vous nous avez fait des dons pour meubler le local et remplir la bibliothèque, **merci à Samuel, Caroline, Jacques, Franck, Ariel, Maxime, Caro, Claude, Serge, Dominique, Yannick, Max et Cyril**

Et à tous ceux que j'espère ne pas avoir oubliés.

Nous aurons encore besoin de vous pour la gestion au quotidien du local, si vous voulez aider, contacter Ariel Satin, le responsable du Local.

Maxime Soulié

Vie du Club

BBQ et Pizzas

Défi Rando, BBQ et Pizzas



Vendredi 16 juin avait lieu le deuxième barbecue de GEMSA !

C'est dès 18h00, sur les hauteurs d'Eybens, que les plus valeureux se sont retrouvés pour le défi rando. Par équipe de deux ils ont été mis à l'épreuve par des organisateurs inspirés.

D'abord ce fut la course « d'orientation », pimentée par les questions de botanique et d'analyse du paysage. Le road book, savamment préparé par Hélène, fut une torture pour certains ! Tout le monde est revenu à l'heure pour le barbecue mais il faudra réviser l'usage de la boussole (pour ceux

qui en avaient !).

Ensuite une épreuve de vélo, type trial, a mis les concurrents au défi de ne pas poser le pied à terre. C'était à qui irait le plus lentement ! Yannick à l'organisation, n'a fait de cadeaux à personne, et seuls les plus à l'aise en danseuse ont réussi.

Enfin, pour achever les participants, un questionnaire botanico montagnardo culturel leur a été soumis. Si retrouver des fleurs, le nom du cochon ou encore



celui d'une poule a été un jeu d'enfants, il semble qu'il soit nécessaire pour chacun de réviser sa géographie alpine. Beaucoup, malgré l'aide discrète de cadres émérites, n'ont pas retrouvé le plus haut sommet de l'Isère. Vous pouvez chercher !

A ce petit jeu-là, le tandem Bertrand/Jacky n'a pas fait de quartier. Ils remportent le deuxième défi rando et on espère qu'ils remettront leur titre en jeu l'année prochaine.

Bien avant que le défi ne prenne fin, une soixantaine de Gemsistes se sont retrouvés pour préparer la soirée barbecue ou plutôt Pizza cette année. C'est plus de vingt pizzas qui ont été préparées pendant que le four à bois chauffait. Ensuite le président nous a montré ses talents de pizzaiolo et c'est à un rythme soutenu que les pizzas sont arrivées sur la table. Les barbecues s'activaient en parallèle et la soirée s'est déroulée autour d'une table bien garnie. Un beau moment de convivialité qui jalonne la vie du club et permet à ceux qui ne font pas forcément les mêmes activités de se connaître et d'échanger.

Le club peut avoir confiance en l'avenir avec une dizaine d'enfants présents à cette soirée, en comptant les « à naître » !

Benjamin Perry.



SAISON ALPINISME HIVERNALE

On l'attendait avec impatience cette nouvelle saison d'alpinisme hivernal, et on n'a pas été déçus !

Tout d'abord, l'arrivée de Nicolas comme nouvel encadrant avec dans son sac un grand savoir-faire et de la bonne humeur. Puis, cette météo étrange avec un hiver qui vient et qui s'en va pour nous laisser un long automne avec des couleurs magnifiques et des températures clémentes. Qu'à cela ne tienne, on en profite pour faire des courses de rocher et mixtes :

Une météo exceptionnelle pour une traversée au pas de course des Arêtes du Pin, avec un futur initiateur qui doit faire ses preuves (mission réussie !)

Un piolet qui dégringole à la Petite Lance de Domène (suivez mon regard...). Avis à celui qui le retrouve dans les barres au-dessus du Lac Blanc.

Le vent qui décorne au Grand Ferrand et nous oblige à abandonner. Immense plaisir dans la traversée des Trois Dames et des Grands Moulins avec un savant mélange de lumière et de paysages grandioses.

