

CLIMBER'S good practices in Font (bleau)



Bonnes pratiques du GRIMPEUR en forêt

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

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

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



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

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

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

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

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.

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

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.

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

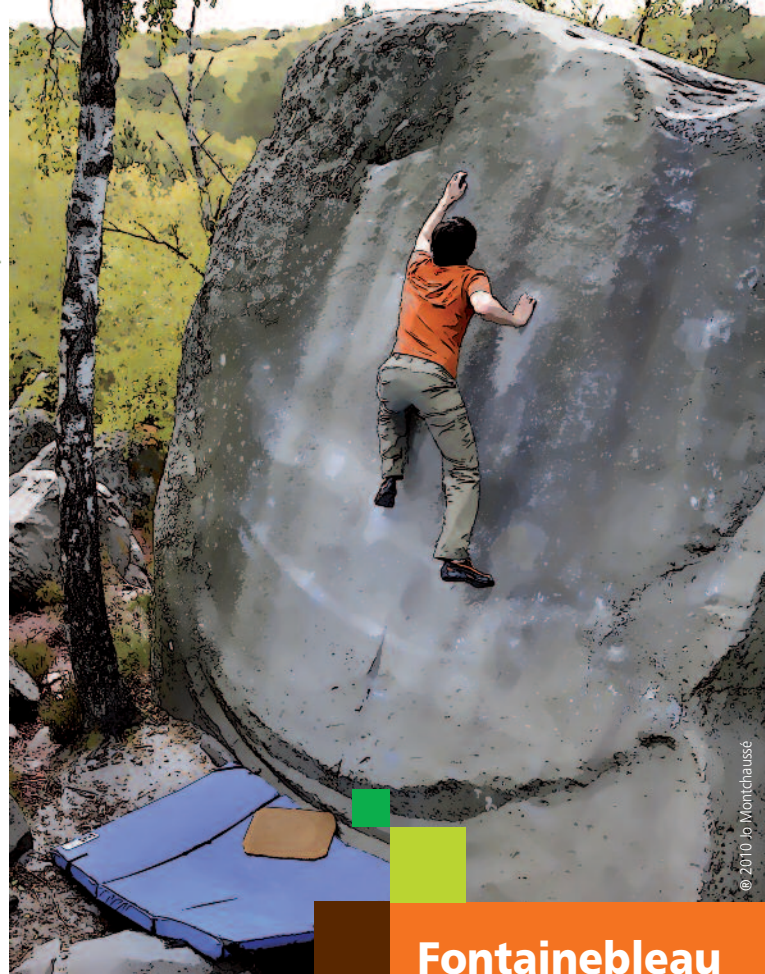
Attention au vol, ne rien laisser dans votre véhicule
Theft : to leave nothing in your vehicle.

Graphisme: Jacques MONTAGNE ONF 2010

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

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



© 2010 Jo Monchaussé

Fontainebleau

Escalade
Rock climbing



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



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
Franchar d Cuisinière	16
Franchar d Isatis Sablons, Hautes Plaines	17
Franchar d Ermitage	18
Rocher de Milly	19

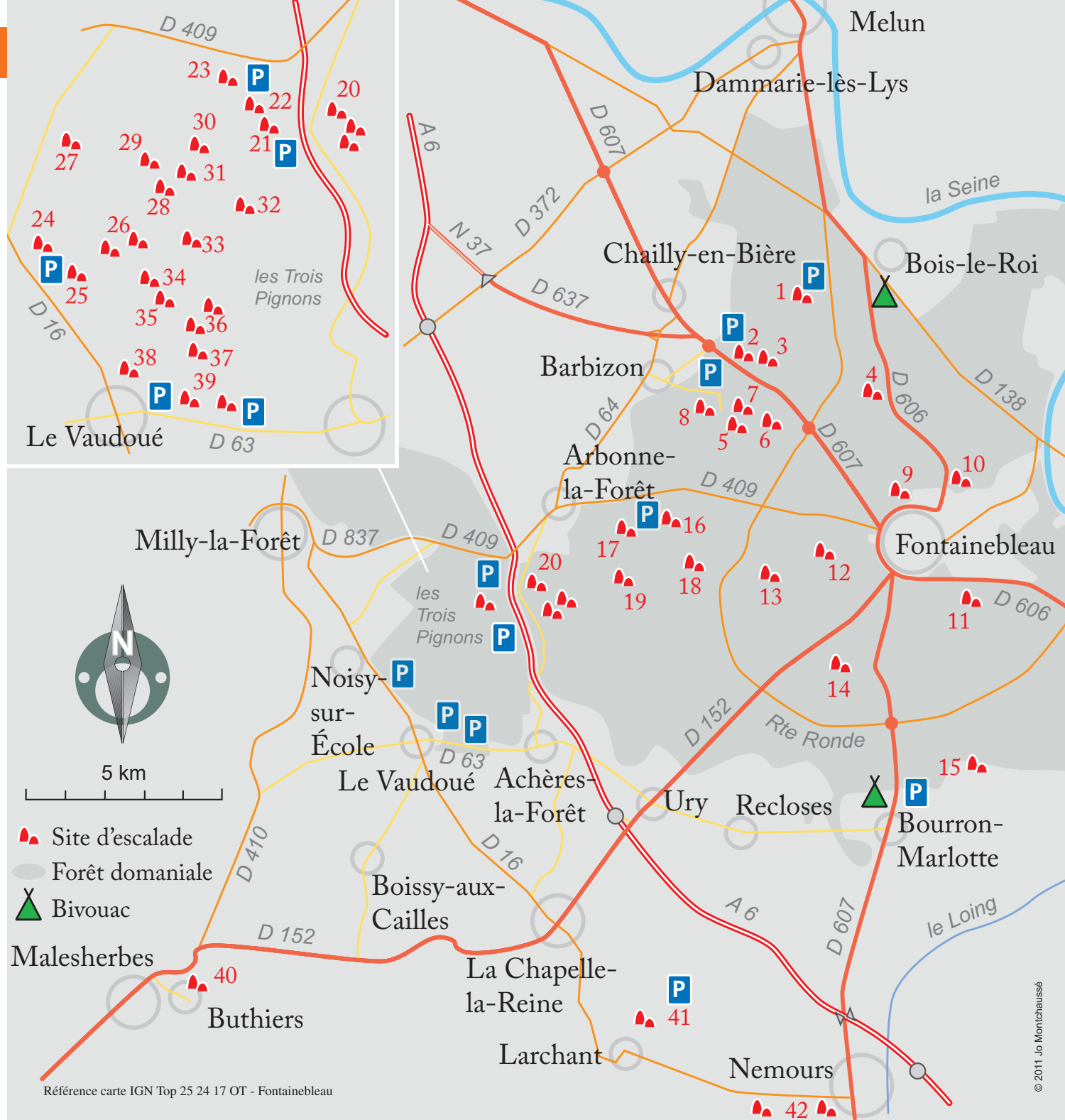
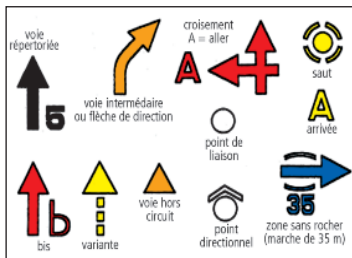
Forêt Domaniale des TROIS PIGNONS

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	E	enfant
jaune	PD	peu difficile	
orange	AD	assez difficile	
bleu	D	difficile	
rouge	TD	très difficile	
noir/blanc	ED	extrêmement difficile	



Référence carte IGN Top 25 24 17 OT - Fontainebleau