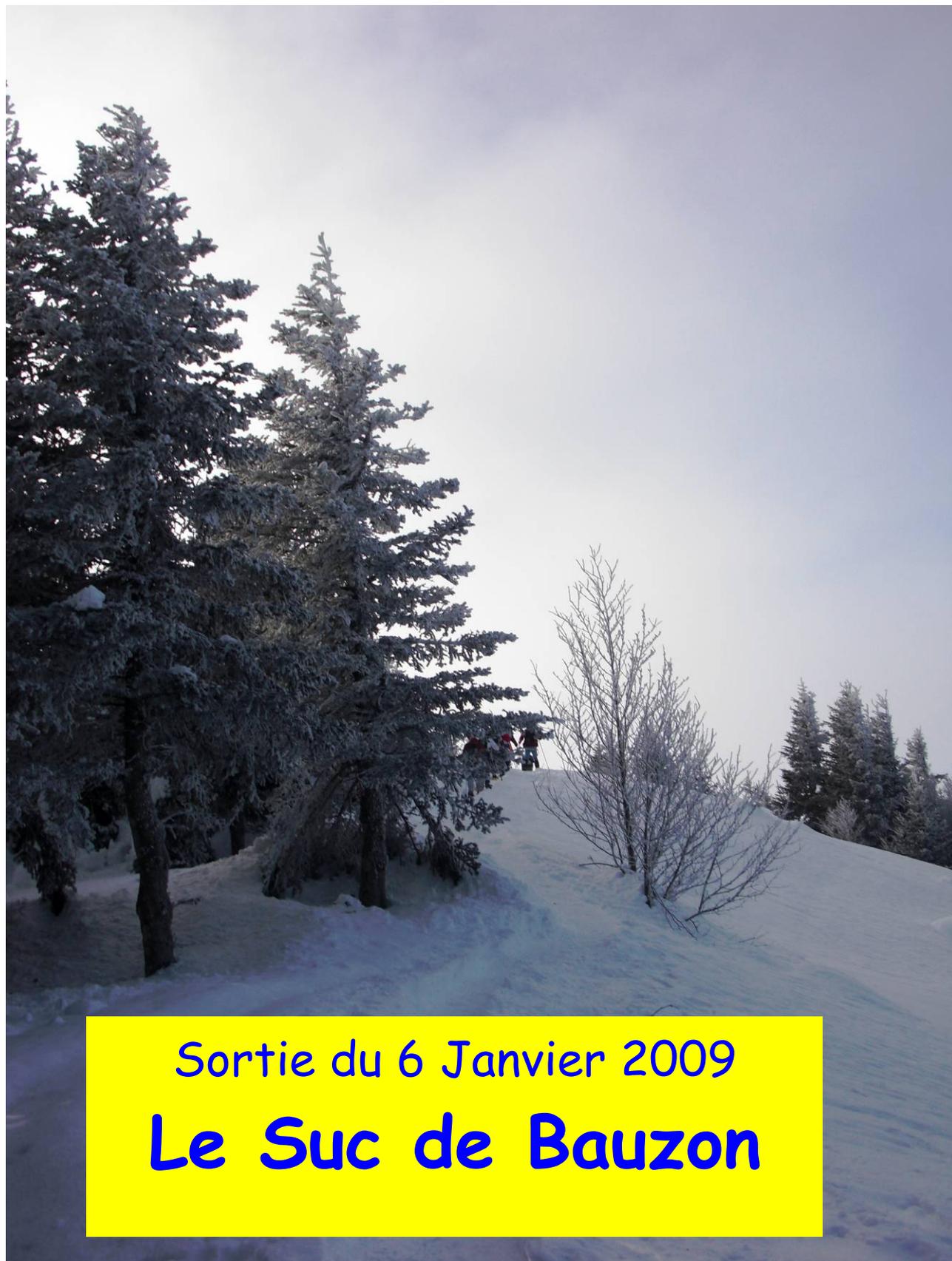