Mois de Janvier, le manteau blanc est enfin arrivé. On a ressorti nos fameuses raquettes (on les adore...) et on repart dans le vrai alpinisme hivernal :

On brasse comme des malades dans la neige, aux Crocs du Vercors. Heureusement, l'Auberge des Allières est là pour le retour. ☺

Et puis arrive Le Grand Eulier. Le Grand Eulier, c'est cette course unique. Cette course qu'on aime tous. Celle que seul un Mathieu peut nous dénicher dans ses topos. C'est la course hors du commun, celle que tous les clubs



nous envient ! C'est la course où l'on se métamorphose en sanglier !! Rien ne nous résiste. Tout y passe... Face nord, branches, boue, vernes, rhododendrons, rochers, neige pourrie, glace... Re-vernes, re-branches, couloirs, blagues pourries... Re-re-re-vernes... Et Wahou !! On sort en haut, au soleil. Vite, vite, vite, le casse-croûte !

Pour finir, Mathieu nous a gâtés et nous a proposé une grande course sur deux jours. Certes exigeante, mais grandiose avec une météo exceptionnelle dans un cadre lui aussi exceptionnel.

Départ du refuge de l'Alpe du Villar-d'Arène. Montée aux Agneaux par le raide couloir Piaget et descente par le couloir en S sur le refuge du Glacier Blanc. Le lendemain, montée à la Roche Emile Pic par un couloir sans nom, la traversée de Neige Cordier et la descente par la Brèche des Agneaux. Du bonheur à l'état pur !

Un grand merci à GEMSA et aux encadrants pour leur expérience, leur compétence, leurs sourires et la bonne humeur. Merci aussi pour tous ces bons moments de partage, de rigolade, de soirées dans les refuges et dans les bistrots.

Pierre Mottet



Du côté des activités

Randonnée pédestre

Sublime Verdon :

A la croisée des Alpes et de la Provence, les eaux impétueuses du Verdon ont creusé le plus grand canyon d'Europe : 35km de long et jusqu'à 700m de profondeur ! Les randonnées nous offrent une diversité de paysages, montagnard ou provençal, en bordure de falaise ou au fond des gorges, à travers forêt et garrigue, nous ne pouvons qu'être émerveillés par la couleur émeraude de l'eau, la roche sculptée par l'eau et les vertigineuses falaises au-dessus du Verdon.



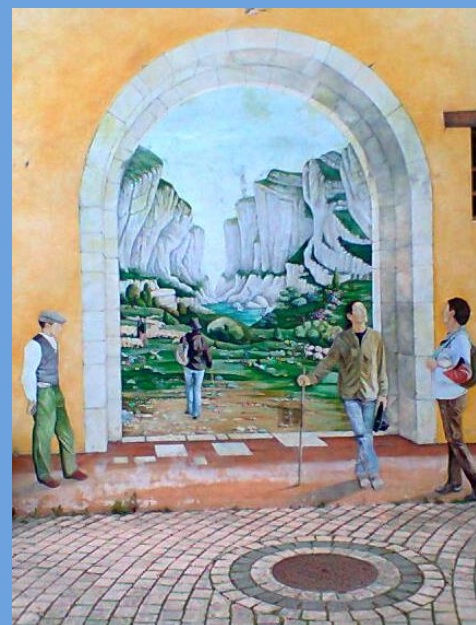
Nous avons apprécié le sentier Martel Blanc du point Sublime à la Maline, malgré l'affluence ce jour-là. Après deux tunnels, des passerelles et autres escaliers, on rejoint le fond des gorges et là une longue remontée nous attend pour l'ascension de la brèche Imbert : des escaliers métalliques, bien raides où il est difficile de se croiser ! Une fois cette étape franchie et avant la Baume aux bœufs (une des trois grottes aux noms d'animaux), nous empruntons

sur la gauche un sentier qui nous permet de faire un aller et retour au confluent du Verdon avec l'Arturby, appelé la Mescla en provençal. La pause casse-croûte est bien méritée dans ce lieu magique ! De retour sur le GR nous n'hésitons pas à chercher d'autres sentes pour se mettre les pieds à l'eau et c'est gagné : une petite plage de galets nous tend les bras, mais l'eau est glacée, mieux vaut s'amuser à faire des ricochets avec les cailloux... Enfin une dernière variante jusqu'à la passerelle de l'Estellier avant de monter à la Maline où la terrasse du bistrot du chalet du CAF est la bienvenue.

