

Club Alpin Français de Châlons en Champagne

7 Rue de la Charrière
Cité Administrative Tirlet
51000 Châlons-en-Champagne

☎ **03.26.65.20.95**

caf.chalons@wanadoo.fr
<https://cafchalons51.ffcam.fr/>

N° d'agrément Jeunesse et Sport
7552 en date du 28/06/1997



Permanence du CAF tous les jeudis

Janvier à mai :
17h30 à 18h30

**Attention : fermeture pendant
les vacances scolaires**



Besoin de magnésie ?

En poudre ou liquide
Prix unitaire : 10 €

Il vous est possible de vous en procurer lors de nos permanences ou vous rapprocher directement de Maxime ou de Maureen si besoin.

Rejoignez-nous sur les
réseaux sociaux !



[https://www.facebook.com/
Club.Alpin.Chalon/](https://www.facebook.com/Club.Alpin.Chalon/)

[https://www.facebook.com/
maximepaget.moniteurescalade/](https://www.facebook.com/maximepaget.moniteurescalade/)

[https://www.instagram.com/
caf_chalons/](https://www.instagram.com/caf_chalons/)

Tout un programme !

Bonjour à toutes et à tous,

Nous espérons que ceux d'entre vous qui ont eu la chance de partir en vacances en ont pleinement profité. Nous aimerions qu'ils fassent rêver un peu ceux qui ne sont pas partis ! Alors, vacances terminées, certes, mais sans doute de beaux souvenirs à partager ! C'est pourquoi, nous vous proposons, par le biais des prochaines newsletters, de diffuser un moment fort de VOTRE parenthèse enneigée (ou pas) : ski, escalade, randonnée, raquettes ... C'est tout à fait simple, vous nous envoyez quelques photos avec une petite légende à l'adresse suivante : caf.chalons@wanadoo.fr. Eh oui ! Nous avons pensé que cette page pouvait aussi être la VOTRE ! Un grand merci pour vos envois.

**Exemple : Vacances sportives pour
Lucie au Championnat de France
Bloc Jeunes à Sartilly Baie-Bocage,
près du Mont Saint Michel. TOP !**



AGENDA

Passons maintenant et sans transition aux
prochains rendez-vous que nous vous
proposons :

2 avril : Rando Nature et Art contemporain « **Vent des forêts** » au cœur de la **Lorraine** : parcours d'environ 14 km et 5 heures de marche, départ à 8h00 du local. **Inscription auprès de** jef.hisette@wanadoo.fr

Découverte d'œuvres, parfois grandioses, en plein air tout au long du parcours ! Une belle sortie atypique et bucolique ... vous allez A.DO.RER ! Calme, émotion et sérénité garantis au cœur de la forêt, sans aucun bruit agressif, juste le son du vent dans les feuilles des arbres, le gazouillis des oiseaux et les branches qui vont craquer sous vos pieds, sans compter qu'au détour d'un bosquet, les œuvres apparaîtront, comme par magie !

22 avril : A **Vertus**, vous pourrez suivre la formation « **manipulation de corde et sécurité** » que Dirk propose pour commencer la saison en extérieur. Débutants ou aguerris, le programme sera adapté : reprise de moulinette, manœuvre de réchappe, conception de relais, aide au second, les nœuds, le rappel, remontée sur corde, solutions en cas d'oubli ou de perte de matériel. C'est donc une bien belle journée qui s'annonce !

Inscription avant le 15 avril auprès de dirkschambacher@aol.fr

5-7 mai : Randonnée dans le Palatinat en Allemagne

Inscription avant le 27 février auprès de Alain : alain.caquet@wanadoo.fr

17-21 mai : Escalade (couennes et grandes voies) dans le Massif du Diois (Drôme) : **COMPLET** mais vous pouvez néanmoins nous laisser vos coordonnées afin de vous recontacter en cas de désistement

27-29 mai : Grandes voies sur du calcaire de rêve à **Annecy-Thônes** : **Inscription avant le 2 avril auprès de** dirkschambacher@aol.fr

Retrouvez tous les détails de ces sorties sur notre site internet

Depuis la dernière assemblée générale qui a eu lieu en novembre dernier, **17 membres officient dorénavant au sein du Comité Directeur** pour le bon fonctionnement de l'association, mais sans tout à fait se connaître les uns les autres. Certains d'entre eux sont également responsables de pôles d'activités et/ou encadrants bénévoles. Vous avez d'ailleurs peut-être déjà partagé de bons moments avec eux ... **mais les connaissez-vous vraiment ?** Comme ils ne sont pas du genre à se mettre en avant, nous avons souhaité, par le biais de cette nouvelle rubrique « portrait d'encadrant hors du commun », faire plus ample connaissance et il nous a paru évident de commencer par « l'aventurière du club », **Anne-Laure**, licenciée du CAF Châlons depuis 7 ans déjà !



