La Presse de la Manche
C'EST DIMANCHE

Cabillaud *et fenouil au menu* Page 27

La passion du *bouzkachi en Afghanistan* Page 30

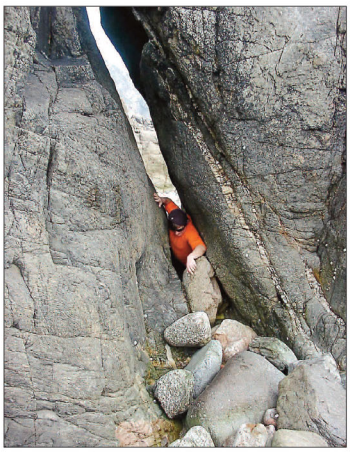
La Nostra Vita : *cinéma Paradisio* Page 28

gros plan

Le Grand Crapahut, c'est géant !

Descendre, monter, escalader, s'accrocher, s'agripper, se hisser, glisser, enjamber, se faufiler... S'il fallait donner une définition au verbe crapahuter, ce serait tout ça à la fois. Dans la Hague, au pied des falaises, l'association Exspen vous invite à un drôle de jeu baptisé Grand Crapahut. On a testé pour vous.

La plus grande descente en rappel du grand crapahut, fait neuf mètres de hauteur. A marée haute, ici, on ne passe pas.



Parfois même, il faut passer entre deux rochers !

- Dix heures du matin, sur un parking dominant la mer dans la Hague. Il fait un peu frisquet, mais on sent que le soleil n'est pas loin. Autour de Cyrille Forafo, on est un petit groupe en vieux jeans et chaussures de rando. « **Pour commencer la journée, s'échauffer et éviter l'accident bête, on va faire quelques mouvements** » annonce d'emblée Cyrille. Et on fait tourner les chevilles, et on tire sur les bras, et on saute le plus haut possible.

- Une volée de marches plus bas, on se retrouve sur la plage, dans les rochers. Cyrille Forafo commence alors à présenter l'endroit et son histoire, très fortement marquée par la contrebande autrefois. « **Alors voilà, je vous explique. Nous sommes un groupe de contrebandiers de la Hague. Une barque vient d'arriver des îles anglo-normandes pour débarquer de la marchandise. Et presqu'au même moment, une troupe de soldats et de douaniers fait son apparition en haut de la falaise, et descend pour chercher à nous coincer. On a juste quelques minutes d'avance sur eux. Et le but du jeu, évidemment, c'est de leur échapper en passant par les rochers en bas. A nous de jouer** ». Le jeu de rôle est lancé. C'est parti, mon kiki !

- Le petit groupe progresse dans les cailloux. Une bonne allure, sans pour autant foncer. « **Le jeu de rôle, ça ne reste qu'un jeu pour pimenter un peu la journée. Je ne vais évidemment pas demander aux gens d'avancer à marche forcée, parce qu'on est ici, avant tout pour s'amuser, et que la sécurité prime. Pas question de se retrouver avec une cheville tordue parce qu'on aura voulu avancer trop vite. Ceci dit, c'est vrai que la journée est calquée sur les horaires de marée. On ne peut donc pas se permettre de trop traîner** » explique Cyrille Forafo.

> *"Un jeu de rôle pour pimenter la journée"*

- Toujours dans les cailloux. A babord, la mer descend progressivement. A tribord, la falaise commence à révéler ses couleurs sous le soleil qui s'est enfin levé : entre le jaune du lichen en bas, le jaune des ajoncs en haut, l'ocre de la pierre teintée de noir se révèle. De temps en temps, un petit ruisseau qui dévale la pente. Il n'y a pas un chat. Nous sommes seuls au monde, et c'est un privilège. « **On n'est pas tout à fait tout seuls** » modère Cyrille. « **Ici, c'est le royaume des oiseaux. Des goélands, des faucons crécerelles nichent dans la falaise. Avec de la chance, on peut aussi apercevoir des dauphins, et peut-être même un phoque** ».

- Première difficulté de la journée. Une fissure dans la pierre, qui fait une quarantaine de centimètres de large sur trois mètres de haut. « **Oui, oui, on passe par là** » annonce Cyrille avec un petit sourire devant les mines un peu dubitatives de certains. Alors, on pousse, on se contorsionne, on glisse, on s'étire, on rentre le ventre, on se râpe un peu les fesses contre la paroi... mais finalement ça passe pour le plus grand bonheur de tous. « **Et si jamais ça ne passe pas pour une raison ou pour une autre, il y a toujours moyen de contourner l'obstacle** » tranquillise Cyrille. Mais on perd du temps sur nos poursuivants...

- 11 h 30, petite pause encas. Cyrille en profite pour sortir baudriers, mousquetons et corde d'escalade. Il a repéré un rocher qui sera parfait pour que chacun s'essaie à la descente en rappel. Pas compliqué. Et si jamais on lâche, Raphaël, qui seconde Cyrille sur la sortie, est là pour veiller au grain à la corde d'assurance.

