



# COMITÉ SPÉLÉOLOGIQUE RÉGIONAL AUVERGNE RHÔNE ALPES



Comité Spéléologique Régional Rhône Alpes  
28 rue Delandine – 69002 LYON  
<https://www.csr-rhonealpes.fr>

Une action soutenue par



## W.E. WOMEN CAVERS (Femmes spéléologues)

**Le COMITE SPELEOLOGIQUE REGIONAL Auvergne Rhône-Alpes (En collaboration avec le Comité Départemental de Spéléologie de l'AIN) organise un grand WE Technique, Collaboratif et inclusif dédié aux FEMMES !**

**Samedi 6 et dimanche 7 décembre 2025  
à Hauteville Lompnes (commune de Plateau d'Hauteville – AIN)**

**Thèmes : Spéléologie technique, scientifique et « contemplative » ....**

**Participant·es : Accès réservé aux femmes spéléo fédérées \*\* (Non fédérés sous conditions)**

**Niveaux : Découverte / Perfectionnement / Spéléo-Sportive ...**

**Au choix des participant·es : de la grotte horizontale (ou « quasi » horizontale de classe 1à2) à la grotte engagée de classe 3 ou 4 pour un TPST de 1 à 8 h**

**LIEU : HAUTEVILLE 3S centre sportif BOOST CENTER (à voir sur <https://boostcenter.fr>)**

**HEBERGEMENT : avec Nuitées et les 3 repas (et ou bouffe de trou) (accueil possible dès le vendredi soir)**

### PROGRAMME :

Adaptable et variable en fonction du nombre de participant·es et de la forme et des motivations de chacune. Un planning « affiné » sera proposé lorsque toutes les inscriptions nous seront parvenues

**VENDREDI 5 décembre en soirée à partir de 20h00** Accueil et installation des premières arrivées.

À 21h 00 Possibilité de visiter les collections paléonto et minéraux de Bruno Hugon

**SAMEDI 6 décembre - Rdv à 8h00** (Petit dej à 7h30) Accueil et installation des dernières arrivées

**Organisation de la journée / 8h30 départ cavités :**

**Option 1 – Grotte de VAUX et ou TRAVERSEE AGE DE GLACE** Grotte de VAUX (A 5mn du centre h3s)

Traversée facile avec P47 Avec un encadrement renforcée cette traversée est accessible en initiation.

Prévoir une demi-journée pour la traversée seule. Petites verticale remontantes. La traversée sera équipée.

La visite de la suite du réseau peut se prolonger sur la journée. A voir sur :

[https://uis2021.speleos.fr/wp-content/uploads/2022/09/1.-Traversee-Age-de-Glace-Grotte-de-Vaux\\_V2.pdf](https://uis2021.speleos.fr/wp-content/uploads/2022/09/1.-Traversee-Age-de-Glace-Grotte-de-Vaux_V2.pdf)

**Option 2 – Grotte de PREOU / Salle des Dunes** (Par l'entrée du petit dernier) (à 15 mn du centre H3S)

Grotte technique avec plusieurs verticales à équiper et déséquiper - <https://www.ainspeleo.com/les-cavites/> Sur la journée complète

**Option 3 – Petits gouffres du secteur à équiper/déséquiper :** PISSELOUP / CHEMIN NEUF / POUTET

Pour perfectionnement à l'équipement à la journée (Spéléo autonome ou en voie d'autonomie)

**Option 4 – SPELEO BIEN ETRE** (Samedi AM Nombre de places limitées) - En partenariat avec « Taupe Canyon » / Franck PARIS, moniteur de canyoning et de spéléologie et « Créatrice de bien-être » / Véronique BERTHOD, hypnothérapeute et massothérapeute, il vous est proposé de vivre une expérience insolite...sous terre. (Demi-Journée en après-midi tout public)

**Option 5 – RANDO KARSTIQUE** et/ou Via Cordata dans les falaises de Charabotte (Parcours spectaculaire dans les tunnels du chemin de fer Fantôme (Petite demi-journée tout public) ou marais des lésines)

**CERTAINES OPTIONS PEUVENT SE CUMULER SUR LA JOURNÉE.**

CSR AURA, 28 rue Delandine 69002 LYON - Mail : [ca\\_csr\\_aura@googlegroups.com](mailto:ca_csr_aura@googlegroups.com)

Association loi 1901 reconnue d'utilité publique, agréée par les Ministères chargés des sports, de la jeunesse, de l'éducation populaire, de l'intérieur (agrément sécurité civile) et de l'environnement

**SAMEDI SOIR :** À 18h30 possibilité de visiter les collections paléontologie et minéraux de Bruno Hugon

**Repas 19h30** Avec le mot d'accueil du CSR AuRA et le brief pour l'organisation du lendemain

**20h30 Soirée d'ECHANGES / Conférences débats / Films / Expo permanente.**

Programme définitif de la soirée en cours de finalisation

**DIMANCHE 7 décembre : 9h00 - dernier délais – départ pour les cavités**

**Option 1 : GROTTE DE L' ARCHE (à 5mn du gîte H3S)** Grotte fermée spectaculaire fragile très concrétionnée  
L'accès par l'ancienne voie du tacot est tout aussi spectaculaire. Nombre de personnes limité. (Visite avec le découvreur (Bruno HUGON)  
La visite peut être couplée avec la très belle et spectaculaire via cordata de la Charabotte (à accès réglementé)  
(prévoir une grosse demi-journée pour tout public à minima sportif pour la Via)