On nous a dit que le sentier de l'Imbut était bien plus joli et



moins fréquenté que le sentier Martel, de plus il est situé pas trop loin d'Aiguines, alors on décide d'aller y faire un tour le lendemain. C'est bien vrai qu'on y croise peu de monde, mais d'après le topo, il s'avère plus technique et difficile : la descente est rapide et patinée, il y a des marches taillées dans le rocher et des échelles. Puis le sentier longe la rivière et cela devient facile et agréable, et après une traversée de bois le sentier s'élève 50m au-dessus de l'eau. La vue y est magnifique ! N'ayant pas été au bout nous reviendrons pour voir le Styx qui dans la mythologie grecque est l'un des fleuves menant aux enfers !



Un aller et retour sur le sentier Bastidon qui longe la partie supérieure des gorges à 700m au-dessus de la rivière avec une vue plongeante sur les ravins encombrés de roches et végétation, mieux vaut regarder le chemin droit devant si on craint le vertige ! Là nous apprécions le calme dans une nature sauvage.

Le Verdon c'est aussi le lac de sainte croix où la baignade est fort appréciée après la rando, les villages au charme provençal : Aiguines, Moustiers-Sainte-Marie et la Palud sur Verdon que nous avons visités. Et pour ceux qui aiment les sports d'eau vive, il y a aussi le canyoning, le canoé/kayak à découvrir lors d'un prochain séjour.

Claude Reverdy

Du côté des activités

Randonnée pédestre

Joli mois de mai à la randonnée pédestre :

1, 2, 3, soleil ! C'est parti pour deux beaux séjours vers le sud : Les Calanques et le Verdon. 2017 a été la bonne année, la météo nous a été favorable. Et pourtant ce n'était pas gagné, ceux qui sont restés à Grenoble ont eu la pluie...

Les Calanques, c'est un terrain de jeu formidable que je connaissais pour l'escalade. Cette fois-ci j'ai vu les Calanques sous un autre angle : les plaisirs de la randonnée pédestre. Que du bonheur de partir avec un sac léger sans matos de grimpe, juste de l'eau, le pique-nique et un maillot de bain au cas où...Le paysage est magnifique : falaises, gorges, grottes, aiguilles et la mer de toute beauté avec sa couleur qui change du bleu foncé au bleu turquoise, encore un peu fraîche pour s'y baigner 16°, les plus courageux ont fait trempette...Dans cet univers minéral, j'ai aussi apprécié l'odeur de la pinède, des genêts, du thym et du romarin...



Et pourtant marcher dans les calanques ce n'est pas si simple, il y a de bons dénivelés et des sentiers caillouteux, pénibles, « pas bon pour les genoux », des passages aériens ou exposés « attention à l'équilibre », sans compter la présence du vent « sentier fermé pour cause de Mistral », le manque d'ombre « coups de soleil »

et le problème de l'eau « 2€ la bouteille au bistrot de Morgiou », mieux vaut boire une bière ou manger une glace !

Enfin la protection et la préservation du patrimoine maritime et terrestre, c'est aussi cela les Calanques pour l'avenir « pas de chien, pas de cigarettes ! Les gardes du parc sont vigilants ».

Les randonnées que nous avons appréciées :

Les petites calanques de Cassis au départ de Port Miou par l'ancien tracé du GR, là où le sentier suit le bord de mer et nous amène jusqu'à la calanque de Port PIN et bien plus encore...

De Lumigny à Sugiton et à Morgiou : sentier facile et très fréquenté jusqu'au belvédère et la calanque de Sugiton...Du belvédère, très belle vue plongeante sur la calanque de Morgiou. À ne pas manquer la calanque du Sugiton avec ses deux petites criques et l'îlot du Torpilleur, le point de vue sur la plage des pierres tombées « auparavant plage de nudistes, aujourd'hui interdite ».

Et pour clore le chapitre des calanques, l'ambiance du groupe baptisé

« Les t'as mal où » a été au top malgré les bobos de chacun. Ce court séjour nous a mis en appétit pour de futures balades dans les Calanques, avec 15km de long il y a de quoi faire ! Et pourquoi pas un rassemblement escalade/rando au printemps 2018.

