



CLUB
ALPIN
BELGE

OCTOBRE
2019

SANS VOITURE EN BELGIQUE OU EN MONTAGNE
COMPILATION D'ARTICLES PUBLIES DANS L'ARDENNES & ALPES PAR LE
CLUB ALPIN BELGE

autrement
Randonner



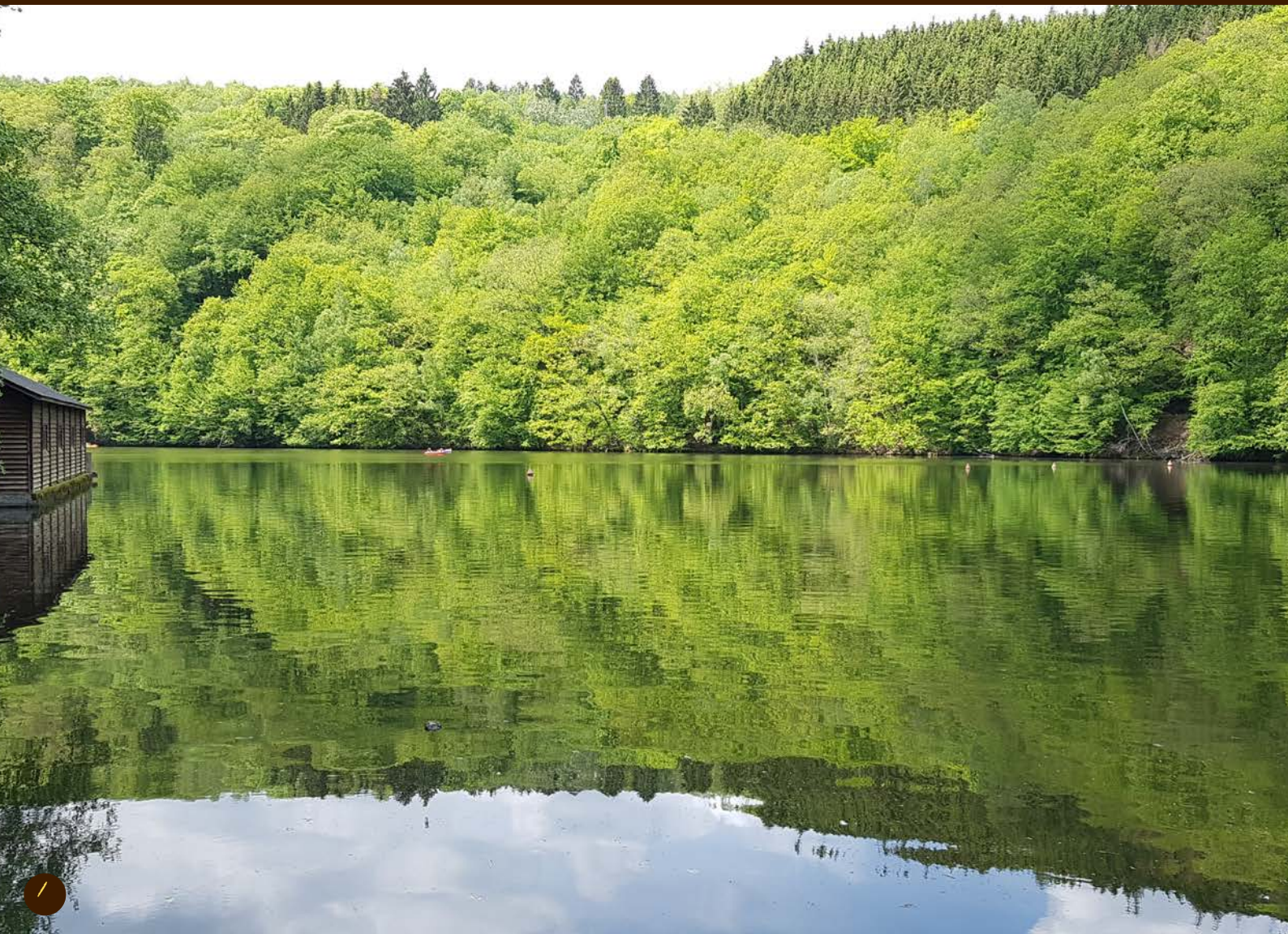
Prêts à réinventer vos pratiques ?

Le CAB vous invite à vivre la transition écologique vers une pratique responsable de nos sports.

Nous considérons que nos pratiques, notamment celle de la randonnée, sont des moyens de se reconnecter à soi et à la nature, "SA" nature ... Notre engagement pour sa préservation passe notamment, par la promotion de la mobilité douce et de la transition vers d'autres modes de pratiques.

Ce livret recueille des articles parus dans le magazine "Ardenne & Alpes".

Laissez-vous inspirer





Sommaire

En Belgique

04 Rando & Bivouac : au pied des Hautes-Fagnes

08 Nuit d'automne en Eifel, un vendredi soir

10 Chacun sa route ou l'art de randonner sans voiture

13 Activités famille

15 La Transardenaise

En Montagne

17 12 pattes et un sac à dos, traverser les alpes en famille

Autrement

23 Hike 'n padlle

25 Voyage solitaire avec un cheval et une mule en autonomie en France

27 On a testé pour vous : la rando stop



Photo : ©Thibaut Debelle

En Belgique

Connaissez-vous la Belgique ?

Je veux dire ses 8000 km d'itinéraires balisés GR ?
Ce petit pays offre un terrain de jeu inépuisable
aux randonneurs avec des variations de paysages
inattendues et des coins de nature préservés.

Lancez-vous dans cette belle aventure, partez à la
découverte de ses massifs forestiers, longez ses
rivières, plongez votre regard dans ses paysages,
enjambez ses courbes ... et affranchissez-vous de
votre voiture car ...

Derrière votre porte, se cache l'aventure !

Photos : WBT - SPRL Cernix Pierre Pauquay



RANDO & BIVOUAC : MICROAVENTURE AU PIED DES HAUTES-FAGNES

Maxime Alexandre

Comme je le dis souvent : il n'y a pas toujours besoin d'aller loin pour voir de belles choses. Le Belgique est en effet remplie de cachettes secrètes que j'adore découvrir et explorer au détour d'un sentier. Le sud du pays et plus particulièrement la Gaume et l'Ardenne en sont les meilleurs exemples. Mais j'apprécie également aller gambader dans les Cantons de l'Est et en savourer les décors sauvages à souhait.

Une randonnée avec deux potes, une bière, un feu de camp et un bivouac... c'est ce qu'on appelle la "Microaventure" à ma façon. Cet article vous propose donc une idée d'escapade d'un week-end et présente surtout cette façon de voyager qui risque bien de vous plaire.

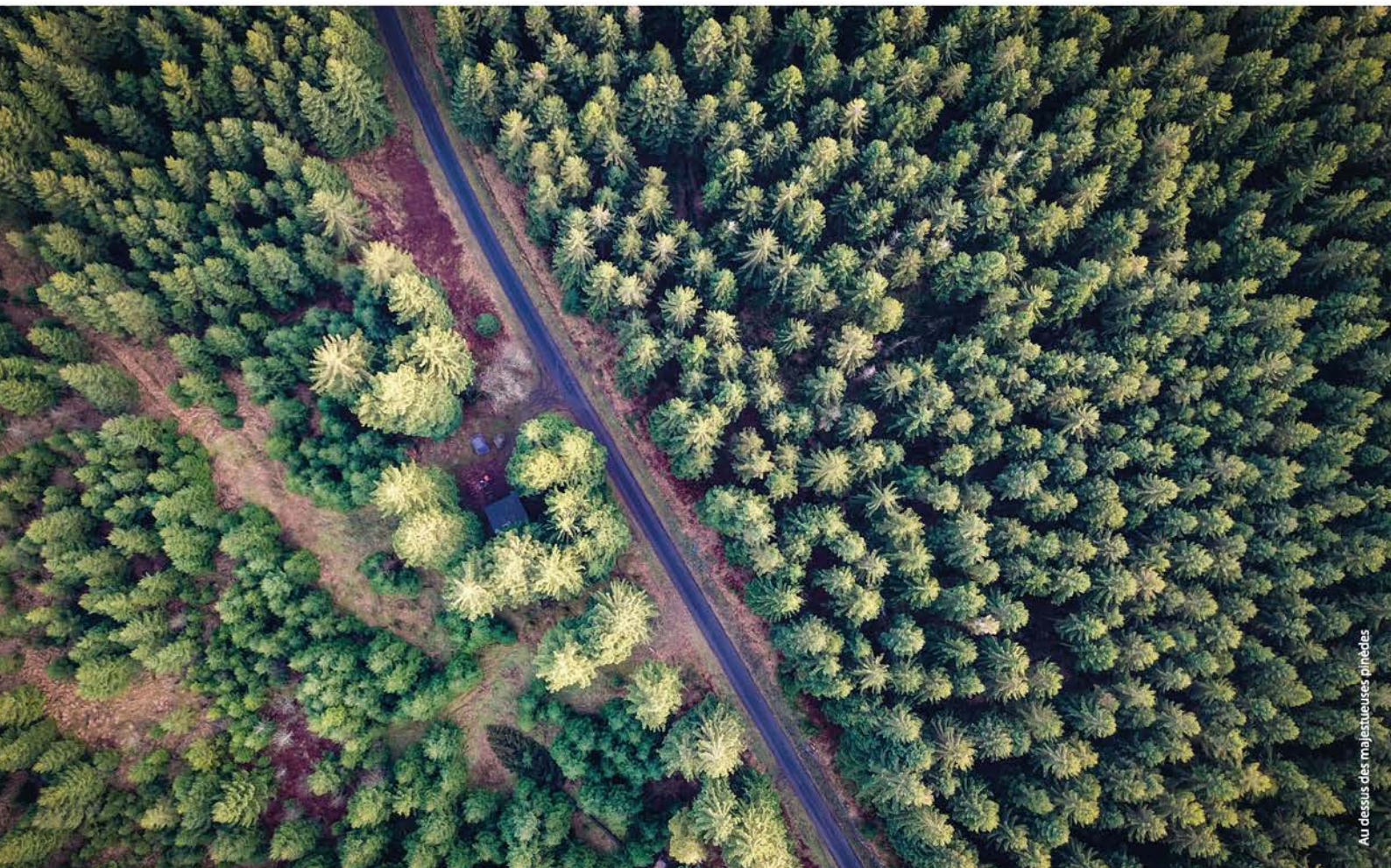
En tout cas moi, je l'ai adopté depuis un moment !

UNE AUTRE FAÇON DE VOYAGER

C'est en 2016 que j'ai découvert ce concept imaginé il y a quelques années par le britannique Alastair Humphreys (aventurier de l'année 2012 par National Geographic).

Alors pourquoi vous parler de quelque chose qui existe déjà depuis un moment ?

Le fait est que j'ai toujours adoré bouger, explorer, passer des moments dans la nature et je pratiquais donc cette façon de voyager depuis des années sans m'en rendre compte ! Cela m'a donc directement rassuré de ne pas être le seul à faire ce genre de truc et je me suis rapidement rendu compte des bienfaits du concept...



J'ai d'ailleurs depuis ce moment rédigé pas mal d'articles résumés de ces aventures et c'est depuis 2015 que j'évoque ce fameux terme *#microaventure*, que ce soit en Belgique ou dans les pays voisins*.

J'avais donc envie de vous faire (re)découvrir cette idée qui rassemble les activités de plein-air accessibles et réalisables par n'importe qui. Et même si chacun reste libre d'adapter l'activité à son niveau, on écarte les sports « extrêmes » nécessitant des gros efforts physiques ou de l'entraînement.