Ludovic Zaluski
président



Marion Hazard
vice-présidente



Sylvie Merlier
secrétaire



Claude Léonard
trésorier



Patrice Fabbro
trésorier adjoint



Olivier Barneff



Anne-Laure Caquineau



Benoit Cordier
responsable
communication



Jean-François Hissette



Lison Mare



Alisson Michel



Thierry Philippot



Benjamin Popliment



Sylvie Renaud



Catherine Richon



Dirk Schambacher



Sébastien Szewczyk

Portrait d'encadrante « hors du commun » : Anne-Laure Caquineau ou « L'Ode à la liberté »

Voici donc son portrait que, de toute évidence, je devais titrer « L'Ode à la Liberté » et je voudrais souligner combien je me suis régalée, évadée et reposée en le préparant car il est plein de douceur, de poésie, d'aventures, de passion, de lumière et de couleurs ... tout cela a suscité toute mon admiration et ce sera sans aucun doute le cas pour vous aussi ! Originaire de Cholet, capitale du mouchoir (c'est toujours bon à savoir !), dans le Maine-et-Loire, Bac scientifique tout juste en poche, et la voilà déjà partie pour 6 mois en **Australie** pour nager avec les dauphins, mais surtout pour participer à un programme d'interaction et de conservation des dauphins.

Après le rêve Australien, retour aux études : DEUG Mathématiques Physiques, puis Licence et Master Sciences Arts et Techniques de l'Image et du Son, option Prise de vue (Université Aix-Marseille). Voilà pour commencer doucement !

Allez, préparez vos mouchoirs ... mais non ! préparez vos passeports car on va voyager avec une **encadrante passionnée et passionnante, une bénévole inspirée et inspirante**, vous allez voir !

Réalisatrice, cadreuse, monteuse, elle travaille en tant qu'intermittente du spectacle et régulièrement pour des sociétés de production, des festivals ou des compagnies de spectacle vivant.... Prise de vue ou prise de son (mais jamais prise de tête), installation plateau, vidéo clip, bande annonce de films, live, reportage, montage, étalonnage, streaming ... telles sont les missions qu'elles affectionnent particulièrement. Elle œuvre beaucoup pour le Centre de Ressources du CNAC de Châlons-en-Champagne au sein de l'Unité de Production Audiovisuelle qui a développé un fonds en ligne actuellement composé de près de 800 vidéos.

Ça c'est son métier !



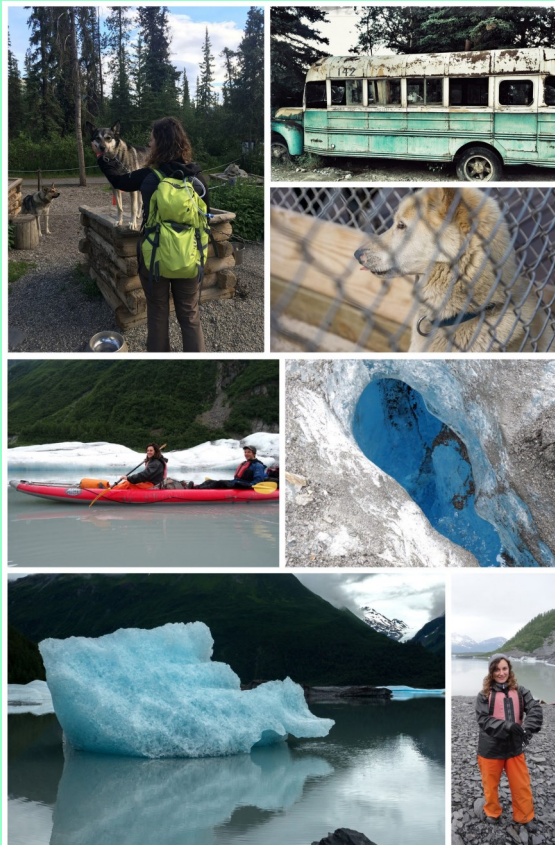
Côté loisirs : l'intrépide Anne-Laure pratique l'alpinisme (il paraît même que c'est une partenaire de cordée exceptionnelle), l'escalade, les randos en raquettes, le ski de randonnée, la voile, la plongée, mais aussi le yoga, ouf ! un petit moment de répit pour elle et pour nous car pas facile de la suivre ! Vous allez très vite le constater.