Claude Reverdy



Du côté des activités

Randonnée pédestre

Nouvelle formation : Milieu montagnard



Les Ecrins, massif splendide, plutôt verdoyant et bordé de quelques beaux sommets. D'ailleurs, arrivée au col du Paletas, le spectacle de Dame Nature était tellement incroyable que je me serais crue dans un remix d'Indochine dans la baie d'Halong, avec ces deux sommets-aiguilles, comme posés là par hasard, culminants au milieu d'une couronne formée par d'autres. Il ne manquait plus qu'un peu d'imagination pour se retrouver projeté en Asie, l'espace d'un instant, en ajoutant, tel un peintre avec ses pastels, la mer autour...

Après un trajet d'1h30, nous voilà au pied du sentier avec l'équipement du randonneur, prêts à sillonner les chemins pour avaler quelques bonnes heures de marche sur 1000 mètres de dénivelé. Nous commençons les premiers pas dans la fraîcheur matinale où torrents, cascades et forêts nous offrent rapidement un décor qui n'a pas fini de nous étonner. Nous traversons vallons et combes, enjambons les torrents en nous offrant à leurs embruns, fort appréciés sous le soleil cuisant. Nous savourons le spectacle gratuit, improvisé par deux jeunes marmottes jouant à « qui va le plus vite » et sifflant l'alerte après nous avoir repérés.

Nous nous arrêtons, ici et là, pour découvrir la flore avec certaines variétés de fleurs. Quelques livres s'ouvrent et des pages sont feuilletées pour arriver à poser un nom sur la réalité observée. Nous avons répertorié ce jour une vingtaine de variétés florales, aux couleurs parfois éclatantes où certaines espèces, pour s'adapter au milieu, présentent des propriétés physiologiques étonnantes, pouvant par exemple changer de couleur pour mieux être vues.



Quant à la roche, elle n'a pas dit son dernier mot : du doux granit aux brillants micas via le style « gruyère » de la volcanique, du gris-rose au noir ébène en passant par le fauve, tout se mélange dans des tons variés, dans des matières si différentes, certaines lisses ou plus rugueuses, tranchantes même, dispersées au sol sous forme d'éclats ou majestueuses par leurs beaux surplombs.



Dans cette profondeur immense, où seuls raisonnent continuellement le friselis des feuilles, le roulis de l'eau et le chant d'oiseaux, où les odeurs imprègnent nos narines, rappelant parfois de joyeux souvenirs, nos échanges viennent à rompre cette plénitude. Et oui, la rando, cette terre d'asile qui n'a pas de frontière, où se mêlent de l'alpi, du ski, de l'escalade. Ici, chacun trouve sa place, à son rythme, dans cette activité physique accessible à tous. Nous nous amusons de nos expériences et anecdotes dans nos pratiques respectives, faisant naître parfois à certains d'entre nous l'envie de découvrir une nouvelle activité.

Au fait, quel intérêt de vous parler de fleurs, de roches et autres ingrédients ? J'avais juste oublié de vous préciser que cette belle randonnée s'inscrit dans la partie pratique de la formation théorique « Connaissance du milieu montagnard », agréablement animée par des passionnés, Guy et Maxime.

Alors, si parmi vous, adhérents, ou parmi vous, futurs adhérents, se cachent quelques initiés ou experts dans les rubriques géologie, volcanologie, météorologie et autres sciences liées à la nature, n'hésitez pas à pointer le bout de votre nez et à nous faire partager vos expériences, compétences voire connaissances expertes. Nous, premiers initiés, avons encore bien des questions restées sans réponses, sans compter celles qui arriveront des prochaines promotions.

Ah ! Dame Nature, cet invisible fil conducteur qui s'ouvre aux Hommes sans retenue, généreuse mais pas docile...mieux la connaître, c'est mieux l'appivoiser.

Karine Lerme

Challenge Escalade

Un soir en sortant de la permanence, Xavier me racole avec Cédric « Eh, les skieurs pas encore inscrits au challenge escalade ! Tout dans les guiboles rien dans les bras ? »

Même pas peur, chiche on y va !

Quelques échanges d'email pour préciser le lieu, le matos nécessaire. Le jour J arrive, alors Xavier le GO avait dit une corde si possible, je fonce à la cave, je retrouve mon rappel de 50m, ça sent bon la cave mais bon ça ira bien ! Mon baudrier : ah oui la dernière fois (et comme les fois précédentes) c'était pour partir sur glacier, broche ? y a pas dit qu'on en avait besoin, j'enlève, on va

monter léger ! Chausson, non pas ceux de ski ça pue trop on va se faire virer de la salle avant même de commencer, ah oui là, sous la corde odeur cave parfait, je rentre encore dedans, c'est bien le seul truc qui à pas grossi depuis quelques temps ...