* www.trekkingetvoyage.com

LA NATURE. UNE PLAINE DE JEU À CIEL OUVERT

L'idée est juste de vivre l'espace d'un week-end ou d'un court séjour une expérience saine et dynamique qui vous sortira de votre rythme de vie habituel ceci sans vider votre compte en banque (ouf !), sans vous faire voyager à l'autre bout du monde (cool, pas d'avion !) et sans chambouler votre organisation (parfait !).

Les microaventures peuvent se pratiquer seul(e), en couple ou entre amis. Même avec ses enfant, si on a l'expérience pour les encadrer. Le tout est d'avoir un peu d'imagination et de savoir ce que l'on peut et ne peut pas faire une fois dans la nature. Car oui, la présence de celle-ci est selon moi

primordiale. Elle favorise le bien-être, l'équilibre des énergies du corps et la reconnexion de l'esprit avec celui-ci. Une sorte de « retour aux sources » primordial et ultra-bénéfique dont je ne me lasserai jamais. C'est donc bien un état d'esprit à adopter, une sorte de philosophie de vie comme le dit *Alastair Humphreys*, plus qu'accessible si on s'en donne les moyens.

Notez qu'il faut (selon moi) un minimum de préparation afin de rendre l'expérience optimale : préparer un itinéraire et des échappatoires, prévoir un équipement adapté sans pour autant se ruiner, assez d'eau et de nourriture, vérifier la météo, votre forme physique et celle des participants, respecter les réglementations en termes d'environnement et de propriétés privées, etc. Car on ne campe pas n'importe où en Belgique : j'y viens juste après...

“ Les microaventures peuvent se pratiquer seul(e), en couple ou entre amis. ”



Personnellement dès que je suis sur le pas de la porte de ma maison et mon sac sur le dos, je m'évade volontiers sur les sentiers qui mènent à la forêt. J'y plante ma tente, j'y fais un feu, je m'ouvre une bière, découpe du bon fromage, j'écoute les braises crépiter et je suis heureux... Mais j'ai l'habitude ! Alors, par où commencer ?

UNE MULTITUDE DE POSSIBILITÉS

Les idées de microaventures ne manquent pas !

Vous pouvez par exemple prendre les transports en commun jusqu'à l'arrêt ou la station la plus éloignée du centre-ville. Celle qui se trouve près de la forêt pour aller y faire une balade et rejoindre ensuite une autre station/arrêt pour revenir à son point de départ... Vous arrêter au hasard et tenter de retrouver votre chemin, explorer et vous laisser surprendre par des quartiers nouveaux, une terrasse agréable... Vous pouvez également fixer un rendez-vous à vos amis à l'entrée d'un parc ou au sommet d'une colline, en journée, le soir. Cela peut aussi être une descente en canoë gonflable (Decathlon, Packraft, etc.), en kayak avec votre pique-nique ou votre tente, construire une cabane, y loger, etc.

Conseils : il y a de nombreux sites internet qui regorgent d'infos intéressantes pour nourrir vos aventures, comme la rubrique idées week-end de mon blog, par exemple. Mais cela peut aussi passer par des offices de tourisme ou des sites et applications de smartphones (j'utilise *openrunner*, mais il y a aussi *visorando*, etc.) Pour trouver des tracés classés par activité et les télécharger pour les utiliser hors ligne ! Il faut juste un téléphone équipé d'une puce gps (tous les modèles récents) et d'une batterie qui tient la journée. N'hésitez pas à emporter une batterie de secours ou un accumulateur au cas où...

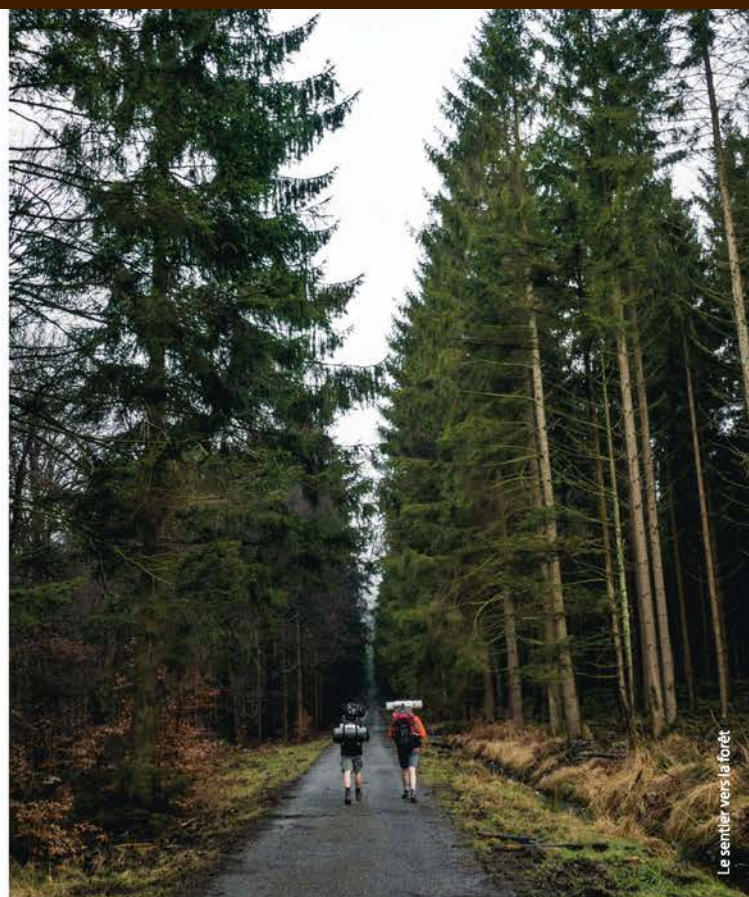
FICHE EXPÉDITION

RANDONNÉE ET BIVOUAC PRÈS DES HAUTES FAGNES

Voici donc une idée de microaventure que vous pourrez exploiter et qui vous emmènera au cœur des *Cantons de l'Est*, en Belgique. Les alentours du plateau des *Hautes Fagnes* et de l'*Hertogenwald* se prêtent en effet à merveille à ce genre d'expédition d'un week-end. Il s'agit d'une randonnée en boucle relativement accessible qui passe par le *Lac de la Gileppe* et à travers les contrées sauvages, suivie d'un bivouac en pleine forêt (aire légale) et d'un retour au parking le lendemain.

Départ : Parking « Drossart » (D) entre la Baraque Michel et Eupen 21 km, en boucle. Bivouac à « l'abri de la Bergerie » au km 21 (A). Veillez à bien rester sur les sentiers et éviter les zones de quiétude du gibier. 6 heures environs. 245 m D+, 245 m D-. Pas de restauration possible sur le tracé (sauf détour jusqu'au barrage du Lac de la Gileppe). Trace GPX téléchargeable sur Openrunner.

Mobilité : train IC qui va jusque Eupen, ensuite prendre le bus 394 SANKT-VITH An den Linden et descendre à l'arrêt HESTREUX porte de Drossart.



Le sentier vers la forêt



Campement sur l'aire de la Bergerie



Profiter de la chaleur des flammes

Descriptif

Prenez la direction de la Baraque Michel, près de Jalhay. La route N68 abrite le parking « Drossart » (D) entre la Baraque et Eupen, vous pourrez y laisser votre véhicule.

La randonnée d'une vingtaine de kilomètre est facile et se pratique sur chemin praticable dans une majeure partie du tracé. Elle vous plongera directement dans l'*Hertogenwald*, la plus grande forêt domaniale de Belgique.

Le lac de la Gileppe, première étape de l'aventure, a des airs de région des *Grands Lacs en Finlande*. Le calme et la sérénité y règnent en maître pour offrir une vue et une ambiance indescriptible sur ces vastes espaces...

Vous remontez ensuite le sentier vers la N68 pour la traverser et redescendre par le bois vers la *Soor*, une rivière qui prend sa source près de la Baraque Michel.

Le sentier le long de la rivière est agréable et vous fera remonter et passer au kilomètre 21 à l'abri de la *Bergerie*, votre endroit de camp pour la nuit. Inutile de me demander les coordonnées, j'en ai déjà trop dit !

Un bivouac dans les hautes fagnes ?

L'endroit est proche d'un chemin carrossable mais heureusement inaccessible en voiture, c'est d'ailleurs formellement interdit. Il fait partie des aires de bivouac légales proposées dans le canton par le *département de la nature et des forêts* et destinées aux randonneurs, cavaliers et cyclistes en itinérance. **Surveillés, il faudra cependant veiller à garder ces lieux propres et en bon état.**

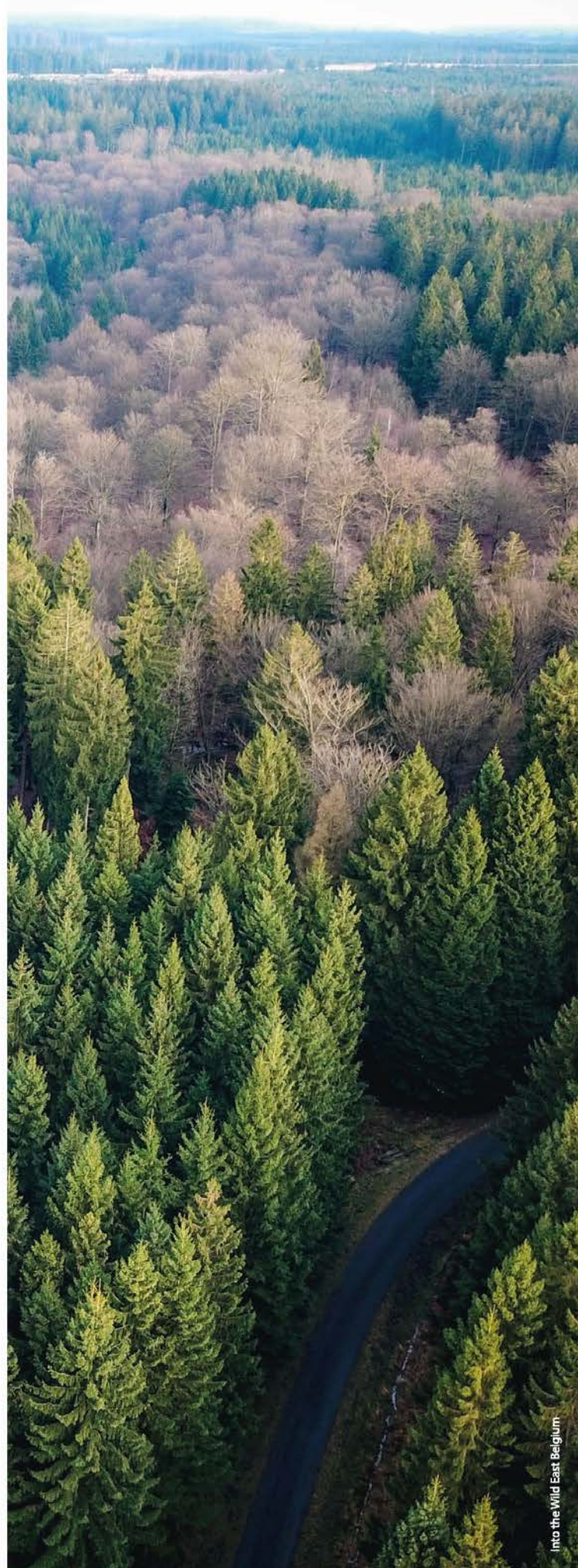
Cela commencera par ne laisser aucune trace de son passage et respecter la quiétude des lieux, vous êtes dans une zone convoitée par le gibier... n.b. : il y a place pour une dizaines de tentes. Il est donc logiquement déconseillé (voire néfaste) d'y aller avec des groupes. Comme la plupart des aires de bivouac de ce style en Belgique, l'endroit ne s'y prête pas vraiment... on voit trop souvent des organisations venir s'installer (et s'appropriier les lieux) avec une dizaine, voire une quinzaine de personnes. Aussi bon-enfant et respectueux que cela puisse être, cela n'est selon moi pas judicieux.