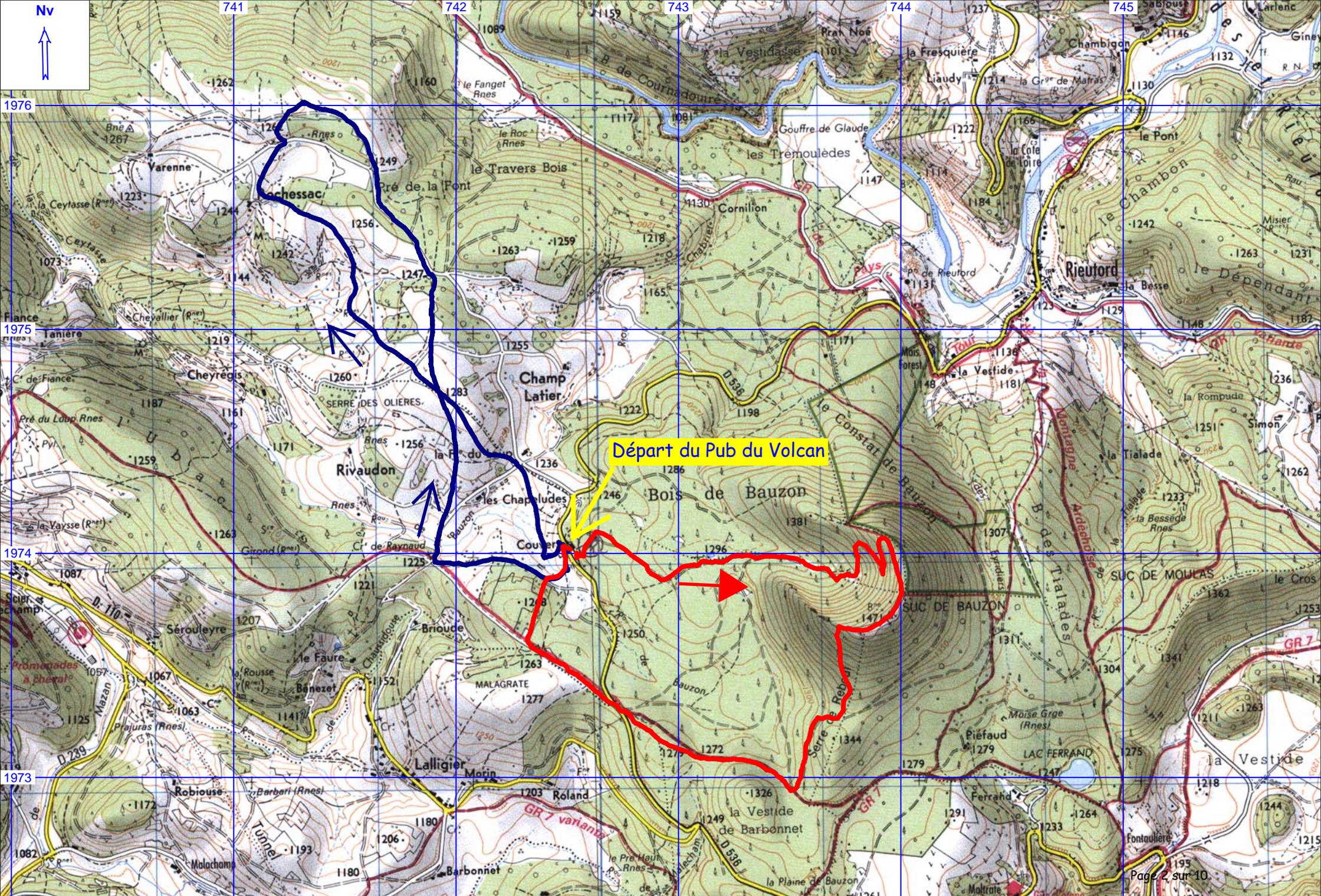