Bon rendez-vous est pris ! On y est, ambiance sympa, on voit tout de suite à la tenue vestimentaire qui est dans le mouv' et les deux autres avec leurs skis restés à l'entrée Lol.

On fait les équipes : pas de chance pour mon nouveau partenaire même si c'est



une araignée à deux pattes il va falloir qu'il soit très fort !

Premier défi, le GO ne plaisante pas, il me colle une paire de gant de boxe à la place de mes mouffles habituelles, un sac sur le dos sans vivre : pas de sandwich jambon beurre ni de canon de rouge ! Mon partenaire a déjà fait merveille, je m'élance, enfin j'essaie de hisser mon derche ... heureusement il y a tout le public de GEMSA qui m'encourage mais surtout mon partenaire qui me tire un peu et j'atteins l'objectif après huit minutes d'effort : première épreuve et j'ai déjà deux bouteilles à la place des avant-bras.

EEpreuve suivante : on délaïsse les gants de boxe dans lesquels j'ai laissé quelques traces de transpiration pour les suivants, et on s'attache les pieds pour monter comme un kangourou ! Trop fastoche ! C'était un leurre, les photographes de l'épreuve le savent-ils ?

Sont-ils de mèche ? Car l'épreuve suivante c'est une traversée ligotée à son partenaire ... SON partenaire, il est fort certes, sympa mais avec MA partenaire j'aurais tout donné moi, bien serré et bien collé. Bon il est super et on passe après quelques chutes et photos dédicacées je crois !!!



Du côté des activités

Escalade



Je suis rincé, j'en peux plus ! Et l'apéro c'est quand ? J'ai soif moi !!!

On fait une pause questionnaire ! Et oui ce challenge ce n'est pas que tout dans les bras il en faut dans la tête aussi ... puis on repart pour quelques épreuves de grimpe plus classique. Enfin le coup de sifflet final, l'apéro approche.

Là l'épreuve apéro je me suis refait ! mais pour savoir il fallait être là, alors à tous je vous dis au prochain challenge, je vais m'entraîner promis. Merci encore au GO et à ses partenaires.

Ariel Satin

	total temps	Points temps	QCM	Fil rouge	Total points
Xavier					
Magalie					
Total équipe	12,66	15	21	10,5	46,5
Marie Christine					
Max					
Total équipe	12,28	20	14	8,5	42,5
Annick					
Luc					
Total équipe	12,61	10	14	12,5	36,5
Cédric					
Stephanie					
Total équipe	12,85	5	18	6	29
Julien					
Ariel					
Total équipe	18,01	2	19	6,5	27,5

Stage escalade grandes voies aux Riglos



A la proposition, du club et de Romain nous sommes donc partis comme chaque année au mois de mai faire un peu d'escalade. Un petit périple en Espagne au Mallos de Riglos.

Nous étions sept à partir : Romain, Jacques, Marie-Christine, Nadine Jérôme Max et Moi et nous sommes revenus à sept !!!

Un bel endroit qui parfois nous a un peu surpris et bouleversé nos habitudes de grimpe. De belles falaises orange plantées au milieu de la verdure, parfumées de romarin et de thym. Au pied de la falaise un petit village, et naturellement un bar, où nous savourions une bonne bière, bien méritée, à nos retours de grandes voies.

Des grandes voies, nous en avons faites : des exigeantes, des faciles, des longues, des courtes. Un superbe panel pour tous les goûts, concocté par Romain, sur un caillou surprenant. Un conglomérat, fait de gros galets, de superbes aplats, des re-plombs à tout va et ce ne fut pas par défaut qu'il nous fallut monter les pieds pour saisir les prises. Je possède maintenant une bonne maîtrise du réta piscine, je pense que d'autres aussi !!!!

Donc 890 m de voies, 25 longueurs, quelques sueurs et pas mal de pof, répartis sur quatre jours puisque nous avons essuyé un jour de pluie et mangé des crêpes pour tuer le temps dans la bonne humeur.