Votre tente est montée et votre sac de couchage déplié ? Ramassez un peu de bois mort, ouvrez-vous une bière, allumez un feu, faites rôtir un bon morceau de viande ou quelques légumes et profitez !

Car y faire un feu est possible, soyez juste prudent et évitez de le faire en période estivale. Vous pouvez aussi vous abriter sous le toit et profiter du confort des tables et des bancs... Mais « les vrais » préfèrent la chaleur des flammes, c'est ça l'Aventure.

Après une bonne nuit, retrouvez le parking par le sentier balisé qui remonte le long du *Fossé d'Eupen*, puis vers « *Waroneux* » jusqu'à la route...

Bonne aventure !



NUIT D'AUTOMNE EN EIFEL OU MICRO AVENTURE D'UN VENDREDI SOIR

Marc Vanden Haute

Souvent chahuté par la vie professionnelle, j'aime particulièrement pouvoir m'échapper à l'improviste pour un peu d'exotisme et quelques moments de liberté.

L'histoire que je vous raconte ci-dessous s'est déroulée il y a bien longtemps.

L'Eifel, situé juste au-delà de nos frontières, offre un cadre privilégié pour ce genre d'escapade. L'automne est la meilleure des saisons, car les soirées se rallongent et les chaleurs estivales ne sont plus qu'un souvenir. Toute la forêt change de couleur, la nature s'apaise et se prépare pour le repos hivernal.

Profitant d'un vendredi après-midi de réunion à Liège et d'une météo annoncée sèche, je décide de ne pas rentrer vers la maison, mais bien de saisir cette occasion.

Un coup de téléphone à mon amie Annick souvent prête pour une courte aventure :

- Je pars vendredi fin d'après-midi dans l'Eifel, ça t'intéresse ?
- Tu m'emmènes ?
- Oui
- Cool, on va camper ?
- Bien sûr !

Et nous voilà donc d'accord.

Comme elle a pris le train pour venir, nous avons rendez-vous devant la gare de Verviers pour démarrer notre périple. Elle arrive vêtue de son habituel pantalon de rando rouge, sa veste verte et son sac à dos assorti et bien ajusté.

Le temps de se dire bonjour et de profiter des retrouvailles et nous sommes en route.

Nous décidons de laisser la voiture un peu après la frontière sur un parking au bord la route de Monschau et de continuer à pied vers l'est à partir de là.

Sac sur le dos, chaussures serrées, petit bonnet sur la tête, nous sommes prêts. La soirée est superbe, la lune presque pleine éclaire les bois, dessinant des ombres étranges et parfois inquiétantes.

Le long du chemin, nous traversons des coupe-feu tout en bavardant du bon vieux temps, de la vie, des amis qui passent et puis reviennent.

C'est bizarre comme la nuit peut être propice aux discussions intimes. Un peu comme si on était différent ou comme si l'obscurité pouvait absorber ou libérer une partie de nos pensées.



Photo © ruralisartre

Vers 20 h, il est temps de nous installer. Nous profitons d'un bois de sapin pas trop dense pour y planter notre petite tente.

Le temps de déposer les sacs, et c'est un autre monde qui nous entoure et s'offre à nous. La forêt se laisse pénétrer, le frémissement des branches et d'autres bruits qui nous semblent émaner des arbres ou des chemins.

Le plus étonnant, c'est la luminosité. Il y a, au travers du coupe-feu, situé 60 m devant nous, une lumière intense qui nous fait penser à des phares de voiture ou à des braconniers ou à...

Nous restons tapis sans oser trop bouger... en attendant. Rien ne bouge vraiment ou tellement peu. Qui est à l'affût de qui ? Nous nous regardons et chuchotons...

À force de rester immobiles, nous prenons froid. Au bout d'un moment qui paraît infiniment long et après petite concertation, je décide de me lever et d'aller vers le coupe-feu m'assurer de la provenance de cette lumière si inquiétante. Ne pas faire de bruit et surtout repérer l'endroit de la tente où Annick est restée immobile dans l'obscurité. Doucement, à pas de loup, j'avance, un peu inquiet par l'ambiance. Et si c'était des braconniers ?

J'arrive au bord du coupe-feu et là : surprise ! Ce rayonnement si mystérieux n'est que l'éclat de la lune dans l'air froid et les gouttelettes d'eau qui scintillent. Ouf... Plus qu'à retrouver Annick et la tente. Un gros éclat de rire pour cette

peur non fondée et nous pouvons allumer un petit feu.

Annick a longtemps été scoute. Elle n'a pas perdu la main, et en quelques minutes les flammes sont vives et nous réchauffent autant qu'elles nous ravissent.

Nous faisons griller nos saucisses en entamant notre petite réserve de vin qui passe si bien. La soirée ne s'éternise pas. Nous nous glissons l'un après l'autre dans notre sac de couchage pour une bonne nuit.

Le lendemain, le froid nous prend le visage et il nous faut une petite dose de courage pour sortir des plumes.

Je rallume le feu, fais griller un peu de pain et nous voilà de nouveau en forme et prêts pour une belle journée de randonnée dans cette immense forêt.

Que c'est beau, au petit matin, avec le givre qui s'accroche partout, la brume qui passe et laisse place à un ciel bleu. Nous marchons entre bois de sapins, forêt de hêtres devenus rouge-orangé et quelques caillebotis sur des tronçons de Fagnes.

Voici comment, à l'aide d'une carte et d'un peu d'imagination, je m'échappe du quotidien pour profiter d'une nuit insolite.

Sentir le vent et le froid sur mon visage, l'odeur des sous-bois et le sac qui tire sur les épaules ; voilà ce qui peut redonner de l'énergie.



CHACUN SA ROUTE, OU L'ART DE RANDONNER SANS VOITURE

Interview d'Ingrid Bravin par Marie Pierret

M.P. – Ingrid, raconte-moi, « à quoi tu marches ? »

I.B. – « Il y a une sorte de bonheur qui ne dépend ni d'autrui ni du paysage, c'est celui que j'ai toujours cherché à me procurer ». C'est de Giono, et ce bonheur-là, je le cherche toujours..., alors à défaut... je marche.

Je pense avoir fait plus que le tour de la terre en randonnée. En 2018, j'ai parcouru environ 1400 km de rando en Belgique, tout ça sans voiture ! Et j'ai bientôt 54 ans...

C'est mon père qui m'a filé le virus de l'amour de la nature. Quand j'étais gosse, il m'emmenait à l'affût en forêt. On observait surtout les rapaces.

Je suis cavalière depuis aussi longtemps que remonte ma mémoire. J'ai aussi pratiqué le VTT... Pour l'instant, ma marotte, c'est la course à pied. Bref, j'ai toujours aimé les sports nature. La marche, c'est un autre rythme. Mais je ne suis quand même pas en mode contemplatif. J'observe ce que je croise, mais je marche d'un bon pas. La « balade », ce n'est pas mon truc ! Faut pas me faire mettre mes godasses pour marcher 10 km ; je sors pour la journée au moins. Sinon c'est du social entre potes, c'est chouette aussi, mais ce n'est pas la même chose. Je ne suis pas apaisée quand je rentre. Ce que j'aime, c'est marcher 30-40 km par jour (mon record, c'est 70 km sur le GR 16). Le vrai bonheur, c'est trois ou quatre jours dehors..., marcher et bivouaquer, se couper des bruits du monde... Dans ces cas-là, je ne pars jamais en solo...

M.P. – Concrètement, pourquoi cette démarche et comment t'organises-tu ?

I.B. – Dans les années 90, j'avais une vieille bagnole que j'utilisais le moins possible. Aujourd'hui, ça fait dix ans que je m'en passe. Du coup, pour aller bosser à Namur, je fais déjà plus de 10 km par jour depuis quinze ans.

Alors pour la rando, si j'ai des potes qui veulent covoiter, c'est cool, mais ce n'est pas déterminant. Tous les nouveaux topo-guides t'informent des accès aux sentiers au moyen des transports en commun, ils les pointent sur la carte et donnent des indications pour accéder aux GR. Pour les trajets vers les points de départ et pour les retours vers la maison, les transports en commun, sont plus accessibles en semaine, et, franchement, c'est parfois galère, je ne le cache pas. Il faut parfois partir la veille et bivouaquer, mais je le fais ! Aller marcher, c'est vital pour moi. Et puis il y a un certain plaisir dans les déplacements que l'on ne retrouve pas quand on se déplace en voiture. L'attente dans le train, le paysage, les yeux ahuris de la voisine qui se demande pourquoi tu sens (un peu) le fennec (rises).

M.P. – Et si je t'en propose une, de voiture ?

I.B. – Ma voisine m'a déjà proposé de me prêter sa voiture, mais je refuse. Ce n'est pas indispensable, c'est du loisir, alors si je peux éviter, j'évite. Je me mets aussi des interdictions. Par exemple, j'adore Chamonix, mais le billet d'avion, même à 95 € aller-retour, je me dis non..., merde ! Je ne fais pas une croix sur la rando en montagne... et je profite volontiers d'un co-voiturage. Il faut juste un peu plus de temps..., mais ça fait partie du voyage !

Bref, je suis adepte de la simplicité volontaire et j'aime bien cette phrase de Pierre Rabhi qui illustre mon sentiment de besoin de liberté : « De la maternelle à l'université, on est enfermé (on appelle cela le "bahut"), puis tout le monde travaille et vit dans des "boîtes" plus ou moins petites ; pour s'amuser, on va en boîte et on y va dans sa "caisse" ; enfin, on rentre dans une boîte à vieux et on retrouve la dernière boîte que je vous laisse deviner ! »

M.P. – Comme aurait dit Léonard (de Vinci) : « La simplicité est la sophistication suprême » ?!

I.B. – (Rire) J'ai largué ma tente parce que c'est trop lourd à porter et comme je n'ai pas envie de raquer 400 boules pour gagner 1 kg, je dors sous tarp. Parfois je ne dors pas de la nuit parce que j'ai raté le choix du sac de couchage ou laissé le matelas dans l'armoire pour gagner encore un peu de poids dans le sac, je rentre cernée comme un panda, mais « j'ai bon » ! La rando, pour moi, c'est du bonheur, mais pas forcément du confort. Et puis, être réveillée par un moyen duc pendant la nuit, c'est tellement bon !

*"C'est mon père qui m'a filé
le virus de l'amour de la nature.
Quand j'étais gosse,
il m'emmenait à l'affût en forêt.
On observait surtout les rapaces."*

M.P. – Quelles sont les randos que tu recommanderais ?

