

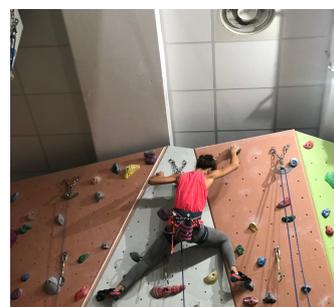
# Newsletter CAM novembre 2022



Nous voici de retour avec cette newsletter mensuelle du Club Alpin Monégasque dédiée au partage avec des dernières informations, des sorties à venir ainsi que plusieurs découvertes autour de la montagne. N'hésite-pas à faire part de tes retours pour nous aider à progresser 😊 ! De notre côté, nous aimerions en savoir plus sur tes attentes concernant les randonnées. Rendez-vous rubrique rando 😊 !

## Actualités et infos escalade

La salle d'escalade a rouvert ses portes à l'issue de l'été. Chaque session fait **salle comble** ! Mais connais-tu bien la salle ? Nous te la présentons en quelques chiffres-clés.





La salle compte 17 relais. Il y a actuellement 59 voies d'une hauteur de 7,5 mètres. Certaines vont être refaites très prochainement.



Retrouve-nous les lundi et jeudi, de 19h à 22h. A partir de 20h30, il y a moins de monde 😊

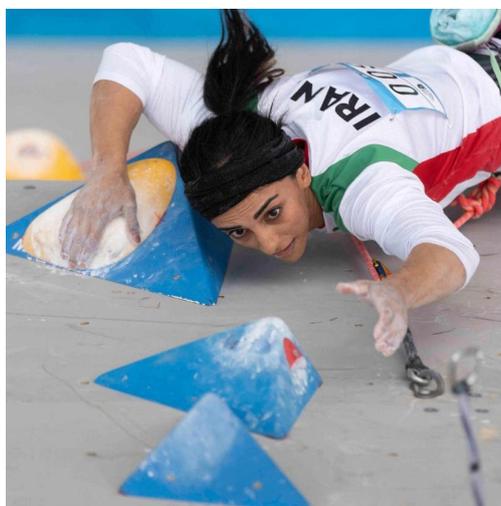


Les voies vont du 4 au 7b avec à date :

- 4 voies dans le 4
- 17 dans le 5
- 32 dans le 6
- 6 dans le 7



Des chiffres-clés mais aussi des moments festifs comme à **Halloween** 🎃 🧛



## Championnats d'Asie d'escalade

Un grand **bravo** à toutes les **grimpeuses** et tous les **grimpeurs** ayant concouru aux Championnats d'Asie d'escalade du 10 au 16 octobre 🏆. Magnifiques performances ! Pour voir ou revoir les épreuves, c'est [par ici](#).

# Actualités et infos randonnée

## 1 et 2 octobre - Valasco



Magnifique randonnée aux couleurs d'automne au départ du Col de Salèse vers le Refuge Valasco, en passant par le Col et la Cime de Frémamorte et le Lac Nègre. Ambiance au top, nourriture et vin italien délicieux comme toujours :)



## 16 octobre - Lacs de Prals

Mario nous a fait découvrir les Lacs de Prals, aussi appelés les "Cinq Lacs" et a permis de nous faire découvrir les lacs et paysages magnifiques, la flore automnale et les animaux de sortie. Superbe !



## 23 octobre - Baisse de Peïra Cava

Thierry nous a emmené admirer les paysages de la baisse de Peïra Cava, au-dessus de Moulinet. Nous avons vu une grotte, une biche et pu admirer les vives couleurs d'automne. Un rituel d'automne s'installe avec cette randonnée plébiscitée chaque année 😊🍂.

Toutes les photos sont disponibles sur la Page Facebook 😊.

## Agenda



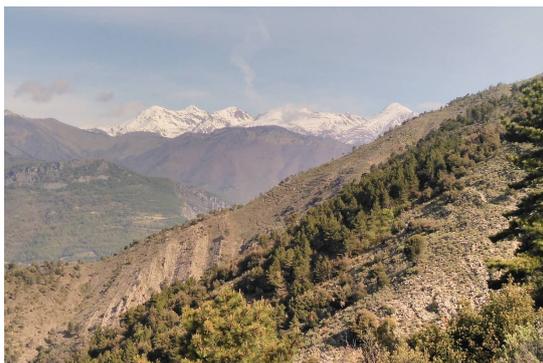
### 06 novembre Castel Tournou

Au départ de la vallée de la Pia après Tende, Christophe et Thierry t'emmènent découvrir les paysages superbes présentés dans "[Echappées belles](#)".

