



CLIMBER'S good practices in Font (bleau)



Wipe your shoes on a rug
to avoid grips being polished
The use of a crash pad
helps my own safety



Limit the use of "POF" or magnesia.
Do not use pitons, coinces, metallic brushes.
Mark trails, chip away at natural grips

Please bring all rubbish
back with you.
Beware of swarms,
bees or hornets



Fires and flames are forbidden:
no cigarettes, blow torches,
barbecues

Do not enter biological reserves.
Beware of ticks as they
can be a source of Lyme disease.
Beware of processionary caterpillars



Do not camp outside
the designated areas
located in Grande Vallée
& Bois-le-Roi

Do not park in front of barriers,
stay on forest roads
and marked trails
and use parking areas.



Stay away from wood cutting
areas and hunting zones.

Do not walk
on young plants



Keep an eye on your children.
Do not climb on log piles
as they can tumble.
Do not dig under the rocks
which can subside.

Graphisme: Jacques MONTAGNE - ONF 2010

Cette plaquette a été réalisée avec le concours du Comité Départemental de la Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade - FFME de Seine et Marne



COMITÉ DÉPARTEMENTAL FFME 77
MAISON DÉPARTEMENTALE DES SPORTS
12 Bis, rue du Président Despatys
Case Postale 7630 - 77007 MELUN Cedex
Info.cd77@ffme.fr
www.ffme.fr



COSIROC



Centre d'Initiation à la Forêt
Tél : 01 64 22 72 59
info.foret-fontainebleau@onf.fr
www.onf.fr
Certifié ISO 9001 et ISO 14001



Bonnes pratiques du GRIMPEUR en forêt

Essuyer ses chaussures sur un tapis
pour éviter le polissage des prises.
Utiliser un « crash-pad »
contribue à ma sécurité



Utiliser modérément « pof »
et magnésie. Sont interdits : pitons,
coinces, brosse métallique,
le balisage sauvage et
le piquetage des prises

Remporter tous les déchets
pour une forêt propre.
Attention aux essaims d'abeilles
ou de frelons



Tout feu est interdit :
pas de cigarette,
de chalumeau-sèche prise,
de barbecue

Ne pas pénétrer dans les réserves
biologiques « intégrales ».
Attention aux tiques qui peuvent
transmettre la maladie de Lyme.
Attention aux chenilles processionnaires.



Ne pas bivouaquer
en dehors des deux aires
de la Grande Vallée
et de Bois-le-Roi

Ne pas stationner
devant les barrières,
respecter les routes forestières,
les chemins balisés et
utiliser les aires de stationnement



Rester éloigné
des chantiers forestiers
et des zones de chasse

Ne pas piétiner les jeunes plants



Surveiller les enfants.
Ne pas grimper sur les tas de bois,
ils peuvent s'écrouler.
Ne pas creuser sous les rochers,
risque d'affaissement

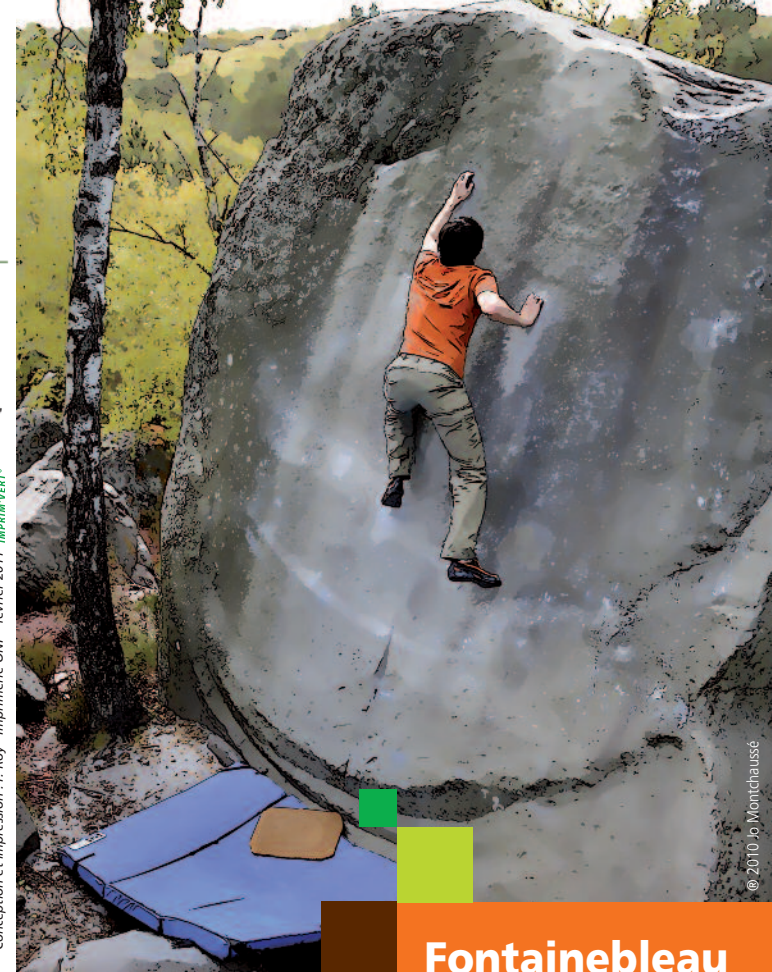


Secours : 18 - portable 112
Préciser le nom du site et le numéro de la parcelle

Attention au vol, ne rien laisser dans votre véhicule
Theft : to leave nothing in your vehicle.

Graphisme: Jacques MONTAGNE - ONF 2010

Conception et impression : F. Roy - Imprimerie ONF - février 2011 IMPRIMERIE*



Fontainebleau

Escalade
Rock climbing



Sites d'escalade

Forêt Domaniale de FONTAINEBLEAU

Rocher Canon	1
Bas Cuvier	2
Cuvier Rempart	3
Rocher Saint Germain	4
Apremont Gorges	5
Apremont Désert	6
Apremont Envers	7
Apremont Bizons	8
Mont Ussy	9
Rocher du Calvaire	10
Rocher d'Avon	11
Mont Aigu	12
Gorges du Houx	13
Rocher des Demoiselles	14
Restant du Long Rocher	15
Franchard Cuisinière	16
Franchard Isatis Sablons, Hautes Plaines	17
Franchard Ermitage	18
Rocher de Milly	19

Forêt Domaniale des TROIS PIGNONS

Rocher de la Reine, Les Drei Zinnen, Bois Rond	20
La Canche aux Merciers	21
Le Télégraphe	22
La Feuillardière	23
Rocher de la Ségognole	24
La Roche aux Sabots	25
Le Cul de Chien, Pignon 91,1	26
Justice de Chambergeot	27
Rocher des Potets	28
Rocher Jean des Vignes	29
Le Pignon Poteau	30
Pignon 95,2	31
Les Gros Sablons	32
Le Rocher Fin	33
Le Rocher du Général, Pignon 71,1	34
Le Diplodocus	35
Rocher du Potala, la Grande Montagne	36
Rocher de la Cathédrale	37
Rocher Guichot	38
J. A. Martin - Rocher Cailleau	39

Massifs du Sud

Base de Buthiers	40
Larchant	41
Nemours-Puisselet	42

Code couleurs des circuits		
		difficulté
blanc	:	enfant
jaune	PD	peu difficile
orange	AD	assez difficile
bleu	D	difficile
rouge	TD	très difficile
noir/blanc	ED	extrêmement difficile