I.B. – Perso, comme j'habite Namur, je fais souvent :

- La Grande Traversée de la Forêt du Pays de Chimay (topo-guide... il y a des zones de bivouac sur cette trace)
- Namur- Andenne via le GR
- Namur- Dinant encore via GR
- Andenne-Huy toujours via GR
- Namur-Ciney... hé oui... via GR
- Namur-Charleroi via GR

D'autres itinéraires sans voiture proposés par www.grsentiers.org :

- de Spa à Aywaille par le GR 15 (23,5 km)*
- de Nivelles à Braine-le-Comte par le GR 121 (23 km)*
- de Habay-la-Neuve à Marbehan par le GR 151 (20,8 km)*
- de Godinne à Dinant par le GR 126 (19,9 km)*
- de Marche-en-Famenne à Jemelle par le GR 577 (21,5 km)*
- de Silly à Lessines par le GR 123 (21,2 km)*
- d'Angleur à Esneux par le GR 57 (17,4 km)*
- de Grupont à Marloie par le GR 151 (24,9 km)*
- d'Angleur à Nessonvaux par le GR 573 (20,5 km)*
- d'Anseremme à Houyet par le GR 126 (27,4 km ou 18,9 km)*
- de Sart-Bernard à Andenne par le GR 575 (24,9 km)*
- de Solre-sur-Sambre à Thuin par le GR 129 (17,4 km)*
- de La Roche à Nivelles par le GR 121 (19,3 km)*
- de Neufchâteau à Libramont par le GR 151 (17,8 km)*



Chacun sa route, ou l'art de randonner sans voiture

ACTIVITÉS "FAMILLE" EN BELGIQUE

Carole Stavari

L'été est là, et ses longues journées nous donnent l'occasion de prendre l'air en famille. Pas besoin de partir bien loin, puisque la Belgique nous offre, à portée de main, de beaux paysages et terrains d'aventure.

Vous souhaitez initier vos enfants à la randonnée, l'escalade et la nature ? Vous êtes en manque d'inspiration ? Voici une suggestion d'activités pour les grands et les petits : des randonnées didactiques, la découverte de la via ferrata et de la slackline, de l'escalade sur des spots « école ». Une liste non exhaustive bien entendu, mais quelques idées pour animer vos week-ends ou vos congés en pleine nature.

À VÉLO DANS L'EST DE LA BELGIQUE

Un parcours de 5 jours qui peut être scindé. Départ de Trois-Vierges au Luxembourg pour suivre la Vennbahn (www.vennbahn.eu), un superbe itinéraire cyclable - 300 km - difficulté : moyenne - logement : camping et bivouac.

Thomas Defawe nous raconte son expérience : « Après une première nuit en camping avec piscine à Saint-Vith, on fait un petit détour vers le lac de Butgenbach, pour se baigner après deux heures de vélo. On s'organise un petit bivouac sur les hauteurs de Monschau, et tôt dans l'après-midi, on rejoint un mini-camping au centre d'Aix-la-Chapelle (www.aachen-camping.de). Le lendemain, c'est une grosse étape qui nous attend, 72 km au total. On suivra les itinéraires cyclables hollandais (LF6) et le RAVeL en bord de Meuse, en Belgique. Il y a juste le centre de Liège qui nous fait bien sentir qu'on n'est plus en Allemagne ni aux Pays-Bas !

Le dernier jour, pour rentrer, on suivra un itinéraire rando-vélo (RV4 Ouest) vers le Brabant wallon; assurément, la partie la moins intéressante de l'itinéraire. Au final, une expérience incroyable avec mes garçons et pas loin de 300 km parcourus en cinq jours, sans une goutte de pluie ! »

SUR LES TRACES DES ANIMAUX SAUVAGES DANS LA FORÊT D'ANLIER

*Balade sur une journée : 8-12-16 km - difficulté : facile
logement : chambre d'hôte/gîte/ camping*

Vous vous sentez une âme de Sherlock Holmes ? Pourquoi ne pas animer vos sorties randonnée en famille avec *Le guide du pisteur débutant* (éditions Delachaux & Niestlé) ? Avec ce petit ouvrage ludique, vous apprendrez à reconnaître les empreintes des animaux sauvages, la vie et les comportements des différentes espèces.

Le massif de la Grande Forêt d'Anlier, près d'Arlon, est un bon point de départ pour jouer à Sherlock Holmes. Cette immense forêt vous séduira en toute saison. Un bel endroit pour se mettre sur la piste des gibiers, s'évader et se ressourcer. De nombreuses balades de quelques heures sont proposées à partir d'Habay-la-Neuve ou de Heinstert, à télécharger à partir du site « Balade en forêt d'Anlier ». Alors, enfiler vos bottines !

Infos pratiques : le parc naturel de la forêt d'Anlier (www.parcnaturel.be/fr/balades-pedestres-en-foret-d-anlier) et la Grande Forêt d'Anlier (www.grandeforetdanlier.be/fr/la-grande-foret-danlier).

Itinérance en famille, Vennbahn - Belgique © Thomas Defawe

PROMENADES DE RÊVE AUTOUR DE BRUXELLES

8,77 km - 2 h - difficulté : facile à moyenne

Pour ceux qui habitent dans la région bruxelloise et veulent profiter d'une belle journée ensoleillée, voici quelques idées de balades. À partir de Grez-Doiceau, une jolie promenade vous emmène à travers champs et bois sans trop de dénivelé en direction de Nethen. Une belle petite randonnée en boucle qui vous permettra de vous aérer et de vous inspirer de la nature.

Plus d'infos sur www.visorando.be/randonnee-brussel.html.

CHARLEROI VERSION BUCOLIQUE

Jamioulx - 10 km - 2 h - difficulté : facile

Non, il n'y a pas que des terrils autour de Charleroi. Les habitants de cette région vous le certifieront. À quelques kilomètres plus au sud, dans le poumon vert de la ville, vous pourrez découvrir de belles promenades à travers bois et campagne dans la vallée de l'Eau d'Heure. Au départ de la place de Jamioulx, une promenade d'environ deux heures vous charmera par son décor champêtre.

Infos pratiques : www.tracegps.com/fr/parcours/circuit12076.htm

ET POURQUOI PAS UNE VIA FERRATA ?

Moins vertigineuses qu'en France ou en Italie, les quelques vias ferratas belges sont malgré tout très complètes. Elles vous feront voyager à travers les falaises, passer des ponts de singes pour terminer en rappel. Les plus connues se trouvent à Beez sur le site des Grands Malades (la plus physique et technique), à Landelies (un passage assez technique) ou encore à Marche-les-Dames (accès réservé aux membres les week-end et jours fériés).

Et pourquoi ne pas organiser une journée d'initiation en famille ou entre amis ? Contactez un moniteur pour une sortie encadrée, ou le Club Alpin Belge (location de matériel possible), et ne sous-estimez pas cette activité, parfois plus impressionnante que l'escalade, qui requiert une taille minimum de 1,4m, une maîtrise des techniques spécifiques et un matériel de sécurité obligatoire.

LA TRANSGAUMAISE À PIED, UN GTA POUR TOUT LE MONDE

140 km - 6 jours - difficulté : moyenne

logement : gîte/auberge ou bivouac

La première GTA Belgique (grande traversée des Ardennes) de balisage jaune et blanc a été créée en 1885 à l'image de la traversée des Alpes. Par la suite, plusieurs randonnées GTA ont été conçues, en itinérance, en boucle ou encore en étoile. La Transgaumaise, l'une d'entre elles, part de Vir-

ton et traverse la Lorraine gaumaise. Cette boucle transfrontalière vous emmène dans une région chaleureuse aux petits airs de Provence. En passant par Torgny, Montmédy et Avioth, les chemins de campagne et forestiers vous retracent un peu les fameuses histoires des bandes dessinées de Jean-Claude Servais. Vous aurez aussi l'occasion de voir l'abbaye cistercienne d'Orval et d'y faire une petite halte dégustation avant de terminer la randonnée. Une manière d'initier les plus jeunes à l'itinérance avant de se lancer sur les sentiers de la Via Alpina ?

Infos pratiques sur la Transgaumaise et autres GTA (tourismerandonnee.com/fr/la-maison-de-la-randonnee-gta-belgique/itineraires-gtaet

<https://www.luxembourg-belge.be/fr/voir-faire/balades-randos/>)

UNE INITIATION À L'ESCALADE EN FAMILLE

Vous n'avez pas encore testé la grimpe en falaise en famille ? Pourquoi ne pas organiser une journée d'initiation sur un des sites « école » ? Différents rochers, comme les Grands Malades (secteur Tintin), Durnal, Les Awirs, Beez (secteur de la Jonction ou Pink Floyd), Sy (rocher du Banc), vous permettront de débiter en moulinette et sont bien adaptés pour les enfants. Contactez un des cercles ou moniteurs membres du CAB pour plus d'information.

LA SLACKLINE, VOUS CONNAISSEZ ?

Proche du funambulisme, cette discipline envahit de plus en plus les parcs et les espaces verts. L'ASBL Beslack, devenue club membre du CAB l'année passée, propose depuis 2008 des rencontres, des initiations et des démonstrations. Les moniteurs sont là pour vous encadrer et vous enseigner les techniques afin d'évoluer selon votre niveau : de la découverte aux cours de perfectionnement. Anthony Chang a découvert le slackline il y a deux ans au Zot day 2016 et nous raconte son expérience : « D'un côté, j'étais totalement fasciné et voulais à tout prix essayer, mais d'un autre, j'avais un peu l'impression que cette pratique était exclusive et inaccessible. Par la suite, je me suis rendu compte que j'avais eu tort, car un espace d'initiation avec de petites lignes était installé pour toute personne souhaitant essayer. J'ai immédiatement accroché et depuis, j'essaie d'en faire le plus possible, dans des parcs ou en falaise ».

Envie de tenter l'expérience ?

Contactez Florent Castagne par mail : info@slack.be.

Infos pratiques : www.beslack.be/animations.

PROMENADES DE RÊVE AUTOUR DE BRUXELLES

8,77 km - 2 h - difficulté : facile à moyenne

Pour ceux qui habitent dans la région bruxelloise et veulent profiter d'une belle journée ensoleillée, voici quelques idées de balades. À partir de Grez-Doiceau, une jolie promenade vous emmène à travers champs et bois sans trop de dénivelé en direction de Nethen. Une belle petite randonnée en boucle qui vous permettra de vous aérer et de vous inspirer de la nature.

Plus d'infos sur www.visorando.be/randonnee-brussel.html.

CHARLEROI VERSION BUCOLIQUE

Jamioulx - 10 km - 2 h - difficulté : facile

Non, il n'y a pas que des terrils autour de Charleroi. Les habitants de cette région vous le certifieront. À quelques kilomètres plus au sud, dans le poumon vert de la ville, vous pourrez découvrir de belles promenades à travers bois et campagne dans la vallée de l'Eau d'Heure. Au départ de la place de Jamioulx, une promenade d'environ deux heures vous charmera par son décor champêtre.

Infos pratiques : www.tracegps.com/fr/parcours/circuit12076.htm

ET POURQUOI PAS UNE VIA FERRATA ?

Moins vertigineuses qu'en France ou en Italie, les quelques vias ferratas belges sont malgré tout très complètes. Elles vous feront voyager à travers les falaises, passer des ponts de singes pour terminer en rappel. Les plus connues se trouvent à Beez sur le site des Grands Malades (la plus physique et technique), à Landelies (un passage assez technique) ou encore à Marche-les-Dames (accès réservé aux membres les week-end et jours fériés).

Et pourquoi ne pas organiser une journée d'initiation en famille ou entre amis ? Contactez un moniteur pour une sortie encadrée, ou le Club Alpin Belge (location de matériel possible), et ne sous-estimez pas cette activité, parfois plus impressionnante que l'escalade, qui requiert une taille minimum de 1,4m, une maîtrise des techniques spécifiques et un matériel de sécurité obligatoire.

