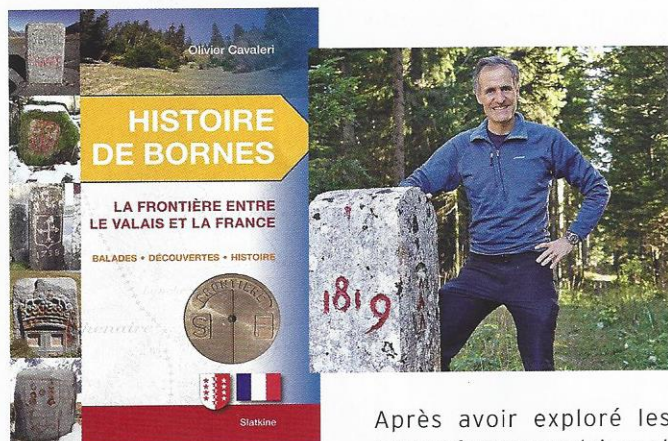


A la découverte des frontières du Valais



Après avoir exploré les bornes franco-vaudoises et franco-neuchâtelaises, Olivier Cavaleri, membre de la section des Diablerets du Club Alpin, revient avec un troisième ouvrage de la collection Histoires de bornes. Cette fois, il s'est rendu sur la frontière entre la France et le Valais. L'occasion de découvrir l'héritage d'une histoire millénaire gravée sur des pierres où blasons et inscriptions témoignent des souverainetés du passé. Le guide contient 22 randonnées dotées d'un plan détaillé et d'une description illustrée.

La frontière entre le Valais et la France, Histoires de bornes, Olivier Cavaleri, Ed. Slatkine
www.histoiresdebornes.ch

Des cartes spécialement adaptées aux randonneurs

Swisstopo élargit sa collection de cartes avec un nouveau format à l'échelle 1:33 000, qui apporte une meilleure lisibilité ainsi qu'une représentation claire des chemins de randonnée. Les informations sont imprimées recto verso sur un papier imperméable au format poche. Chaque carte propose trois suggestions de randonnées de niveaux et de difficultés différents. Il en existe déjà une vingtaine couvrant les régions des Diablerets, Château-d'Oex, Lac de Joux, Creux-du-Van ou encore Zermatt-Saas Fee. Suivront prochainement Les Préalpes et Le Jura.



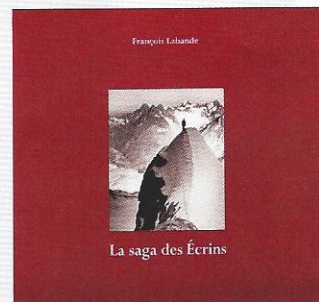
www.swisstopo.ch

Les nouveautés livres

La magie des Ecrins

En cette année du 150^e anniversaire de l'ascension de la Barre-des-Ecrins, François Labande, alpiniste, écrivain et défenseur de la nature, rend hommage au massif le plus sauvage de France dans *La saga des Ecrins*. Dans cet ouvrage richement illustré, l'auteur salue les pionniers de la haute montagne, en retraçant les histoires de ses plus célèbres ascensions.

La saga des Ecrins, François Labande, Ed. Guérin



Courir au Mont-Blanc

Pascal Frérot, guide de montagne, détaille 20 parcours originaux pour découvrir, en courant, la magnifique région du Mont-Blanc. Ce guide contient de nombreux conseils sur la préparation au trail, le matériel et la stratégie. Sans oublier

des cartes schématisées pour chaque itinéraire et des infos pratiques disponibles en français comme en anglais.

Altitrail Mont-Blanc, Courir en montagne, Pascal Frérot, JMÉditions

Parfaire sa technique de grimpe

Nicolas Glée et Jean-Paul Rousselet, deux grimpeurs expérimentés, ont réuni dans ce guide très pratique une foule de conseils pour améliorer son niveau en escalade. Manipulation d'assurage, préparation physique et mentale, astuces pour améliorer la grimpe en tête: l'ouvrage fourmille d'explications claires et efficaces autant pour les débutants que ceux qui souhaitent améliorer leur technique.

Escalades, Nicolas Glée et Jean-Paul Rousselet, Ed. Génat