# Marches et Rêves

Siège social : Mairie de Ruoms 07120

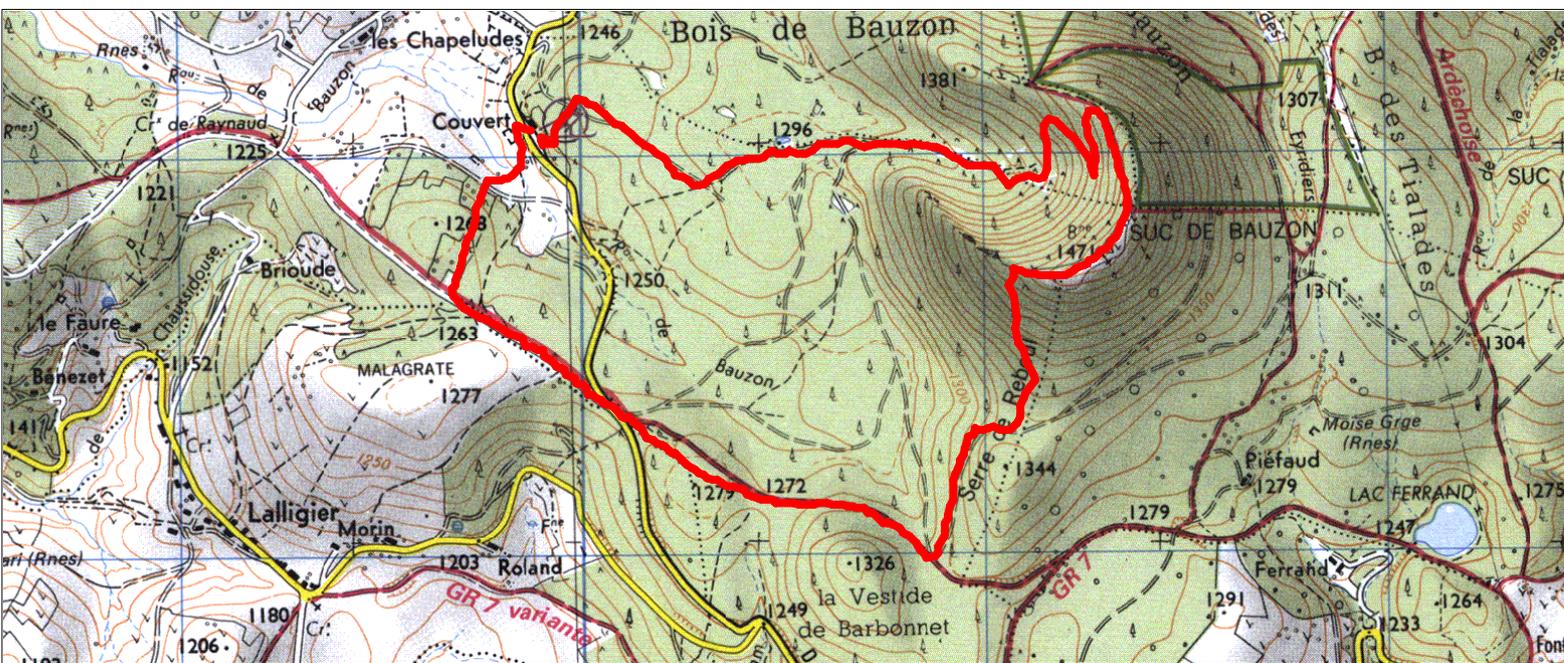
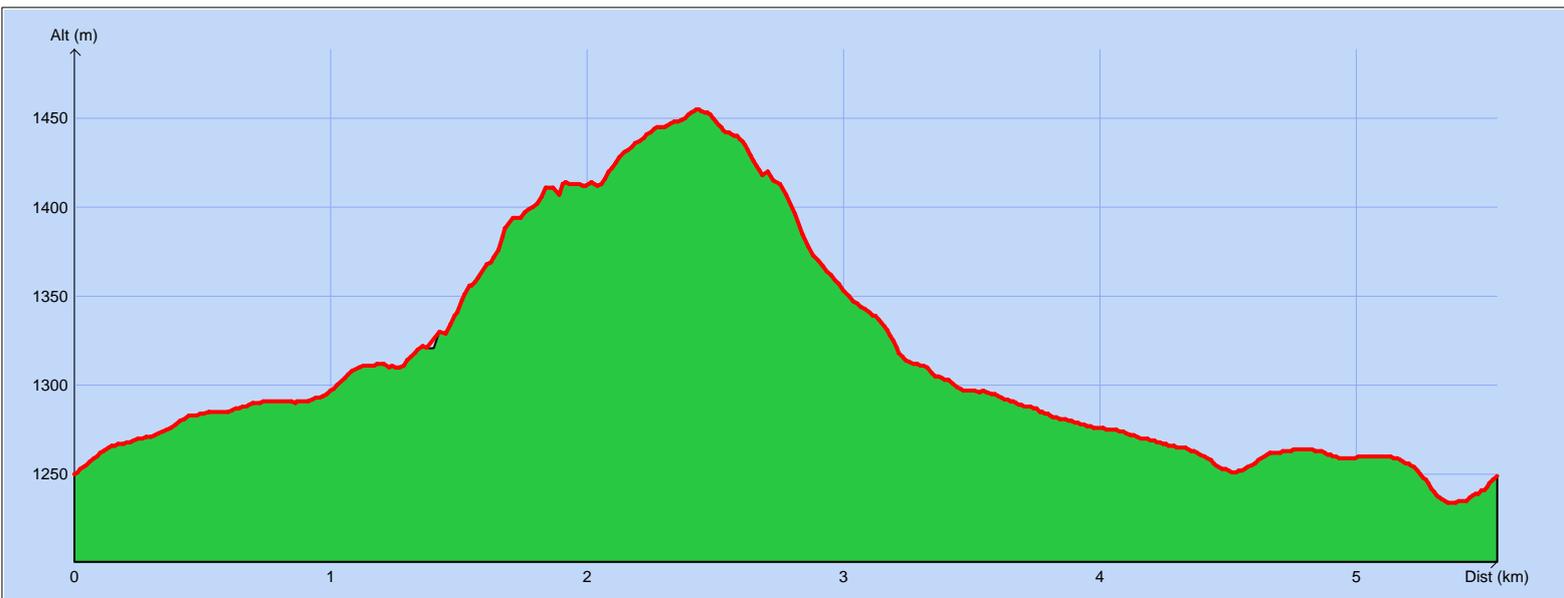