Distance : 10 km

Dénivelé : +/- 650 m

Crédit photo : Visorando



### 20 novembre La Roche Fourquin

Viens découvrir la Roche Fourquin, belvédère naturel sur la vallée de la Roya et sur la Riviera Italienne avec Thierry.

Distance : 10 km

Dénivelé : +/- 820 m

Crédit photo : grassemat info

Pour t'inscrire, rendez-vous [ici](#) 😊

## Dis-nous en plus sur tes attentes rando



Nous aimerions **en savoir plus sur tes envies** en matière de randonnée : niveau, jour de prédilection, sorties thématiques, sorties communes escalade / rando...

Dis-nous en plus sur tes attentes grâce au [sondage anonyme ici](#), jusqu'au **17 décembre** 😊.

## L'interview du mois

Thierry, initiateur rando 😊

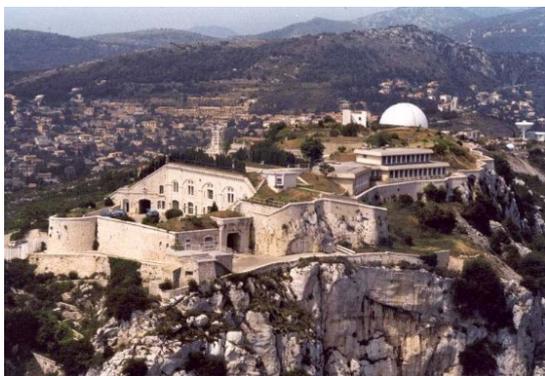


Puisque nous avons parlé de Thierry, nous t'invitons à en savoir plus sur lui via sa petite [interview à découvrir ici](#). Chaque mois un bénévole sera mis à l'honneur afin de te permettre de mieux nous connaître.

Le petit + de Thierry ? Les **gâteaux** qu'il fait à chaque randonnée, et son nouveau **Brevet Fédéral d'Initiateur Montagne** à fêter ❤️

## Le savais-tu ?

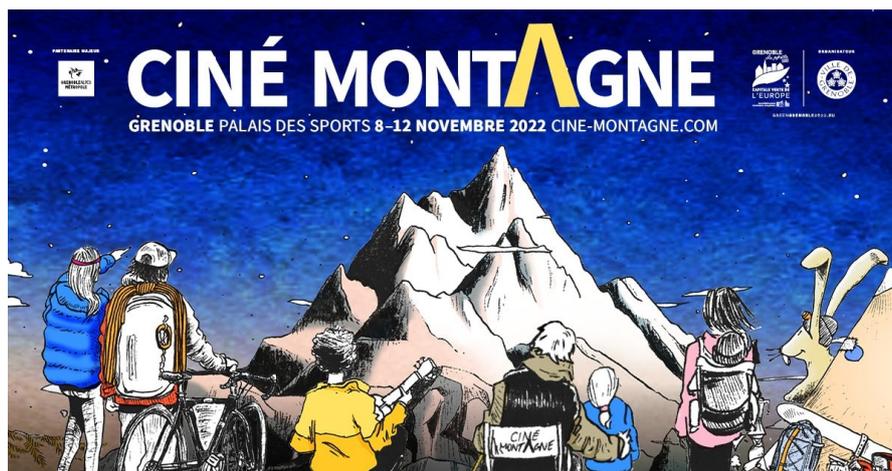
Orange Lab La Turbie



Le radôme de Fort Masséna au diamètre de 15 mètres et volume de 1150m<sup>3</sup> était une base de mesure d'Orange Labs (entre autres). Le site de la Tête de chien présente en effet des caractéristiques uniques en matière de propagation avec cette vallée de 300 mètres de profondeur sans obstacle.

(Crédit photo : Eurecom)

## La minute culture



### Festival de films

La 24ème édition des **Rencontres Ciné Montagne** aura lieu à Grenoble du 8 au 12 novembre. Entre **films** d'alpinisme, de trail ou de projets de vie, **conférences**, **rencontres** montagnes et sciences, après-midi famille, expositions **et apér'hauts**, le programme est varié. De quoi se donner des idées de soirées films avec l'automne qui est arrivé 😊.

Pour en savoir plus, c'est par [ici](#). © Ciné Montagne

## Merci à vous



@club\_alpin\_monegasque

Vous êtes 62 à avoir rejoint notre tout **nouveau compte Instagram**. Merci à vous ! N'hésite-pas à t'abonner 😊