LA TRANSGAUMAISE À PIED, UN GTA POUR TOUT LE MONDE

140 km - 6 jours - difficulté : moyenne

logement : gîte/auberge ou bivouac

La première GTA Belgique (grande traversée des Ardennes) de balisage jaune et blanc a été créée en 1885 à l'image de la traversée des Alpes. Par la suite, plusieurs randonnées GTA ont été conçues, en itinérance, en boucle ou encore en étoile. La Transgaumaise, l'une d'entre elles, part de Vir-

ton et traverse la Lorraine gaumaise. Cette boucle transfrontalière vous emmène dans une région chaleureuse aux petits airs de Provence. En passant par Torgny, Montmédy et Avioth, les chemins de campagne et forestiers vous retracent un peu les fameuses histoires des bandes dessinées de Jean-Claude Servais. Vous aurez aussi l'occasion de voir l'abbaye cistercienne d'Orval et d'y faire une petite halte dégustation avant de terminer la randonnée. Une manière d'initier les plus jeunes à l'itinérance avant de se lancer sur les sentiers de la Via Alpina ?

Infos pratiques sur la Transgaumaise et autres GTA (tourismerandonnee.com/fr/la-maison-de-la-randonnee-gta-belgique/itineraires-gtaet

<https://www.luxembourg-belge.be/fr/voir-faire/balades-randos/>)

UNE INITIATION À L'ESCALADE EN FAMILLE

Vous n'avez pas encore testé la grimpe en falaise en famille ? Pourquoi ne pas organiser une journée d'initiation sur un des sites « école » ? Différents rochers, comme les Grands Malades (secteur Tintin), Durnal, Les Awirs, Beez (secteur de la Jonction ou Pink Floyd), Sy (rocher du Banc), vous permettront de débiter en moulinette et sont bien adaptés pour les enfants. Contactez un des cercles ou moniteurs membres du CAB pour plus d'information.

LA SLACKLINE, VOUS CONNAISSEZ ?

Proche du funambulisme, cette discipline envahit de plus en plus les parcs et les espaces verts. L'ASBL Beslack, devenue club membre du CAB l'année passée, propose depuis 2008 des rencontres, des initiations et des démonstrations. Les moniteurs sont là pour vous encadrer et vous enseigner les techniques afin d'évoluer selon votre niveau : de la découverte aux cours de perfectionnement. Anthony Chang a découvert le slackline il y a deux ans au Zot day 2016 et nous raconte son expérience : « D'un côté, j'étais totalement fasciné et voulais à tout prix essayer, mais d'un autre, j'avais un peu l'impression que cette pratique était exclusive et inaccessible. Par la suite, je me suis rendu compte que j'avais eu tort, car un espace d'initiation avec de petites lignes était installé pour toute personne souhaitant essayer. J'ai immédiatement accroché et depuis, j'essaie d'en faire le plus possible, dans des parcs ou en falaise ».

Envie de tenter l'expérience ?

Contactez Florent Castagne par mail : info@slack.be.

Infos pratiques : www.beslack.be/animations.

La Transardennaise :

l'aventure à notre porte

Yann Verstraeten

L'envie profonde de m'extirper de mon quotidien citadin, de lever un nouveau défi sportif et surtout de vivre une aventure de plus avec de bons copains, voilà, ce qui m'a séduit lorsque mon ami Guillaume m'a proposé le printemps dernier de le rejoindre pour un nouveau défi pas comme les autres : la Transardennaise en courant.

Pas besoin de traverser notre continent pour rejoindre je ne sais quelle montagne ou petit bout de terre sauvage. Cette fois-ci, cela se passerait chez nous, dans nos belles Ardennes, que l'on traverserait de bout en bout en suivant l'itinéraire trentenaire qui allait bientôt devenir mythique à nos yeux.

Cette perspective m'enchantait d'autant plus que j'étais resté sur ma faim lorsque, le temps d'un week-end durant l'été 2014, j'avais entrepris une randonnée avec ma belle depuis Stavelot, qui ne donna finalement pas suite à la longue succession de week-ends « nature » espérés, résolue qu'elle était à m'attirer vers des horizons plus exotiques que les forêts et pâturages de notre plat pays.

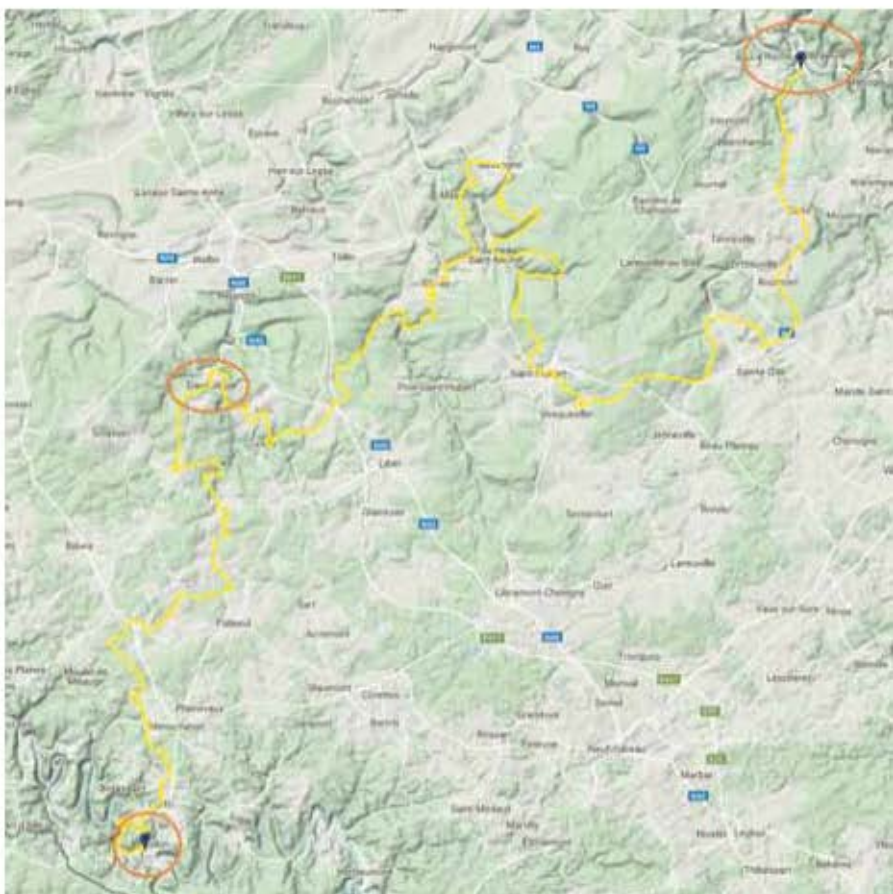
Paradoxalement, convaincre l'un ou l'autre copain de parcourir les 160 km reliant La Roche-en-Ardenne à Bouillon (ou une partie seulement) à la fin de l'automne a été chose aisée.

Nous sommes donc partis à trois, un jeudi soir de novembre après le boulot, vers notre destination de départ, espérant récupérer un peu de nos semaines de travail acharné par une première bonne nuit à l'hôtel.

Jour 1 : La Roche-Fourneau (65 km)

Nous savons tous les trois tacitement que le coup de froid et la pluie qu'on annonce pour les jours suivants vont probablement donner un peu de piquant à notre défi, et cela ne fait que nous emballer davantage. Que c'est bon de respirer l'air pur et de sentir la pluie frapper notre visage dès la sortie de l'hôtel ! L'aventure s'annonce de bon augure. Environ 60 km nous séparent du Fourneau-Saint-Michel – notre arrivée du soir –, et il est grand temps de quitter notre première bourgade pour nous diriger vers le sud. Après seulement 20 km de course, nous voilà déjà en train de dévorer notre casse-croûte dans une aubette de bus perdue à l'abri du vent et de la pluie.

Martin, le quatrième larron, qui a été retenu par quelques obligations professionnelles à Bruxelles, nous y rejoint et nous nous remettons en route sans plus attendre. Le point d'orgue de cette première journée est sans conteste la rencontre avec Denis Juseret, un homme jovial qui nous accoste alors que nous allons entamer



L'itinéraire de La Roche à Bouillon

la traversée du massif de Freÿr par le mauvais chemin. Denis Juseret se présente comme étant le fondateur de la Transardennaise. Grâce à lui, nous bifurquons vers le véritable itinéraire de la Grande Traversée des Ardennes (GTA) et quittons le GR ou autre circuit de VTT que nous



163.03 km

Distance



2808 m

Dénivelé

avons emprunté jusque-là, au grand dam de Guillaume qui se languissait de son *single track*.

Avec le soleil qui fait son apparition tardive, la traversée de la forêt de Saint-Hubert est enchantée, mais point de cerf sur notre route. Déjà 45 km au compteur à l'arrivée à Saint-Hubert, où nous devons nous ravitailler et nous arrêter un moment au chaud avant d'entamer à la frontale la quinzaine de kilomètres restants. L'auberge du Prévost au Fourneau-Saint-Michel nous réserve le plus merveilleux des accueils et c'est avec déjà quelques courbatures et quelques bières dans le gosier que nous sommes rejoints par nos dames qui nous conduisent à notre première escale.

Jour 2 : Fourneau-Deverdisse (55 km)

Après une bonne nuit et un copieux petit-déjeuner, nous sommes dropés au point d'arrivée de la veille, histoire de respecter notre itinéraire à la lettre. Nous comptons désormais une nouvelle recrue, Claire, dont la foulée légère vient rythmer la marche (oui, nous marchons dans les montées !) vers le sommet du massif, nous permettant de récupérer nos esprits de la veille et chauffer nos mollets en douceur – il fait 3 °C !

La journée de 50 km est ponctuée de nombreuses vallées : celle de la Masblette, que nous côtoyons jusque Masbourg, celle de la Lomme, et enfin, celle de la Lesse.

Après une pause « distinguée » à l'auberge d'Awenne où un « véritable » chocolat chaud nous est servi, nous filons de plus belle, tirés par notre sixième équipier, mon père Max, frais comme un gardon. Du haut de ses 63 ans, il a encore de beaux restes...

La moitié du parcours est atteinte, et nous sentons nos muscles s'engourdir au fur et à mesure des kilomètres, nous obligeant à ralentir le rythme.

Après Mirwart, nous nous engageons sans le savoir sur un sentier menant au cœur d'une chasse. Heureusement,



L'équipe au grand complet (de gauche à droite : Max, Guillaume, Claire, Yann, Martin, Pierre) - © Max Verstraeten



Les quatre larrons en pleine course

le jour tombe peu à peu, et la fin de la dernière battue annoncée, nous pouvons continuer notre route.

Tout comme la veille, nous sortons la frontale pour atteindre notre lieu de repos, Deverdisse. Un repas délicieux, préparé avec amour par Douchka, nous attend ainsi qu'un bon lit chaud dans lequel nous nous effondrons sans délai.

Jour 3 : Deverdisse-Bouillon (48 km)

La tempête qui gronde dehors et la pluie battant les velux annoncent une morne journée. Les appels au secours de nos tendons et articulations auraient pu nous convaincre d'arrêter l'aventure ici. Pourtant, vers 8 h 30, nous mettons le nez dehors en ayant pris soin de serrer nos K-Way jusqu'au cou.

Mes acolytes semblent, comme moi, éprouver un certain plaisir à défier les cieus et repousser les limites de nos corps déjà bien amortis par les deux jours de trail précédents.

Claire, qui souffre de maux de ventre, décide de nous quitter pour rejoindre la destination finale en stop.

Moi, je suis transi de froid avec ce goutte-à-goutte qui s'infiltre dans les anfractuosités de mes vêtements.

Nous décidons d'accélérer la cadence pour nous réchauffer. S'ensuit une longue marche silencieuse. Quand apercevrons-nous les contreforts de la vallée de la Semois ? Le château de Bouillon est-il déjà visible à l'horizon ? Nous tentons de rester groupés et de soutenir Pierre qui voudrait bien marcher sur ses mains plutôt que de continuer à malmener ses tibias.

