



Capexpe.org

Carnet d'Expés
2017

**Un rêve mis en musique,
un élan qu'on suit jusqu'au bout**

Carnet d'Expés 2017



Une aventure sans partage n'est pas une aventure complète !

Rêver d'une aventure c'est chouette. La vivre c'est mieux, mais en sortir grandi c'est encore mieux.
Cap Expé est la communauté des aventurières et aventuriers qui cherchent à aller au bout de ces trois étapes.

Notre site capexpe.org regorge d'idées d'expés en tous genres et les membres sont tout sauf avarés en conseils, encouragements ou même prêts de matériel. Plutôt que d'acheter une aventure, créons-la nous-même et vivons-la à fond.

Au retour commence alors la nécessaire étape de maturation et de partage. Pour soi d'abord, il faut prendre le temps de digérer l'aventure. Qu'ai-je vécu de fort ? Comment cette Expé m'a-t-elle transformé ? Qu'est-ce qui est plus ou moins important ? Vient ensuite la joie du partage : dans ce que j'ai perçu comme important pour moi, qu'ai-je envie de partager avec la communauté ?

Ce partage nécessite une maturation mais aussi des choix et un travail d'écriture plurielle (textes, dessins, photos, vidéos, ...). Plutôt que de replonger directement dans ce quotidien souvent écrasant, pourquoi ne pas devenir des acteurs de changements en partageant le vécu profond de nos aventures ?

Bonnes Expés partagées sur capexpe.org ou ailleurs.

Dom



Partir à la découverte des Balkans durant un mois en vélo et traverser sept pays des Balkans, tous situés sur la route des migrants provenant de Turquie. Dans la région se côtoient trois communautés religieuses (Orthodoxes, Catholique et Musulmane) et une multitude de minorités ethniques.

L'objectif du voyage était de s'insérer dans les communautés locales et d'avoir un maximum d'échanges avec les habitants des différents pays traversés. L'idée est d'essayer de comprendre la vie quotidienne et les défis rencontrés par les personnes que nous croiserons. L'objectif de ce voyage ne sera donc pas l'exploit sportif, mais l'interaction avec les habitants locaux pour ensuite réaliser un court-métrage afin d'encourager notre entourage étudiant à sortir des préjugés. (Rodolphe)







Le rocher est excellent et la grimpe top ! Un vrai régal ! Pierre arrive au relais de la cinquième longueur et c'est là que je l'entends crier REVERSO suivit de MERDEUHH, je comprends assez vite que le Réverso de Pieter a décidé de se faire la malle pour vivre libre sur la tête de la Maye, ici à la Bérarde dans les Ecrins. Dans ce genre de moment, le demi cabestan devient ton meilleur ami ! Un peu plus tard, c'est moi qui ferai tomber la bouteille d'eau de Pierre... (Nicolas)







Malgré les petites difficultés, dont chutes ou pertes de contrôle, nous considérons le test comme un succès :

- la conduite de la Pulka est « plus ou moins » maîtrisée;
- Pierrick maîtrise le chasse neige;
- Antoine a appris à chuter à de multiples reprises sans se faire trop mal;
- et Dona a dû apprendre à éviter la Pulka de Jonas lors de ses premiers schuss...

C'était magnifique, enfin on voyait la vraie Laponie. (Dona)









Très vite, l'isolement impose cette vigilance renouvelée qui dirige notre l'attention au delà de notre propre pas vers celui de l'autre, dont nous dépendons aussi et notre regard s'agrandit. Nous ne regardons plus le paysage de l'extérieur comme on contemple une photo, nous devenons ensemble ce paysage. Le plus curieux c'est que ce regard élargi perdure aussi sous la yourte lorsque, le soir, l'un verse du thé à l'autre, sert les spaghettis ou fait la vaisselle dans la neige. Même le ton de la voix change, devient plus attentif, respectueux. (Dom)







Tout au fond du Valgo il y a le Sirac, et au pied il y a Vallonpierre.
C'est là qu'avec Dom nous avons posé notre bivouac pour goûter au Rocher du Banc des Aiguilles.
Deux voies TD+ de 300m, deux voies pour vivre le lieu sur le rocher, en montagne, avec juste ce qu'il faut d'ambiance pour être ailleurs, tout en profitant de la perspective du vallon habité de ses troupeaux de moutons.
Deux voies pour reformer une cordée qui fonctionne, ... simplement, en silence. (Seb)