Ses couleurs préférées : les couleurs pures, le blanc et surtout le bleu intense et minéral, vous comprendrez pourquoi dans les lignes qui vont suivre !

Son leitmotiv : appétit de liberté, soif permanente de découverte, envie d'explorer, de rencontrer des gens, des cultures, des lieux, des atmosphères ... en résumé : ses pérégrinations riment avec émotions et sensations.

Ses passions : les voyages, la photographie (en particulier) : elle parcourt le monde au gré de ses envies et des opportunités qui se présentent, parfois loin, très loin, parfois longtemps, très longtemps, mais parfois tout prêt aussi. Son camion aménagé permet d'ailleurs à notre « Vanlifeuse » de vivre une partie de l'année son côté "nomade". Du **Monténégro** au **Portugal**, de **Hong-Kong** à **Bali**, des séjours magiques et des escapades enchantées entrecoupées de belles aventures à **Cuba** notamment (la Havane, Trinidad ...). Mais aussi une épopée fantastique en **Alaska**, dans le parc national Denali où se trouve le plus haut point d'Amérique du Nord (6190 mètres), magnifique, imposant comme elle le décrit si bien, et autrefois appelé Mont McKinley (c'est Barack Obama qui en 2015 lui a redonné son nom d'origine... bon à savoir aussi si vous souhaitez postuler pour « question pour un champion ») et virée en kayak vers les monstres de glace avec pour voisins, les Grizzly et les loups ... même pas peur ! Et ce n'est pas fini ... *Road trip* en **Ecosse** sur la mythique route 500, puis **l'Italie** et sa douceur de vivre légendaire, à Florence notamment, ville des arts et du romantisme. Ah ! j'allais oublier la **Slovénie**, **l'Inde** où elle a réalisé la bande-annonce du film "Le souffle de la valse lente".

Entre temps, elle nous fait un p'tit bivouac imprévu à 3000 m d'altitude sur un **glacier autrichien** (trop facile !), puis infatigable elle retourne en **Ecosse** pour un *Climb trip* cette fois-ci, et effectue aussi plusieurs séjours en mer à bord de **l'Hermione** (la frégate de la liberté), en tant que membre de l'équipage, séjours qui lui laisseront des souvenirs intarissables de ces grandes et belles aventures humaines ! Comme elle ne tient pas en place, ça, vous l'aurez bien compris : 1, 2, 3 et la voilà déjà repartie pour un voyage authentique « escalade aventure » dans le désert du Wadi Rum en **Jordanie** !



Bon, plus près de chez nous, elle aime également le spectacle des grues cendrées en migration au **lac du Der**, les **Faux de Verzy**, et bercée par les vents de l'océan Atlantique et de ses vagues bruyantes, elle aime aussi l'odeur iodée de **La Rochelle**, le souffle du vent salé de **l'île d'Yeu**, la danse des couleurs dans le ciel, les rayons du soleil sur sa peau, courir, respirer, courir encore, sentir l'air frais sur son visage, se réchauffer, sentir son cœur battre et se gonfler d'énergie dans les chemins de forêt... **Vous connaissiez tous « le fabuleux destin d'Amélie Poulain », vous connaissez maintenant l'étonnant et incroyable parcours d'Anne-Laure qui méritait bien lui aussi une très belle mise en scène !**



Et sinon, cette sortie en raquettes dans le Jura fin janvier, comment s'est-elle passée ? Basile vous dit tout !