- Midi : on passe cette fois-ci à la vraie pratique. Une première descente en rappel. Cinq, six mètres. Pas méchant, mais on sent qu'il y en a qui rigolent un peu moins déjà. Cyrille descend en premier, Raphaël reste en haut pour équiper chacun de nous et expliquer une nouvelle fois le principe du rappel. Au départ, les jambes sont un peu tendues, les sourires légèrement crispés. Mais ça passe... presque comme une lettre à la poste. Dès le sol retrouvé, l'atmosphère est beaucoup plus détendue.

- Pause déjeuner. Cyrille en profite pour raconter la faune, la flore et l'histoire de ce qui nous entoure. La dernière bouchée avalée, on pause encore cinq minutes. Mais on ne peut guère attendre plus. Les soldats... et surtout la marée.

- La dernière descente en rappel se profile. C'est la dernière, mais c'est la plus grande : 9 mètres de haut, avec l'eau tout près. « **Quand la mer ne descend pas très bas, on finit la descente dans l'eau, entre 20 et 80 centimètres. Ca ajoute un peu de sel !** » Evidemment !!

- On arrrive enfin dans l'anse de Gravelette, et son minuscule port. Un raidillon nous attend pour remonter la falaise et atteindre le sentier des douaniers qui nous ramène à notre point de départ. Ouf ! Les soldats ne nous ont pas eus, la marée non plus. Et vive le Grand Crapahut !

Frédéric PATARD

Pratique

- Une série de Grand Crapahut est prévue tous les jours du 16 au 21 avril prochain. Après, marée oblige, il faudra attendre la période du 16 au 19 mai prochain, pour qu'un Grand Crapahut soit de nouveau possible.

- Le Grand Crapahut est accessible à partir de 10 ans, jusqu'à... (« **y'a pas d'âge, c'est la motivation qui compte !** » explique Cyrille Forafo). La sortie dure environ sept heures, et représente l'équivalent d'une douzaine de kilomètres.

- Tarif unique enfant/adulte : 20 euros par personne. Au maximum, Cyrille Forafo emmène dix personnes.

- Avec Exspen, Cyrille Forafo propose également d'autres sorties au pied des falaises de la Hague, et dans la baie des Veys. Ces sorties sont plus axées sur la découverte du milieu naturel, de l'histoire et de la géographie de la région.

- Pour le Grand Crapahut, comme pour toutes les autres sorties organisées par Exspen, il est obligatoire de s'inscrire à l'avance (au plus tard, la veille de la sortie). Les réservations et les demandes de renseignements se font par téléphone (06.31.45.25.80), par e-mail (contact@exspen.com). On peut aussi consulter avec profit le site internet de l'association: www.exspen.com

j'❤ - j'💔 pas

Jacques Largouët

Ancien directeur des sports de la ville de Cherbourg

j'aime •••

- *Le sport, en particulier le football et le golf.*
- *Faire des promenades sur les sentiers.*
- *Faire du bricolage.*
- *Les voitures.*
- *Le poisson grillé au feu de bois.*

j'aime pas •••

- *La pluie.*
- *Le racisme.*
- *La méchanceté.*
- *Faire des longs discours.*
- *Les épinards.*

un certain 10 avril

- 10 avril 1912 : le *Titanic* quitte Southampton et fait une courte escale à Cherbourg.

- 10 avril 1970 : séparation officielle des Beatles.

- 10 avril 1979 : première représentation de *Starmania* au Palais des Congrès.

- 10 avril 1998 : signature d'un traité de paix en Irlande du Nord.

Guillaume Canet fête ses 38 ans aujourd'hui.

- 10 avril 2010 : en Thaïlande, la police et l'armée répriment les manifestations populaires : 20 morts, 800 blessés.

Ils sont nés un 10 avril
Lénine (1870), Bernard Moitessier (1925), Claude Bolling (1930), Michel Polac (1930), Omar Sharif (1932), Guillaume Canet (1973), Roberto Carlos (1973).

Ils sont morts un 10 avril
Michael Curtiz (1962), Vladimir Jankélévitch (1985)

à la une, il y a 50 ans

Semaine du 10 au 16 avril 1961

- En quarts de finale de la Coupe de France de gymnastique, l'équipe des Enfants de Cherbourg tombe avec les honneurs face à Puteaux et ses gymnastes internationaux.

- Au conseil municipal de Valognes, le projet définitif de reconstruction de la flèche et de la tour-lanterne de l'église Saint-Malo, est adopté. Le clocher sera moderne.

- A Equeurdreville, inauguration de la nouvelle usine à gaz desservant toute l'agglomération de Cherbourg. Au gaz de houille succède le gaz de pétrole, moins cher et plus facile à « **travailler** ».

- Durement touchée pendant les combats de la Libération, l'église d'Ozeville est maintenant restaurée. Monseigneur Caillot, évêque de Coutances, vient procéder à la bénédiction de l'édifice et à la consécration de l'autel.

Tournoi de pétanque de l'Asam, devant les tours de la cité Chantereyne. Les beaux jours sont de retour... (Photo Presse de la Manche).

Le service incendie de la ville d'Equeurdreville au grand complet. (Photo Presse de la Manche).