**Option 2 : Grotte de VAUX et ou TRAVERSEE AGE DE GLACE** Grotte de VAUX (A 5mn du centre h3s)  
Traversée facile avec P47 Avec un encadrement renforcée cette traversée est accessible en initiation.  
Prévoir une demi-journée pour la traversée seule. Petites verticale remontantes. La traversée sera équipée.  
La visite de la suite du réseau peut se prolonger sur la journée.  
À voir sur : [https://uis2021.speleos.fr/wp-content/uploads/2022/09/1.-Traversee-Age-de-Glace-Grotte-de-Vaux\\_V2.pdf](https://uis2021.speleos.fr/wp-content/uploads/2022/09/1.-Traversee-Age-de-Glace-Grotte-de-Vaux_V2.pdf)

**Option 3 – Grotte de PREOU / Salle des Dunes** (Par l'entrée du petit dernier) (à 15 mn du centre H3S)  
Grotte technique avec plusieurs verticales à équiper et déséquiper - <https://www.ainspeleo.com/les-cavites/> Sur la journée complète

**Option 4 – RANDO KARSTIQUE** dans les falaises de Charabotte (Parcours spectaculaire dans les tunnels du chemin de fer Fantôme  
(Petite demi-journée tout public) Ou Rando Karstique au Crêt du NU

**CERTAINES OPTIONS PEUVENT SE CUMULER SUR LA JOURNEE.**

**COUT du WE par PERSONNE pour les fédérées dans un club du CSR AuRA : 25 €**

**(En option supp. + 30 € uniquement pour la séance bien être du samedi AM)**

*Un tarif adapté sera proposé aux spéléos qui ne souhaiteraient pas être hébergées au centre H3S*

**Le tarif comprend :**

**L'hébergement :** nuitée du vendredi soir, petit déjeuner du samedi matin, repas pique-nique du samedi midi  
dîner du samedi soir, nuitée du samedi, petit déjeuner du dimanche, repas pique-nique du dimanche midi.

**L'encadrement :** Quand cela est nécessaire (par des cadres fédéraux ou des BE)

**La mise à dispo du matériel perso :** (Pour celles qui n'en n'aurait pas !) il sera proposé par le CDS et les clubs  
partenaires (Les besoins seront à préciser lors de l'inscription)

**A noter que ce WE est un WE FEMININ .... PRIORITAIREMENT DESTINEE AU FEMMES FEDEREES EN AURA.**

Il est soutenu par le CSR AuRA, la Région AuRA, et l'Agence Nationale du Sport !

Pour les dames non fédérées, leur participation pourra se faire en fonction du nombre de places disponibles.

Elles bénéficieront en outre d'une aide à l'adhésion sur leur première licence 2026 dans un club AuRA

**Attention le nombre de places est limité !**

**LE DOSSIER COMPLET D'INSCRIPTION EST À RETIRER DANS LES PLUS BREFS DELAIS (avec le règlement)**

**AUPRES DE :** Constance PICQUE [constance.picque@gmail.com](mailto:constance.picque@gmail.com)

**Ou Marie France VAIRON** [mariefrancevairon@gmail.com](mailto:mariefrancevairon@gmail.com)

**Et en dernier ressort : 06 08 71 51 83 pour le CSR Auvergne Rhône-Alpes**

**A PROPOS DE LA SEANCE « SPELEO-BIEN-ETRE » de samedi AM - Prévoir une participation supp de 30€/personne**

Avant d'être **plus bas que Terre** et en somme, de **toucher le fond**, pourquoi ne pas décider une bonne fois pour toutes de prendre un temps pour vous, vous seule...à plusieurs ?!  
En partenariat avec « Taupes Canyon » / Franck PARIS, moniteur de canyonisme et de spéléologie et « Créatrice de bien-être » / Véronique BERTHOD, hypnothérapeute et  
massothérapeute, il vous est proposé de vivre une expérience insolite...sous terre.

Cela commence par une marche souterraine dans une grotte et se poursuit par une plongée dans un état naturel de profond bien-être, confortablement installé dans un hamac.

Un voyage en profondeur : celle de la terre et celle de l'esprit.

Une occasion de se ressourcer par le biais de la relaxation et de la méditation guidée.

Un moyen de retrouver ou d'augmenter la confiance en soi.

Et parce que vous êtes une femme, une spéléologue, adhérente à la Fédération Française de Spéléologie, vous faites partie des destinataires qui auront le droit de profiter de cette  
expérience pas commune en spéléologie.

Vous pourrez également en faire profiter une parente, une amie, une voisine, une collègue...une personne à laquelle vous aimeriez proposer de découvrir  
ce milieu réputé parfois si sombre et si hostile que celui des cavernes. Lui faire découvrir cette activité physique et plutôt sportive...en douceur et en toute  
tranquillité, en profitant du calme de la grotte. Mais aussi en réalisant un petit parcours de progression sur cordes au sein de la cavité, encadré en  
toute sécurité. Une belle manière de partager votre milieu de pratique.