Co-voiturage depuis Châlons (3 véhicules), arrivée pour le dîner au gîte **Les sapins de l'amitié** à Métabief, équipe réunie (12 participants) et présentation faite, nous détaillons le programme du lendemain. Nuit réparatrice et petit déjeuner copieux, direction **Entre-Les-Fourgs** (1050 m), point de départ de notre rando vers le **Mont Suchet** (1587 m). Distribution des raquettes et bâtons, découverte du matériel pour certains, tests et réglages pour tout le monde. Et hop, hop, hop ! nous voilà en marche vers le col, quelques pauses pour effectuer des réglages et préciser l'utilisation du matériel : "Ha bon ? Tu peux tirer sur la sangle là ? Et ça permet de serrer la cheville ? Vachement pratique !" Soleil et neige au rendez-vous, c'est parfait. Ah, on aperçoit déjà le lac Léman et les Alpes, on se rapproche du sommet, mais le temps se dégrade et à 1/2 heure du sommet, impossible de voir à plus de 30 mètres ! Le vent nous brûle les joues, la neige recouvre nos pas, mais on ne lâche rien.



12 Cafistes, 8 demi-finalistes, 4 qualifiés pour les Championnats de France !

Et pour terminé ce numéro : **Retour sur une compétition incroyable les 14 et 15/01 à Chaumont (Championnat Régional FFME Grand Est d'escalade de bloc)** à laquelle participaient **12 Cafistes** : Liv, Amélia, Enzo, Agathe, Lucie, Louise, Illan, Léonie, Côme, Noa, Loup-Malo. Et dans la catégorie seniors et vétérans, notre désormais célèbre Simon qui arrive 1^{er}.

Pendant 2 jours le club Chaumontais de *Génération roc* accueillait les championnats Grand Est de Blocs, avec comme enjeu la qualification pour les demi-finales Nord du Championnat de France. Après cette belle entame, certains d'entre eux passeront à l'étape suivante qui mènera aux championnats de France. Des résultats très positifs avec 3 titres de champions régionaux et 2 de vice-champions régionaux (une première

pour le club). Bravo donc à *Loup-malo, Simon, Agathe, Lucie et Léonie* pour leurs superbes performances. Avec *Liv, Louise et Guilhem*, ils seront donc **8** à tenter de décrocher leur qualif pour les championnats de France.

21 et 22/01, toujours à Chaumont : bilan mitigé pour la suite de cette compétition, mais on repart néanmoins avec 3 qualifiées (*Léonie, Lucie et Liv*) pour les championnats de France, et c'était bien là le principal objectif.

Bravo les filles ! Avec *Simon*, ils seront donc **4** à rejoindre Sartilly Baie Bocage pour la finale ! Affaire à suivre !

Bien à vous tous et au plaisir de vous retrouver le mois prochain !



Et Catherine nous conduit au but sains et saufs. Nous ne tardons cependant pas à rebrousser chemin en restant à portée de vue les uns des autres.

Pique-nique hors du blizzard un peu plus bas et nous repartons vers Entre-les-Fourgs. Puis, retour au gîte pour profiter d'un bon repas dans une ambiance chaleureuse et conviviale (pommes de terre, Mont d'Or fondu, saucisses de Morteau et petite salade pour un semblant de légèreté !).

À cette occasion, notre hôte nous raconte l'histoire de ce lieu associatif original et convivial (à découvrir en détail sur notre site internet, rubrique sorties/carnets de route).

2ème journée plus tranquille, quelques ampoules aux pieds pour certains, un bon petit déjeuner pour tous et nous voilà partis en direction du **Mont d'Or** (1463 m) via un splendide chemin au cœur de la forêt. La pente est douce, la météo plus calme que la veille, le froid n'est pas excessif et le vent ne se montre pas, tant mieux ! Deux petites heures plus tard, nous arrivons au **Morond** (1419 m) et là encore la météo se dégrade. Grrrrr !

Forts de l'expérience de la veille, nous redescendons un peu pour déjeuner à l'abri du vent, puis rentrons tranquillement pour déguster un chocolat chaud avant de prendre (déjà) la route du retour !

Un **GRAND MERCI** aux « **Sapins de l'amitié** » pour leur accueil chaleureux, à **Alain** pour avoir « déniché » cet endroit atypique ainsi que pour l'organisation en amont de cette sortie (à laquelle il n'a malheureusement pas pu participer car grippé), ainsi qu'à **Catherine** notre super guide !