La pluie redouble d'intensité et lessive nos dernières forces. Enfin, Bouillon apparaît dans le fond de la vallée. Quelle délivrance, après près de 165 km de course – ou « 200 km au moins » pour certains... Nous accélérons le pas vers le café où, triomphants, nous retrouvons Claire et notre chocolat chaud.

Merci à l'équipe des Transardennais pour votre grain de folie et ces moments partagés avec vous, à tous nos hôtes et coéquipiers pour leur accueil et coup de main. Merci aux belles Ardennes que nous nous devons de chérir et préserver et grâce auxquelles l'aventure à deux pas de chez nous est possible et merveilleuse.



Photos: Alpes juliennes ©Thibaut Debelle

En montagne

Si proche et si loin ...

Pour les belges que nous sommes, rejoindre la montagne, est déjà une aventure en soi.

Pour que la randonnée ne devienne pas un sport moteur, vous vous proposons une manière différente de vivre la montagne et le voyage : celui de l'itinérance au long cours. Celui de la déconnexion et de la reconnexion. En d'autres termes ... partir moins souvent mais plus longtemps !

Faire son sac, ouvrir la porte, et sauter dans un train, jusqu'à la première montagne ...





Niels, Geoffroy, Jephhan - Dolomites, juillet 2010 © Anne Versailles

12 PATTES ET 5 SACS À DOS, TRAVERSER LES ALPES EN FAMILLE

Jephhan De Schutter

L'idée a germé un jour dans la tête de maman : traverser les Alpes en famille, à quatre et avec la chienne. Traverser les Alpes en autonomie, sous tente et à pied. De col en col, de vallée en vallée.

De la mer Adriatique à la mer Méditerranée. De Trieste à Menton. Du 20 juin au 20 septembre.

Trois mois en montagne. Le pied !

Je n'avais pas un an quand j'ai pour la première fois senti les mélèzes, écouté le torrent et vu le soleil se coucher sur les sommets. J'en suis tombé amoureux. On a toujours randonnée. Avec un âne d'abord, pendant deux jours, puis cinq. En grandissant, nos jambes nous permettaient de faire plus, un peu plus loin, un peu plus lourd. Mais on rêvait de plus fou, de plus beau.

C'est maintenant ou jamais

Août 2009, nous étions en vacances dans le Queyras, en camping sauvage près de Fontgillarde. Ce soir-là, il y avait, à Moline, une famille qui présentait son voyage, son tour du monde à vélo. Ils étaient partis sur les routes d'Amérique du Sud et d'Asie, avec enfants et bagages. Les enfants étaient jeunes, plus jeunes que Niels et moi. Je pense que c'est ce récit qui a convaincu mes parents que nous étions assez grands pour un tel périple.

Ce qui est sûr, c'est qu'en rentrant de cette présentation, on avait des étoiles plein les yeux et des envies plein la tête. On a décidé alors qu'on partirait pour trois mois, l'été suivant.

Le grand départ, enfin !

Dix mois plus tard, on partait. Sacs à dos remplis, godasses serrées et des rêves de découvertes. On est parti à pied de la maison jusqu'au train. Le train nous a emmenés jusqu'à Trieste. Là on a trempé notre main dans la mer Adriatique... Main mouillée symbolique de notre périple visant à relier l'Adriatique à la mer Méditerranée par l'arc alpin.

Le lendemain, on reprenait le train jusque Podbrdo, en Slovénie, au pied du massif du Triglav. Niels et moi regardions par la fenêtre en laissant sortir nos têtes. Le vent nous décoiffait. Je me souviens combien ce moment était plaisant. Le petit train slovène serpentait dans les vallées vertes, entre les torrents et les tunnels creusés dans la roche des montagnes. Ce moment hors du temps fut pour moi l'élément déclencheur de l'aventure qui allait suivre. J'ai compris à ce moment-là que nous étions partis, et que chaque moment des trois prochains mois allait être un instant unique, une part d'existence magique, un espace d'expression de tout ce que j'avais au fond de moi. La première montée fut rude ! Les questions autour de l'inconnu prenaient l'énergie des jambes. Les parents n'y arriveraient jamais comme ça.



Niels et Jephah, la tête dans le vent – Slovénie, juin 2010 © Geoffroy De Schutter



La famille au complet (Niels, Geoffroy, Jephah, Anne, Ushka) – Alpes, été 2010 © Geoffroy De Schutter

Je me souviens du choix qui se dressait devant eux, comme une grande montagne abrupte qui cache le paysage: abandonner: ou accepter de rajeunir. Alors une fois que la tête a accepté de rajeunir, les jambes ont suivi.

Une fois la Slovénie derrière nous, on s'est attaqué aux Alpes carniques, à cheval sur l'Autriche et l'Italie. On serpentait d'un côté à l'autre de la frontière, et la différence entre les deux pays est flagrante. Le chocolat chaud est meilleur en Autriche.

L'inconnu nous a bercés, nous a grandis

Un soir de grosse drache, à quatre sous la tente, on sert des bols de bouillon chaud. Les bols traversent la tente jusqu'à moi, jusqu'à maman et enfin Niels attrape son bol. Trop chaud, le bol glisse. Le bouillon verse sur la cuisse de mon frère. Il hurle, se soucie d'abord du matelas de maman qu'il vient de mouiller. Puis se rassoit, sa cuisse rougit, des cloques apparaissent. Pendant plus d'une heure, on a passé des loques trempées dans l'eau d'une gourde sur sa brûlure, les loques devenaient brûlantes en moins d'une

minute, l'eau dans laquelle on trempait les loques devenait blanchâtre de pus. Parfois l'inconnu se manifeste d'une drôle de façon.

Il faut redescendre en vallée, chercher des médicaments pour sa cuisse. Redescendre en vallée, retrouver le monde, les bruits de voitures, le pas des gens pressés, l'agitation de ceux qui ne prennent pas le temps.

En moyenne, nous redescendons en vallée une fois par semaine. Pour refaire le plein de nourriture, nettoyer nos vêtements, prendre une douche chaude et une pizza. J'en ai horreur. Le brouhaha des talons qui claquent sur le béton, des voitures qui klaxonnent, des bips-bips aux caisses des supermarchés. Repartir, remonter au plus vite, je ne pense plus qu'à ça, retrouver mon quotidien au milieu des cols, au plus près des nuages, comme l'aigle royal. Si personne ne l'a jamais vu en ville, c'est qu'il doit il y avoir une raison. Bien que j'aime regarder les pigeons bruxellois, ceux-ci ont tout à envier de la splendeur de l'aigle ou du chocard. Comme les buildings envient le mont Viso. Comme ma ville jalouse mes montagnes. Dans le massif du Tabor, il y avait Benjamin. Benjamin est un berger.



Anne, Niels, Jephah et Ushka I – Alpes, été 2010 © Geoffroy De Schutter



Papa nous montre les nuages ! – Alpes, été 2010 © Anne Versailles

Nous avons planté les tentes à une centaine de mètres de sa cabane. Je rêvais d'être berger. Une fois les tentes montées, j'ai couru jusqu'à sa cabane, toqué fort, trois fois. Personne. J'en ai fait le tour, puis je suis parti en courant, remontant le versant éclairé par les derniers rayons du soleil. Je l'ai rejoint plus haut. Arrivé à sa hauteur, j'ai simplement dit : « Je rêve de devenir berger, je suis passionné par ce que tu fais, je peux ramener les moutons avec toi ? ». Benjamin a souri, étonné qu'un môme de treize ans s'intéresse à lui et à son quotidien. Il nous a invités à souper. On a discuté, on a ri, j'ai passé un moment magique. Comme un enfant qui réalise son rêve le plus cher, j'avais des étoiles pleines les yeux.

La montagne, définitivement mon école de vie

Après trois mois passés à arpenter cols et vallées, lacs et petits villages, est-ce que je suis encore un touriste ? Je n'aime pas ce mot. Je n'en suis pas un. Je n'en ai pas l'air en tout cas. Je suis un passager parcourant les Alpes, je suis un montagnard, je suis un enfant qui essaie de le rester, je suis un aventurier, un dompteur d'inconnu, je suis un berger d'étoiles, un marcheur, un vialpiniste.

Les touristes qu'on croise nous souhaitent bonne chance et bon courage. Est-ce que tu as besoin de courage ou de chance pour regarder ta télé, pour prendre ton bus ou pour travailler derrière ton ordi ? Alors pourquoi aurais-je besoin

de courage ou de chance pour regarder le paysage, pour parcourir les sentiers ou pour monter la tente ? À force, tout ça est devenu mon quotidien, ma vie, ma réalité.

"J'avais treize ans, il y a huit ans. Demain j'en ai 21. Trois mois sur 21 années, c'est 1/84e de mon existence". C'est fou comme une si petite part de vie a pu m'en apprendre tellement sur moi, sur la vie, sur ma vie. Les montagnes m'ont transmis la simplicité, la force tranquille. Les ruisseaux m'ont instruit la patience, le fait de se laisser porter par les remous en frappant sur les rochers, en les polissant. Les fleurs m'ont donné le goût de la beauté. Les levers de soleil m'ont rappelé que chaque jour est un nouveau jour, que chaque matin se lèvera plus beau uniquement si on l'a décidé. Benjamin m'a transmis le goût de la vie simple, il m'a montré que la richesse ne se lit pas dans l'épaisseur d'un portefeuille en croco, mais dans la paix et la sérénité qui existe entre nous et l'espace qui nous entoure.

Demain j'ai 21 ans, et aujourd'hui, quand je suis en Belgique, à Bruxelles, je ressens comme un manque, comme une part de moi partie au loin. Une fois en montagne, je revis, je renais. Puis Bruxelles me manque, c'est fou. Il faudrait la montagne à Bruxelles, ou non, surtout pas. Ça gâcherait tout.

Brel disait : « le plus difficile c'est de quitter Vilvoorde ». Quittez Vilvoorde, allez-y ! Quittez votre quotidien ! On en apprend tellement plus sur Vilvoorde une fois qu'on l'a quitté.



Autrement

A pieds, en stop, à cheval ...

Laissons-nous inspirer par les récits de ceux qui imaginent le voyage autrement.

Autrement, mais toujours dans le respect de l'environnement, dans la conscience de ses impacts et au plus proche de la nature, de sa nature.

Enfourchez sa monture et se laisser glisser vers d'autres horizons ...





Arnaud Dewez

Hike 'n paddle

Peut-on vraiment randonner assis ?

Au lieu de conquérir cols et sommets, que diriez-vous d'explorer vallées et rivières ? Pour cela, avec votre équipement de randonneur, vous embarquez à bord d'un canoë, ou d'un pack-raft. Assis donc. Explication...

Un peu d'histoire

Pas besoin de faire un gros effort d'imagination pour se projeter sur les traces des amérindiens qui parcouraient leurs immenses territoires à pied et en canoë. Copié à l'origine par les trappeurs, ce mode de déplacement a toujours gardé ses adeptes en Amérique du Nord. Depuis une vingtaine d'années, de nombreux fans de l'itinérance nature en Europe ont été conquis par cette association entre la marche et le parcours sur l'eau. Et la Wallonie se place dans les tout bons « spots » européens, avec ses 450 km de belles rivières navigables et son important réseau de sentiers !

Formule light ou full options ?

Pour l'association avec la randonnée, deux pratiques se dégagent (si on laisse de côté le kayak de mer, très spécifique) : le pack-raft et l'open canoë. Le pack-raft, c'est la formule light : une embarcation gonflable, personnelle, qui pèse de l'ordre de 4 kg avec pagaie, tient dans un sac à dos de 30 litres et peut embarquer plus de 20 kg de bagages. Né en Alaska, c'est un engin très

efficace et ludique, facile à piloter, qui permet de faire véritablement de la randonnée avec son bateau sur le dos. Les inconvénients ? D'abord, sur rivière calme ou en lac, il faut pagayer ferme pour avancer. Ensuite, difficile de le pratiquer sans se mouiller, l'idéal étant d'avoir une tenue d'eau et une tenue de rando. Prix de l'ordre de 700 à 1 200 euros.