Sortie du 6 Janvier 2009  
**Le Suc de Bauzon**



Départ du Pub du Volcan

## Tracé : Suc de Bauzon - Matin

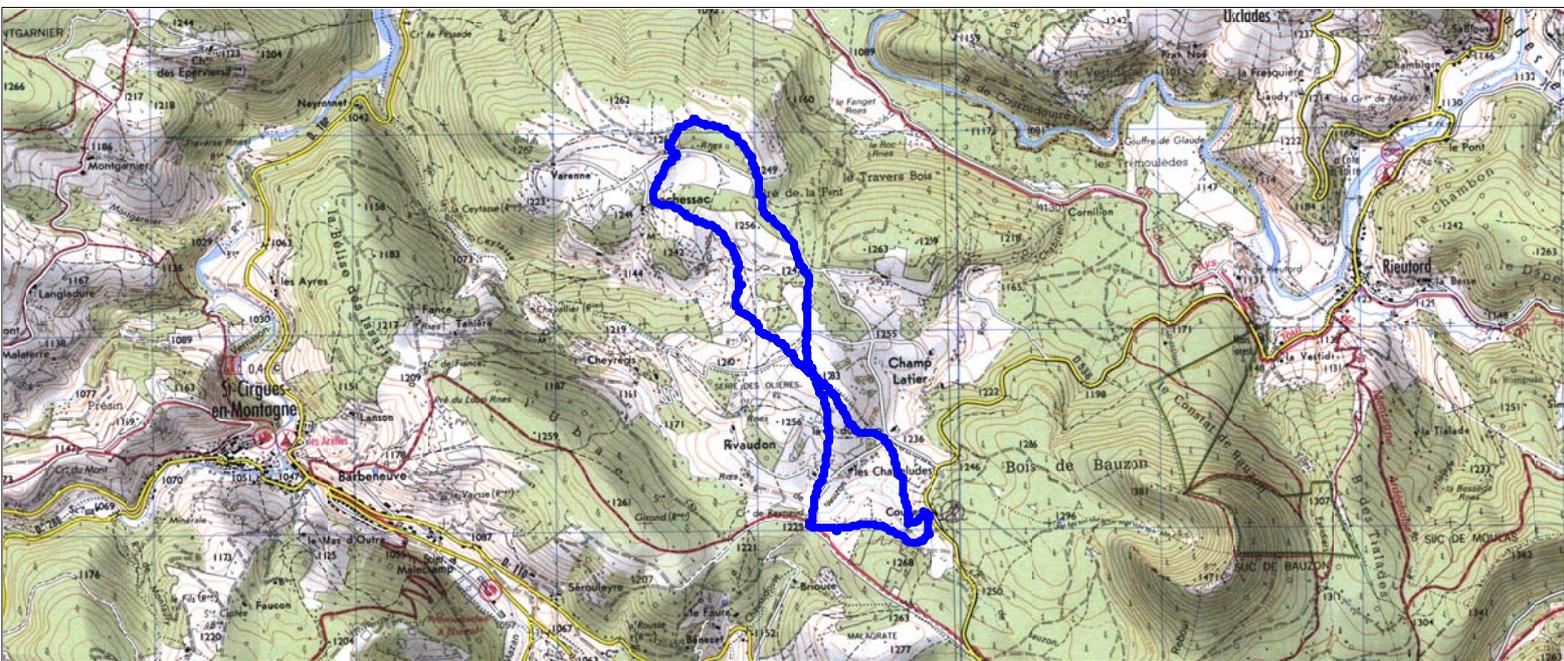
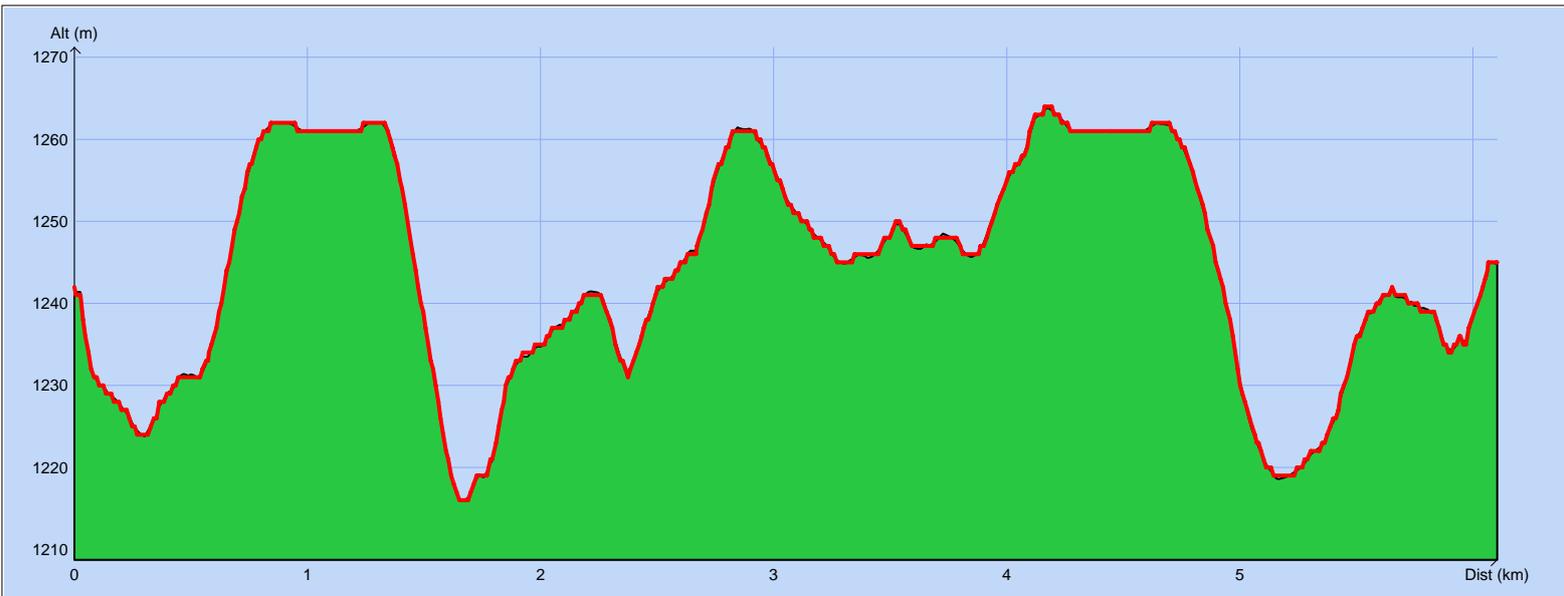


Copyright IGN

**Distance totale** : 5.594 km  
**Montée** : 251 m  
**Descente** : 252 m  
**Y Minimum** : 1234 m  
**Y Moyen** : 1317 m  
**Y Maximum** : 1455 m