Du côté des activités

Escalade



- **Mardi:** secteur Le Colorado grande voie de 115 m dans le 5 puis dans Volaos « Anis del Mono » 5, 4, 4, 5
- **Mercredi:** dans la Visera « Mosquitos », 250m 5+, 6a, 5, 6a, 6b (mythique!), 5+,
- **Jeudi:** Pâtes aux légumes de saison et crêpes par Annick! régal qui console de la pluie
- **Vendredi:** dans le secteur Pena Rueba, « Dos Diablos en el corazon », 215m, dans le 5
- **Samedi:** dans El Pison « Espolon del Adamelo et voie normale de Pison », 310m, 5, 6a, 4+, 6a, 4+, 4, 4, 4, 4, 5+, 3 (descente avec 4 ou 5 rappels, câbles, cailloux et chute de pierres) de grosses pierres, on a eu un peu peur



Et pour notre repos, de petits gîtes au camping, où nous avons petit déjeuné en terrasse et tous les soirs, savouré la bonne cuisine du restaurant du camping.



Il n'y a pas que l'escalade dans la vie !!!! et vivement mai 2018 !!!!!

Annick Maupile

Deux raids en Italie

Depuis ma première saison au GEMSA, partir en raid sur plusieurs jours me faisait très envie.

Cette année, j'avais décidé de m'inscrire à un raid en Italie. Je suis loin d'avoir fait le tour des montagnes françaises, mais le raid est l'occasion d'aller en découvrir de plus éloignées. Du coup, j'en ai fait deux : le premier dans le Valle Maira du 26/2 au 4/3. Le deuxième dans le Valpelline du 16/4 au 21/4.



Pour chacun d'eux, comme beaucoup de mes coéquipiers, j'étais partagé entre l'enthousiasme de découvrir d'autres paysages et d'autres neiges, et l'appréhension de pouvoir enchaîner une nouvelle rando chaque

jour.

Après Cunéo et plus de 3h de route, nous attaquons les 70km de route sinueuse du Valle Maira. Les paysages et les villages sont pittoresques mais comme en France la neige semble manquer. Enfin nous arrivons sous un soleil printanier à Ponte Maria au Ciarbonet Café, joli gîte/hôtel en pierre et toit de lauze. Nous investissons nos chambres, plutôt des appartements avec coin cuisine, et nous nous retrouvons au bar pour une bonne bière. Serge privé de sa Birra Moretti, se renseigne auprès d'un guide de passage sur les conditions et les courses possibles. Vu le manque de neige, il faudra prendre les voitures. Nos quatre encadrants se concertent alors :

- Le premier objectif sera la cima Sebolet, 1500m de dénivelée à un peu plus de 3000m pour commencer. Ce fut une très belle sortie ensoleillée où nous découvrons les nouveaux sommets environnants dont le Mt Viso vu côté sud.
- Le lendemain, pluie fine au départ et temps bouché sur toute la sortie, mais on trouve le sommet. Puis poudreuse à la descente avec slalom au milieu des mélèzes pour effectuer une boucle qui nous ramène à l'hôtel malgré le peu de visibilité.
- Le troisième jour, très belle ascension vers le Monte Bellino où le vent violent empêche certains d'atteindre le sommet et force d'autres à se plaquer au sol. Mais la neige tombée la veille dans les vallons protégés, nous permet d'enchaîner de nombreuses godilles.
- Le quatrième, malgré une super météo, une erreur de navigation nous oblige à viser le Monte Ruissas au lieu de la très éloignée Cima Marchizia. Au sommet, nous profitons du temps calme pour casser la croûte, quand tout à coup, un de mes skis file et disparaît dans un couloir abrupt. Après un long détour jusqu'au bout de la crête et un retour sous le couloir, Guy qui m'a devancé à ski le repère une vingtaine de mètres plus haut au bas du couloir dont la partie inférieure est glacée. Ayant rejoint Guy à pied, je décide de contourner la partie glacée par la gauche pour revenir en longeant la paroi vers le bas du couloir. Après quelques prises d'escalades et aussi quelques moments de solitude, je réussis enfin à atteindre ce ski, à le récupérer puis redescends vers Guy qui me suivait à la jumelle. Heureux que cette belle issue me permette de rechausser les skis et de

Du côté des activités

Ski de montagne

terminer ce séjour, nous rejoignons les autres qui nous attendaient au soleil à l'extrémité de l'arête pour profiter ensemble d'une belle neige juste transformée.