A l'opposé, l'open canoë. Dois-je vraiment présenter cette embarcation ? Revoyez Pocahontas et relisez Jack London. En général pour deux, voire 3 personnes, c'est la « camionnette de la rivière », on s'y tient assis ou à genoux, sur des sièges, et on y reste globalement au sec. Le canoë vous emmène pour des aventures sur plusieurs jours en full options, grâce à sa capacité de chargement énorme (jusqu'à 400 kg !) et sa glisse incomparable sur l'eau. A réserver plutôt pour effectuer un parcours sur l'eau et randonner à partir du campement. Les inconvénients ? La taille et le poids à vide : plus de 4 mètres et 30 kg, quand même. Et puis, il faut piloter l'engin avec une pagaie simple : quelques leçons pour apprendre les manœuvres de base sont vivement recommandées. Prix de l'ordre de 1 000 à 3 000 euros.

Pour ne pas être trop manichéen, je dois aussi mentionner les variantes du style kayak mono- ou biplace, gonflable (pratique mais peu résistant), en plastique dur (indestructible mais lourd), voire pliable (très utilisé en Scandinavie). Il y a bien sûr moyen de se faire plaisir avec toutes ces embarcations : un achat se réfléchira en fonction du budget, du projet, du type de rivière, et de vos possibilités de transport.

Les bons plans de chez nous

Avant tout, un site à consulter : <http://kayak.environnement.wallonie.be>. C'est LE site officiel où vous trouverez les rivières ouvertes à la navigation, les aires d'embarquement et TOUS les topos à télécharger par tronçon. Les infos sont actualisées chaque jour, notamment pour les niveaux d'eau. Il y a aussi un paquet d'infos utiles sur l'équipement nécessaire, le code de comportement, la sécurité et une présentation des rivières wallonnes pour vous aider à choisir votre parcours.

Pour votre balade, si vous n'avez pas d'embarcation, il faudra se tourner vers un loueur de kayak/canoë. Pour cela, 5 rivières très faciles offrent des beaux enchaînements rando à pied / rando sur l'eau : Semois, Ourthe, Lesse, Viroin et Amblève. Pour une initiation, le lac de Nisramont est un must !

Si vous avez votre embarcation, alors là ... ! En période ouverte à la navigation (1/10-15/3), l'Ourthe occidentale, la Lesse à Daverdisse, la Houille, la Sûre, la Vierre... Attention, sur ces parcours somptueux, on est nettement plus dans le « wild » et les recommandations de sécurité sont à mettre en parallèle avec nos vieux réflexes montagnards (ne pas partir seul, préparer l'itinéraire, être équipé, etc.).

Une dernière chose : sur l'eau, on se déplace à peu près à la même vitesse qu'à pied, de l'ordre de 5 km/h, parfois plus vite (7-8 km/h) quand le niveau d'eau est haut et que la technique suit, parfois bien plus lentement (3 km/h) s'il y a des échouages, des obstacles...

Quelques rappels typiquement wallons

- Feux interdits en forêt (et à moins de 100 m d'un bois)
- Camping sauvage et bivouac interdits
- Accès à la rivière autorisé UNIQUEMENT sur les aires officielles (voir site web et panneaux)
- Périodes, horaires et niveaux d'eau à respecter
- Et bien sûr, pêche et chasse soumises à permis

Topo express : une semaine dans la Semois

Entre Chiny et Bouillon, via Herbeumont et Chassepierre. Accessible à tous sans expérience particulière de navigation. Location d'embarcations chez Kayaks Le Batifol à Chiny, par exemple.

Déplacement	Départ	Arrivée	Distance	Durée
À pied	Bouillon pont de France	Auby (camping Le Maka)	15 km	4 h
À pied	Le Maka	Sainte-Cécile (camping)	19 km	5 h
À pied	Sainte Cécile	Chiny (camping Le Canada)	16 km	4 h
En canoë	Chiny	Sainte-Cécile (camping)	27 km	5 h
En canoë	Sainte-Cécile	Cugnon (camping St Remacle)	24 km	5 h
En canoë	Cugnon	Bouillon	28 km	6 h

NB : en cas de niveau d'eau faible, je conseille d'étaler les 2 derniers jours en 3, p.ex. Sainte-Cécile – Herbeumont – Le Maka – Bouillon.

Ressources web

- <http://kayak.environnement.wallonie.be>
- <http://www.ffck.org> et <http://www.adepts.be>
- <http://www.packandraft.be>
- <http://www.kayaklebatifol.be>

AU PAS DES SOLIPÈDES : VOYAGE EN SOLITAIRE AVEC UN CHEVAL ET UNE MULE EN AUTONOMIE À TRAVERS LA FRANCE

Elsa Gautherot



Nous voilà fin 2018, et j'ai réalisé mon rêve de voyager avec mon cheval et ma mule. Je suis partie trois mois de mars à mai et deux mois en septembre et en octobre, au cours desquels j'ai rallié Montpellier depuis Dijon et parcouru une boucle dans le Jura, les Vosges et le nord de la Bourgogne.

Partir plusieurs mois toute seule ? À cheval ?! Quelle idée...

L'idée peut paraître folle dans un premier temps. Elle a germé grâce à mes parents : ma maman m'a donné la passion des chevaux et mon papa, celle du voyage. Ensemble, ils m'ont appris à aimer les espaces naturels et à être respectueuse de ce qui m'entoure. Mon envie d'aventure a fait le reste et m'a poussée à préparer et à réaliser ce voyage.

Les équipiers

Je suis partie avec Ufa, une grande mule, et Kany, un petit cheval. Kany a beaucoup d'expérience dans la randonnée, et les entraînements ont révélé qu'il excellait dans le rôle de cheval de bât. Ufa, quant à elle, est très prudente, et je peux me fier à son jugement dans les passages difficiles : c'est donc elle que j'ai choisi de monter. Tous les deux sont très braves et rustiques.

Quel rythme pour ce voyage ?

Cinq ou six km/h, c'est lent. Ce qui est parfait pour prendre le temps de vivre, voir, écouter, rencontrer... J'ai beaucoup marché aussi. Toutes les heures environ, je descendais d'Ufa pour me dégourdir les jambes sur quelques kilomètres. Cette technique, en plus de la soulager, me permettait de faire des bonnes étapes de 25-30 km sans arriver fatiguée le soir et ainsi d'être capable d'assurer toutes les tâches du bivouac. « Qui veut aller loin ménage sa monture » !

A-t-on le temps de s'ennuyer ? Le soir par exemple ?

Non, pas vraiment ! Le soir, il y a beaucoup de choses à faire : trouver un coin d'herbe pour la nuit, s'occuper des chevaux, monter le bivouac, se laver, faire des lessives, faire à manger, regarder la carte et l'itinéraire pour le lendemain pour l'ajuster si besoin, etc.

Je prenais aussi le temps d'écrire dans mon carnet de route : j'ai beaucoup aimé ces moments où, adossée aux caisses de bât, je prenais conscience de la beauté de mon aventure.

“ Une fois au chaud dans le duvet, je me laissais bercer par les « skrunch skrunch » des chevaux qui mangeaient autour de la tente et je m'endormais rapidement après cette journée bien remplie. ”

À toutes ces tâches s'ajoutent l'entretien et la réparation du matériel et la gestion des rencontres : discuter avec les promeneurs, les passants ou les voisins du jour, satisfaire leur curiosité et répondre toujours aux mêmes questions et remarques : « vous êtes partie toute seule ?! » ; « mais vous n'avez pas peur ? » ; « eh ben ! Vous êtes courageuse ! ».

La plus grosse difficulté rencontrée ?

En avril, Kany a attrapé la piroplasmose : j'ai eu très peur, car cette maladie, véhiculée par les tiques, peut être mortelle pour les chevaux. Nous avons dû nous arrêter quatre jours pour qu'il s'en remette, après deux interventions d'un vétérinaire à 48 heures d'intervalle. Le traitement est lourd, mais a été efficace puisque Kany s'est vite rétabli et nous avons pu continuer notre route sans soucis.

Hormis les magnifiques paysages que j'ai rencontrés et le bonheur que j'ai partagé avec mes compagnons de route, la plus belle richesse de ce voyage a été sans aucun doute les rencontres que j'ai faites. J'ai été très souvent (pour ne pas dire systématiquement) invitée à dîner, à prendre une douche ou tout simplement à partager un moment de convivialité. Parfois même, on me proposait un lit ou un coin au sec qui m'évitait de monter ma tente. Il faut dire aussi qu'une fille seule avec deux grosses bêtes bien chargées attirent le regard et la sympathie ! J'ai découvert que les rencontres éphémères de ce type sont très riches : les personnes n'hésitent pas à se livrer et à profiter pleinement de ces moments parce qu'ils savent que la relation ne va pas durer. J'ai adoré répandre un peu de joie sur mon passage et voir les regards s'éclairer en voyant ma petite troupe. Si c'était à refaire, je recommencerais sans hésiter !

Aujourd'hui, Kany, Ufa et moi-même avons retrouvé un rythme sédentaire, mais une chose est sûre : on rêve tous du moment où nous repartirons !



La neige est parfois encore présente mi-avril



Bain de pieds à l'étang de Barrandon, Lozère

On a testé pour vous :

la « rando-stop »

Marie Pierret

L'idée n'est pas de vous raconter nos vacances, mais de partager une manière de voyager qui a tendance à se perdre. Alors, il est vrai, que cela peut être dangereux (comme toujours lorsqu'il s'agit d'aventure), mais nous avons décidé de faire confiance aux autres et nous n'avons jamais été déçus... Cela crée des liens et en plus, le « covoiturage », c'est bon pour l'environnement !

En quelques lignes, voici notre hommage au « stop »...

N.B. Vous trouverez quelques consignes de sécurité à respecter pour limiter les dangers et une foule de trucs et astuces sur hthitchwiki.org (projet collaboratif de création d'un guide libre et gratuit pour et par les auto-stoppeurs).

Vincent Riffart

Août 2014, dix jours de congé, pas beaucoup d'argent à dépenser et une grosse envie de partir à l'aventure !

Bien qu'on ne sache encore ni où on va, ni comment y aller, on a déjà une idée claire : mettre à contribution nos gambettes.

L'idée, c'est que l'aventure commence dès le pas de la porte ; à l'instant où on posera le pied dehors, nous serons déjà sous le ciel des vacances.

Indirectement (ou pas), cette manière de prendre du bon temps aura un impact réduit sur l'environnement (et nos portefeuilles) par rapport à la manière, dite classique, de concevoir des vacances.

C'est bien beau tout ça, mais on n'est pas encore très loin. Décision prise : va pour une petite boucle en vélo au départ de Namur, en passant par Bouillon et Liège. On trouve donc un vélo et des sacoches à prêter, on équipe le vélo de Marie, et, chose assez exceptionnelle pour être signalée, nous voilà prêts plusieurs jours avant le départ qui est fixé au 18 novembre... Pardon, je veux dire 18 août, je confonds à cause de la météo.

La veille du départ :

- « Fait froid hein ? »
- « Ben oui »
- « On annonce du meilleur temps cette semaine ? »...
- « Qu'est-ce qu'on fait ? »
- « On va au soleil ? »
- « OK ! »

Du coup, nous voilà pas prêts du tout la veille du départ. On vide les sacoches des vélos, on remplit les sacs à dos et direction les gorges du Verdon, mais pas en vélo, on y va à pied ou presque. On utilisera pour s'y rendre une autre partie du corps très utile pour se déplacer : le pouce.