**Durée estimée** : 01:32:28  
**Moyenne estimée** : 3.6 km/h

## Tracé : Suc de Bauzon- Apres midi - 06/01/09



Copyright IGN

**Distance totale** : 6.122 km  
**Montée** : 154 m  
**Descente** : 151 m  
**Y Minimum** : 1216 m  
**Y Moyen** : 1244 m  
**Y Maximum** : 1264 m

**Déplacements** : 01:34:11  
**Arrêts** : 00:57:14  
**Heure de début** : 14:04:24  
**Heure de fin** : 16:35:49  
**Amplitude** : 02:31:25

Nous étions 14 participants à cette randonnée raquette. Nous tenons à promouvoir l'excellente Soupe au chou et l'Omelette aux champignons servies au PUB du Volcan. Mention spéciale à l'Arquebuse maison qui nous a fouetté les sangs pour la deuxième partie de la rando

## Les conseils de **Claude** à tous les débutants.....

### Bien choisir ses raquettes à neige...

Bien choisir ses raquettes à neige...

Le choix de sa paire de raquettes se fait en fonction :

- de son poids
- de son terrain de jeux
- des chaussures utilisées

#### Quelle taille choisir ?

De la taille et de la forme d'une raquette dépendent la portance et la facilité marche...

Grosso modo, l'équation se résume ainsi :

- plus la surface du tamis est importante, plus la portance est grande. Cela est important en particulier dans les neiges où l'on s'enfonce beaucoup.

- plus la raquette est large, moins il est facile de marcher normalement et sans s'emmêler les pinceaux à chaque pas...

Les fabricants ont donc développés des raquettes pas trop large mais assez longues. Problème : plus la partie arrière est longue, moins la descente est agréable car la raquette "traîne"...

Au final on trouve maintenant des raquettes bien équilibrés, en taille de guêpe. Les modèles sont déclinés en plusieurs taille (c'est surtout la longueur qui varie pour augmenter la portance)  
Le terrain de jeu



**Nous ne sommes pas responsables des fautes d'orthographe, ceci est une Pub**

## Un peu d'Histoire...

« Les raquettes à neige ont été lentement adoptées par les Européens dans ce qui devint le Canada et les États-Unis d'Amérique avec les coureurs des bois. Les compétences supérieures des Français à la raquette à neige ont *presque* renversé en leur faveur la guerre de Sept Ans qui les opposait aux Britanniques, une guerre qui a vu deux conflits appelés *la bataille en raquettes* »



10h30 - La température est négative de 7° C au pied du Suc de Bauzon. Chacun fait son bilan thermique à sa façon.



«Qui n'est jamais tombé n'a pas une juste idée de l'effort à faire pour se relever en raquettes »



Percée de soleil pendant la montée du Suc



La récompense de l'effort, c'est le grand ciel bleu sur le Sommet du Suc de Bauzon  
Alt : 1471 m



« Un verre ça va, trois verres bonjour les dégâts ! »





Un autre effet de l'ivresse des sommets: Dédé Killy Kolin et son fan club.



Toute montée a sa descente même en raquettes.



Le racketteur, c'est comme un tronc d'arbre qui se déplace.



La neige possède ce secret de rendre au cœur en un souffle la joie naïve que les années lui ont impitoyablement arrachée. **[Antonine Maillet]**



Au Pub du Volcan, en attendant la soupe aux choux pour presque tous, l'omelette aux champignons pour certains et le petit verre d'Arquebuse maison pour la route.



Changement de raquettes pour Nicole et nous repartons pour une rando digestive. Dans le fond, on distingue le cratère égueulé du strombolien Suc de Bauzon.



Le Point extrême de notre balade est un rendez-vous avec un arbre vieux de 400 ans dit *Arbre de Sully*, ministre de l'Écologie de notre bon roi Henri IV. Cinq volontaires en mesurent la circonférence.



Qui prend la photo ?  
Marie-Claude, Martine  
ou Raymonde ?  
Où sont les 2 autres ?  
Qui a la réponse ?



Ne cherchez plus, les  
voilà



Pour se souvenir que certaines années la montagne ardéchoise a deux saisons, l'hiver et le mois de juillet.



Pour bien finir cette rando, n'oublions pas de nous souhaiter nos **Meilleurs Vœux à toutes et à tous**