- Et pour le dernier jour, une magnifique course vers le Col de Ciaslara, dans un très joli vallon glaciaire sous un beau et très chaud soleil obligeant certains à ne garder qu'un T-shirt sur le torse. Puis une dernière descente dans une superbe neige transformée devenant quand même un peu trop estivale sur le bas.

Je garde un très beau souvenir de ce premier séjour en rayonnement dans le Valle Maira, où la convivialité, la jovialité et la frugalité étaient présents tous les jours. Petits déjs et dîners y sont excellents et copieux. Heureusement, pour encaisser plus de 1000m de dénivelée chaque jour.

Un mois plus tard, je signais donc pour un nouveau séjour, cette fois ci dans le Valpelline dans le célèbre Val d'Aoste. Toujours de superbes



paysages encore plus sauvages aux longues vallées très encaissées avec des flancs assez abrupts. Malgré un manque de neige inhabituel pour la saison (mais il faudra peut-être s'y accoutumer) nous obligeant à un portage quotidien, les encadrants et la nature nous ont concocté de magnifiques randos avec malgré tout de bonnes neiges à la descente. Parfois, de loin,

les pentes paraissent vraiment raides, mais ça passe et l'on est surpris et heureux d'être sortis de ce mauvais pas en ayant de plus réussi quelques conversions avalées. Même si les conditions ne nous ont pas permis de mener jusqu'au bout les longues courses ou les boucles envisagées, les

possibilités sont tellement nombreuses qu'on peut y revenir des dizaines de fois. Regardez aussi les comptes-rendus sur le site du GEMSA !

L'an prochain, si mes moyens me le permettent, il faut que je tente le raid itinérant cette fois-ci, glaciaire si possible et avec de la neige fraîche (mais là, on ne choisit pas).

Si vous ne l'avez déjà fait, allez-y vous aussi, découvrir ces vallons sauvages et ces panoramas à 360° toujours différents, et aussi la cuisine parfois rustique mais délicieuse et l'accueil des montagnards italiens et faire de jolies rencontres

Profitez-en maintenant, la neige se fait rare, les glaciers reculent et les saisons se raccourcissent.

Jacky Lavieille



Le retour en grâce du VTT : Suite



Le Mag de l'automne 2016 annonçait un retour en grâce du VTT au programme des sorties du GEMSA. C'est maintenant chose faite (et bien faite) grâce à la volonté et au dynamisme de Yannick.

Les sorties sont centrées autour du plateau Matheysin qui est un paradis pour vététistes à proximité de Grenoble. Ce plateau a la particularité d'offrir de belles alternances entre lacs et montagnes.

Les choix d'itinéraires proposés par Yannick sont bien étudiés et très roulants dans l'ensemble: comme toujours en VTT, les paysages défilent vite mais ici, l'avantage est de voir se succéder tous les types de terrains possibles et imaginables.

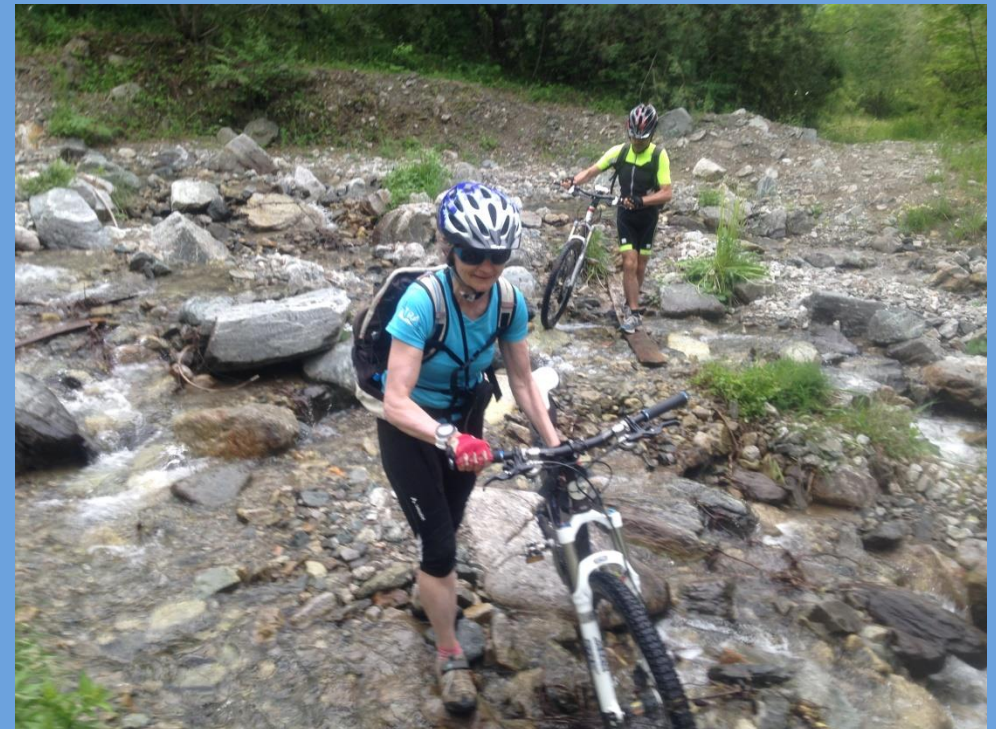
Du pur bonheur avec de temps à autre un peu de poussage, de rares portages et quelques rivières infranchissables :-)