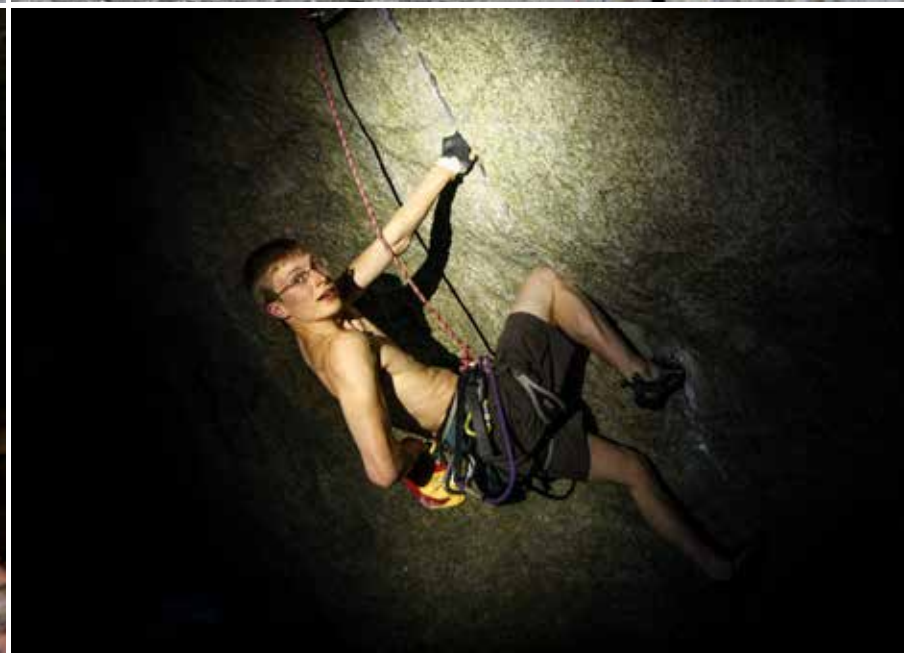






Les Flolopapy's sont de retour ! Florian, Loïc, Pablo et Pierre sont plus motivés que jamais pour découvrir plus en profondeur toutes les facettes de l'escalade. Cette fois c'est dans les fissures que l'on va se mettre. (Loïc)





Première nuit pour nous dans une portaledge !
 Probablement une des plus belles soirées de notre vie, assis à 150 mètres de haut, en train de manger un bout de chocolat dans notre sac de couchage tout en regardant les étoiles apparaître... (Loïc)