Lundi 18 août au matin, on est sur la bretelle d'entrée de l'E411 à Bouge, à la pêche à la voiture. D'entrée de jeu, on prend un beau poisson, un trajet direct jusqu'au Luxembourg. Ensuite, excepté une petite galère à Lyon, qui soit dit en passant, révélera encore une fois la générosité de deux personnes qui ont pris de leur temps pour

nous venir en aide, tout se passe bien et on arrive le lendemain vers 6 h du matin dans les environs de Cannes.

Là, on décide de se reposer un peu et on choisit le confort d'une entrée de fast-food encore fermé à cette heure comme gîte improvisé. On dort donc une bonne heure avant de se faire réveiller par la personne chargée de nettoyer le parking et ladite entrée. L'endroit où on se trouve n'est pas idéal pour faire du stop et, après une petite discussion, on est d'accord qu'il faut aller en ville pour prendre le bus jusqu'à Grasse où on reprendra le stop. On embarque d'abord dans la voiture d'une dame qui a une voix à faire de la radio, douce et sensuelle, l'écouter parler dans cet état de fatigue nous plonge dans un gigantesque coussin d'ouate, on voudrait que ça ne s'arrête pas, mais, malheureusement, elle ne va pas jusque Castellane et elle nous dépose à mi-chemin. Le prochain *lift* arrive très vite, on monte dans une petite Peugeot conduite par une autre dame qui n'a pas le don de son prédécesseur et qui parle, qui parle, qui parle... Et qui nous raconte que la route sur laquelle nous roulons s'appelle la « Route Napoléon » en référence à Napoléon qui a débarqué sur la Côte d'Azur en même temps que le débarquement de Normandie... Petit échange de regards via le rétroviseur avec Marie qui est assise derrière, ne pas laisser monter le fou rire qui nous chatouille le ventre... Elle nous dépose enfin à Castellane, ça y est, nous sommes arrivés au point de départ de notre randonnée. On célèbre ça avec un ou deux Picon bière en terrasse, puis on glane en vitesse quelques infos sur les gorges du Verdon à l'office du tourisme. Après avoir fait des provisions, on décide de s'éloigner un peu de l'agitation de cette petite ville touristique pour aller passer la nuit près du lac de Castillon dans un superbe petit camping à la ferme hyper nature, tout à fait ce dont nous avons envie. On plante notre tente, on mange, on profite du décor et on se couche tôt. On n'a dormi qu'une heure depuis notre départ la veille et nous avons besoin de récupérer des forces pour commencer notre marche vers Moustier-Sainte-Marie demain matin. Après une bonne nuit de sommeil, départ de la première étape pour Rougon. Il fait très beau et pas trop chaud, les conditions sont idéales pour marcher et elles le resteront toutes les vacances. On a pris la bonne décision en venant ici, il paraît qu'en Belgique on a dû rallumer le chauffage !

Pour la suite de notre rando, on s'engage dans le sentier Martel après avoir passé la nuit à Rougon. Les gorges sont magnifiques, on en prend plein la vue et plein les mollets, la remontée vers le chalet de la Maline est assez physique et le poids de nos sacs se fait sentir. Le lendemain, on marche jusqu'à La Palud-sur-Verdon, d'où nous pouvons apercevoir le sommet du mont Chiran, qui sera notre prochaine étape. Là-bas, il y a un ancien observatoire du CNRS et nous nous sommes inscrits à une soirée d'observation astronomique. Pour s'y rendre, on fait du stop sur les petites routes de montagne et un couple de vieux vadrouilleurs allemands qui va là où le vent les pousse nous fait monter dans leur camionnette (très bien) aménagée : notre destination devient la leur... Ils nous déposent aux Chauvets, là où le sentier d'ascension vers le Chiran commence. On se déleste au maximum et on laisse tout ce dont on n'aura pas besoin dans un refuge équestre. La montée n'est pas très difficile et offre à notre vue de somptueux paysages alpins. Le soir, nous sommes invités à partager le repas avec un groupe qui est aussi venu pour l'observatoire. La soirée astronomie qui se prolongera jusqu'au milieu de la nuit pour les plus intéressés est tout simplement magique. On regarde à travers un petit œilleton, comme par la serrure d'une porte qui cache quelques secrets, et on s'élève au-delà de tous les sommets de la terre. Notre esprit vole très haut dans les étoiles et les questions fusent : physique, philosophie, religion... Tout y passe, on se sent tout petit. Notre



tente plantée sur ce petit téton s'étirant vers l'univers sans fond nous attend pour accueillir nos rêves étoilés. Le lendemain, pendant la descente, nous croisons nos deux amis allemands. Hier, ils ont décidé de monter eux aussi au sommet. On est vraiment, véritablement, contents de se revoir quoiqu'on ne se connaisse pas. Je pense que me mettre dans cette situation, hors du confort, où on a besoin de l'aide de ses semblables, agit comme un catalyseur sur les relations humaines et permet de vivre des échanges vrais. Ce n'est évidemment pas le cas à chaque rencontre, mais, en tout cas, j'en ai fait chaque fois que j'ai voyagé de cette manière et ces moments restent gravés aussi fortement que les paysages dans la mémoire. Ce début de journée nous donne donc beaucoup d'énergie et nous en aurons besoin, car la journée de marche jusqu'à Moustiers-Sainte-Marie va être très longue. Quand nous arrivons dans cette petite ville, le retour à la civilisation est assez brutal. Après quelques jours de relative solitude sur les petits chemins qui nous ont conduits ici, se retrouver au milieu de la foule ne nous enchante guère. Encore une fois, nous trouvons refuge dans un petit camping reculé, très reculé. Il nous faut encore marcher une bonne heure avant de l'atteindre, nous sommes à environ 2 km du lac Sainte-Croix, où nous irons demain. On ne fera qu'y passer, trop de monde, on préférera monter jusqu'à Aiguines dans un petit camping pour se reposer.

Deux jours de repos plus tard, il est temps de reprendre la route vers la Belgique. Le retour sera très facile, on commence à faire du stop vers 9 h du matin à Aiguines, et 5 voitures et 1 taxi plus tard, on se couche dans notre lit à Namur, il est 1 h du matin.

On a testé pour vous la « rando stop », et franchement, c'est top !

Au compteur :
 Aller : +/- 1 200 km – 9 voitures – 1 bus – +/- 24 h
 Coût : 2 tickets de bus et quelques cafés offerts aux chauffeurs
 Rando : +/- 100 km
 Retour : +/- 1 000 km – 5 voitures – 1 taxi – +/- 16 h
 Coût : 10 € de taxi et les cafés



Le Club Alpin s'engage, et vous ?

La pratique de nos sports, dans un environnement naturel ou construit, a un impact direct sur l'environnement et la biodiversité. Un engagement éthique fort et concret dans une démarche de développement durable est donc au cœur de nos préoccupations. Notre volonté est de faciliter des pratiques sportives durables pour limiter cet impact pour servir la résilience de la nature.

Ainsi, le volet "gestion de nos rochers" fait l'objet d'une collaboration étroite avec les autorités locales (DNF) et respect strictement les directives environnementales (Natura 2000). Dans ce cadre, nous faisons preuve d'une gestion proactive pour préserver au mieux la biodiversité et la mettre en évidence.

En mai 2014, une grande enquête environnementale sollicitait nos adhérents (pratiquants et moniteurs sportifs) pour faire le point sur la direction à prendre. Le succès de cette enquête (475 réponses obtenues) a conforté notre volonté d'engagement et s'est matérialisée en juin 2014 par le vote du Conseil d'Administration sur le principe d'intégrer dès que possible les préoccupations de développement durable dans les réflexions de la Commission « Avenir ».

Aujourd'hui, cet engagement se traduit à travers nos missions et un premier geste fort est posé par la rédaction d'une " charte pour la biodiversité" signée le 22 mai 2015 par le Ministre en charge de la Nature et des Forêts et le président du CAB, Didier Marchal.

Mais l'éthique environnementale, c'est l'affaire de tous ! Notre pratique a des conséquences sur l'environnement, ne serait-ce que par les aspects de mobilité ...

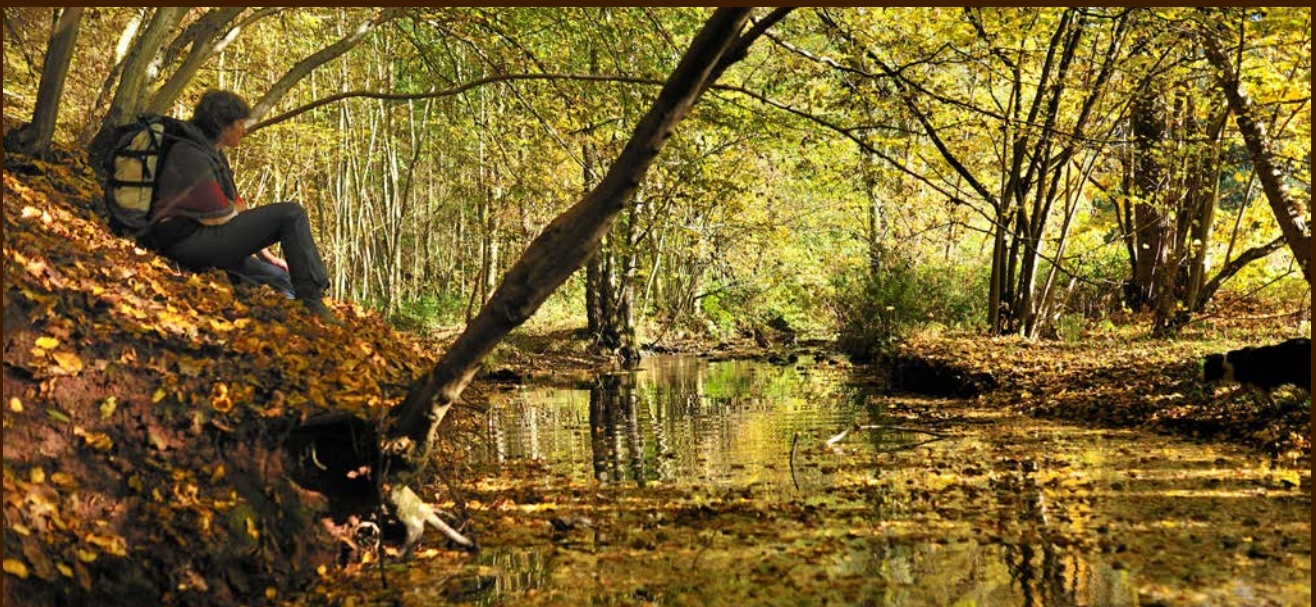
Vous souhaitez en savoir plus ?

Le Club Alpin Belge vous invite à "Comprendre les enjeux" et adapter votre pratique via "Les solutions", deux dossiers à télécharger sur clubalpin.be/developpement_durable

Alors, bon voyage vers la transition écologique !

« Puisque le monde globalisé veut nous soumettre aux joies du supermarché et nous ligoter dans le corset des régulations, choisissons l'Aventure ! »

Sylvain Tesson, *l'Aventure pour quoi faire ?*





*"Tu n'as été
vraiment que là
où tu es allé à
pied"*

J.W. von Goethe



**CLUB
ALPIN
BELGE**

Fédération francophone
d'escalade, d'alpinisme
et de randonnée.

Fournisseur officiel de sensations authentiques
depuis 1883.

www.clubalpin.be