Les sorties sont culturelles, bucoliques et il n'est pas interdit de discuter côte à côte ou encore de se raconter quelques petites blagues ;-)

Pour finir, et comme toujours au GEMSA, de la bonne humeur, une très bonne ambiance et le pot final de l'amitié.

Au plaisir et à bientôt sur un VTT,

Cyrill Marcol



Agenda

En images

Evènements à venir

Juillet-août 2017

- Rassemblement multi-Activités
« Val Durance-Fressinière »
 - Du 8 au 18 juillet
- Présentation de la nouvelle grille tarifaire de GEMSA et de ses sections, ouverture des inscriptions.
 - Jeudi 31 août

Septembre 2017

- Présentation de la nouvelle grille tarifaire de GEMSA et de ses sections.
 - Jeudi 7 septembre
- Cycle initiation escalade couennes et blocs
 - Samedi 16 et Dimanche 17
- Formation orientation
 - 27, 30 et 01 octobre

Octobre-novembre 2017

Dates à définir

- Soirée Lionel Terray
- Soirée « Montagne et Justice »
- Assemblée Générale

Relecture bienveillante par Hera Ignaczak et Hélène Guichard

GEMSA en photos



Les Riglos, mai 2017

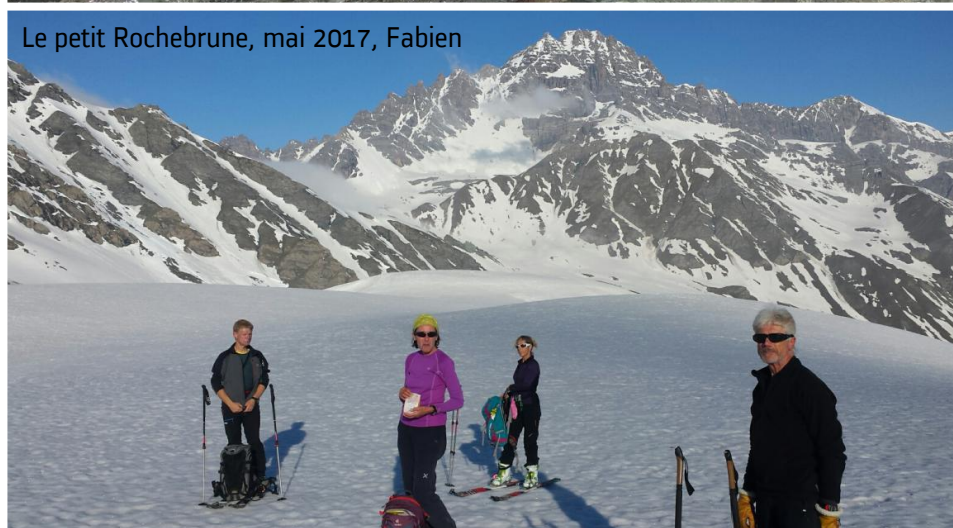


Dôme des Vazeraux, mars 2017, Pascal

La Roizonne, mai 2017, Yannick



Les arches de chartreuse, janvier 2017, Nicolas



Les Riglos, mai 2017



Session nettoyage, juin 2017, Daniel



Roche Parstire, janvier 2017, Claude