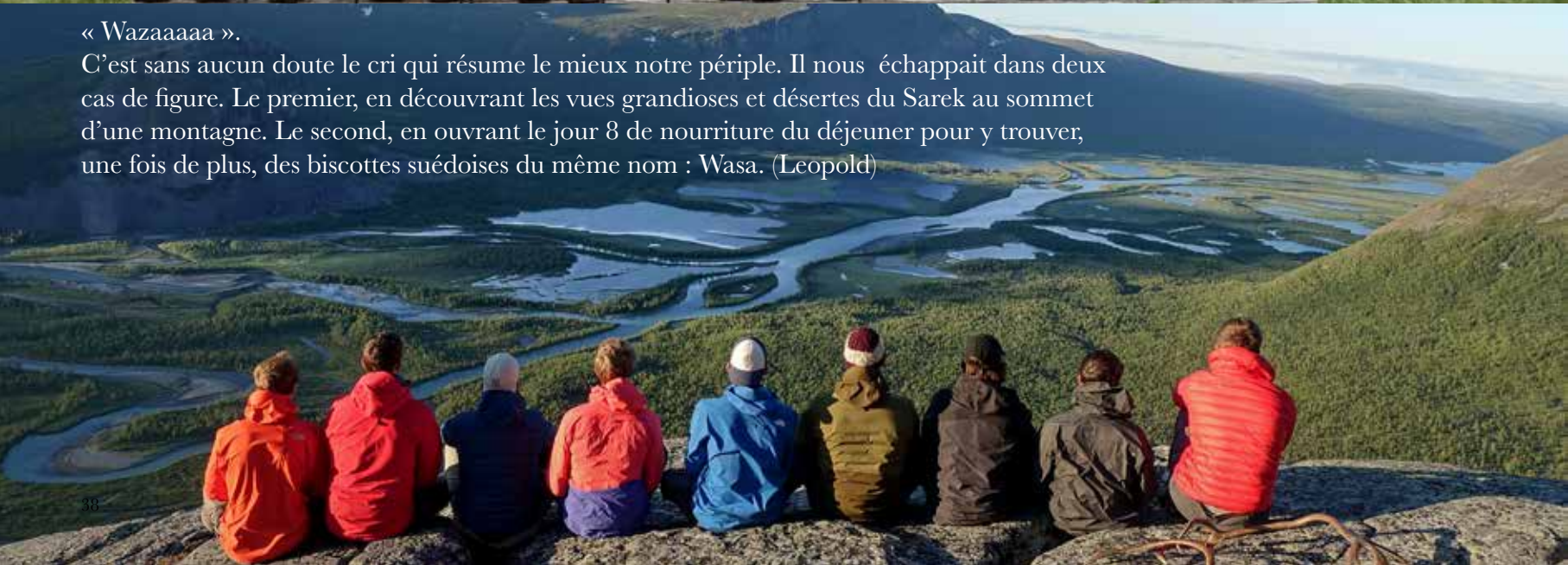


C'est quand on se retrouve, à la fin d'une expé
pour déguster un brochet fraîchement pêché et
cuit au barbecue que toute l'émotion remonte.
C'est à ce moment précis que tous les yeux brillent et
que les mercis résonnent haut les coeurs.
C'est ce genre de moments que nous sommes venus chercher.
(Greg)





« Wazaaaaa ».
C'est sans aucun doute le cri qui résume le mieux notre périple. Il nous échappait dans deux cas de figure. Le premier, en découvrant les vues grandioses et désertes du Sarek au sommet d'une montagne. Le second, en ouvrant le jour 8 de nourriture du déjeuner pour y trouver, une fois de plus, des biscottes suédoises du même nom : Wasa. (Leopold)





Même si chacun est différent, plusieurs valeurs nous rassemblent telles que la prise d'indépendance et de responsabilités, la persévérance, l'envie de toujours découvrir de nouvelles choses, de repousser nos limites, de vivre de nouvelles expériences, ... (Juan)



L'Irlande fut pour nous une découverte et un plaisir immense pour les sens.
Nous espérons que notre Expé donnera aussi à d'autres
l'envie de tenter l'aventure ! (Imbaud)



Dans un groupe, c'est le groupe qui donne le tempo. C'est pas le guide qui fixe le tempo. (Mathieu)



Clément, Roman, Jonathan et moi rêvions depuis quelques temps d'aller faire une rando de 4-5 jours quelque part, pas trop loin. Et puis un jour on a réussi à trouver l'itinéraire parfait et les dates parfaites. (Simon)

C'est une première expérience de longue marche, qu'on a organisée entre amis, qu'on a faite ensemble. (Roman)

Tchop Tchop sinon on arrivera jamais avant la tombée de la nuit. (Simon).



Après de longues discussions, nous optons pour l'ascension de nuit
mais en nous octroyant un petit somme au préalable dans nos tentes !
Nous allons donc pouvoir véritablement tester notre matos avec une nuit à -10 °C.
Réveil à 3h30. (Quentin)





Juste avant de quitter le *East Block*, un gros orage nous rattrape. Le lendemain, nous apprendrons qu'il a embrasé une partie du parc naturel. (Thibault)



Expé musicale !

Crédits photographiques :

- Sébatien Megnin : p. 1, 27
- Dominique Snyers : p. 4, 11, 13, 17, 20, 21, 24-27, 39, 42
- Guillaume Funck : p. 5, 6, 10, 14, 24, 26, 27
- Raphaël Herinckx : p. 8, 27, 28
- Pierre Eyben : p. 9, 26, 29
- Alexis De Knoop : p. 12, 13, 27
- Jonathan Fallon : p. 15
- Alexandre Quintart : p. 15, 26
- Damien Verriest : p. 16, 22, 26, 27
- Jehan de Séjournet : p. 17, 23
- Imbaud Verhaegen : p. 18, 41, 42
- Sébastien Gombault : p. 15, 19
- Marcel Auswahl : p. 21
- Rodolphe van Hovell : p. 26, 29, 45
- Jean-Baptiste Meert : p. 26, 38
- Arthur Fievet : p. 26, 42
- Juan Delhaye : p. 26, 40
- Benoît Gombault : p. 26, 44, 45, 50
- Greg Snyers : p. 27, 36, 37
- Loïc Debry : p. 27, 30, 31, 32, 33
- Anaud Maldague : p. 27
- Jean-Baptiste van den Eyden : p. 29
- François Mertens : p. 34
- Simon Castagne : p. 35
- Simon de Meulemeester : p. 43
- Thibault Delvaux : p. 46
- Rainier Snyers : p. 47

Lieux et Cap Expés associées :

- Altai, Mongolie - capexpe.org/groups/exploration-de-laltai-mongole-a-ski-2017 : p. 4, 20, 21
- Balkans - capexpe.org/groups/equipe-balkans : p. 6, 7
- Vélo en Amérique latine capexpe.org/groups/cyclo-randonnee-en-amerique-du-sud : p.8
- Tibet : p 9, 28
- Guillaume et Damien dans les Alpes suisses : p. 10, 24
- Grandes voies Ailefroïdes - capexpe.org/groups/initiation-a-lescalade-en-grandes-voies-a-ailefroide : p. 11, 13
- Les 2 peyes à la Sainte Victoire, France - capexpe.org/groups/les-2-peyes-et-le-mont-aiguille : p. 12-13
- Ski de rando à l’Alpe d’Huez - capexpe.org/groups/ski-alpin-et-rando-a-lalpe-dhuez : p. 14
- Kebnekaise - capexpe.org/groups/laponie-2017-abisko-kebnekaise-avril : p. 15
- Traversée de l’Hardangervidda - capexpe.org/groups/traversee-du-hardangervidda : p. 15, 23
- Kungsleden Février 2017, Suède - http://capexpe.org/groups/kungsleden-fevrier-2017 : p. 16, 22
- Kungsleden, Suède - capexpe.org/groups/le-retour-dun-duo-a-la-decouverte-de-la-kungleden-sarek : p. 17
- Hardangervidda - capexpe.org/groups/grande-traversee-hivernale-du-hardangervidda : p. 17
- Snow Kite au Lautaret - capexpe.org/groups/snowkitetrip-lautaret-pass-2017 : p. 18, 42
- Snow Kite Hardangervidda - capexpe.org/groups/snowkite-hardangervidda : p. 15, 19
- Valgaudmar, Parc des Ecrins, France - capexpe.org/groups/le-plaisir-est-dans-le-valgo : p.25
- Le wild side du Monténégro - capexpe.org/groups/wild-side-of-montenegro : p. 27
- Salar du Uyuni, Bolivie : p. 28
- Maroc en stop - capexpe.org/groups/maroc-en-stop : p. 28
- Verdon, Ceüse, Val d’Orco - capexpe.org/groups/little-yosemite-here-we-come-val-dorco : p. 30-33
- Entre potes à Freyr - capexpe.org/groups/entre-potes-a-freyr : p. 34
- Yosemite, Californie - Second ascend of Free Heart Route : p.35
- Suède entre potes : p.36-37
- Sarek été 2017 - capexpe.org/groups/incursion-dans-le-sarek-2055394252 : p. 38
- Pays de Galles, 2017 : p. 39
- The west highland way in Scotland - capexpe.org/groups/the-west-highland-way-in-scotland: p.40
- Trek Pihanga - Irlande 2017 - capexpe.org/groups/treck-pihanga-irlande-2017 : p. 41
- Packraft au sud du Sarek - capexpe.org/groups/packraft-au-sud-du-sarek-2017 : p. 42
- Ascension du Piton des neiges, Îles de la Réunion - capexpe.org/groups/piton-des-neiges : p. 42
- Traversée de la forêt de Chimay - capexpe.org/groups/la-grande-traversee-de-la-foret-de-chimay : p. 43
- Kirghizistan - capexpe.org/groups/sommet-et-lacs-au-kirghizistan : p.44, 45, 50
- Ascension du Toubkal, Maroc - capexpe.org/groups/2-expes-au-maroc-mont-toubkal : p. 45
- Grassland National Park, Canada : p. 46
- Expé musicale, Wavre : p. 47

Merci à tous ceux et celles qui ont contribué à la réalisation de ce carnet et en particulier Simon Castagne et Anne Versailles
Coordination et mise en page : Dominique Snyers

Un rêve mis en musique



Capexpe.org

un élan qu'on suit jusqu'au bout

Contact : info@capexpe.org
www.capexpe.org