

Stationnement et point de départ

Le point de départ de l'excursion se trouve près du pont de la rivière Spray, sur la route menant au belvédère des chutes Bow et au terrain de golf de l'hôtel Banff Springs. Garez votre voiture dans le stationnement asphalté près du pont ou dans la voie d'arrêt qui se trouve sur la droite de la route, à environ 50 m de l'autre côté du pont. Vous vous trouvez alors à 20 minutes de marche du centre-ville de Banff.

Le sentier débute à mi-chemin le long de l'allée du terrain de golf, du côté est du pont de la rivière Spray. Pour gagner le point de départ, suivez le chemin asphalté jusqu'au bout de cette première allée, puis empruntez le chemin de terre parallèle en sens inverse de l'autre côté vers la droite, sur une distance de 100 m, jusqu'à ce qu'il monte vers la gauche, sur une colline, au panneau indiquant le sentier de la Rivière-Spray. (NOTA : Il ne s'agit pas du sentier qui longe la rivière Spray.) Suivez cet ancien chemin coupe-feu sur une distance de 0,3 km jusqu'à l'embranchement du sentier du Mont-Rundle, à la gauche.

La description du parcours, illustrée au verso du dépliant, débute ici.

Liste d'équipement

- Imperméable ou coupe-vent léger
- Chandail
- Tuque et gants
- Bottes de randonnée robustes
- Provisions
- Eau – suffisamment pour une longue journée; souvent, il n'y a aucune source d'eau le long du parcours
- Bâtons de marche
- Trousse de premiers soins légère (du ruban, surtout)
- Pantalon coupe-vent léger (si vous portez un short)
- Lampe frontale (pour le cas où vous reviendriez tard)
- Téléphone cellulaire, téléphone satellite et/ou une radiobalise individuelle de repérage
- Le présent dépliant!
- Si le parcours est encore enneigé [voir la section « Saison »], vous aurez sans doute besoin d'un piolet.

Consignes de sécurité

1. Avertissez quelqu'un. Ne partez jamais sans laisser à une personne fiable une description détaillée de votre itinéraire et des détails sur l'heure prévue de votre retour. Le parc vous offre un service facultatif d'inscription pour activités périlleuses. Pour vous inscrire, vous devez vous rendre en personne au Centre d'accueil de Banff.

2. Fixez-vous une heure pour le retour. Planifiez votre journée de façon à vous laisser suffisamment de temps pour redescendre avant la tombée de la nuit. Soyez prêt à rebrousser chemin à une heure précise, que vous ayez ou non atteint le sommet.

3. Restez en groupe. Le fractionnement des groupes figure parmi les causes les plus courantes des problèmes donnant lieu à des demandes d'aide. Si vous devez vous séparer de votre groupe, prenez des dispositions précises pour vous rassembler à nouveau.

4. Soyez prêt pour toutes les conditions météorologiques. En montagne, le météo peut changer rapidement. Pendant la saison estivale, il neige souvent ici. L'ascension d'une montagne de 2 900 m peut ressembler à un voyage vers une latitude différente - au sommet, vous êtes comme en Arctique! Indépendamment des prévisions, apportez toujours dans votre sac à dos des vêtements de protection légers. [Voir la section « Liste d'équipement »]

5. Apportez beaucoup d'eau. Le versant ouest du mont Rundle s'assèche tôt en été.

6. N'oubliez pas... C'est une question de perspective. Plus vous êtes éloigné d'une montagne, plus vous en voyez les caractéristiques. Étudiez votre itinéraire de loin, puis comparez vos impressions à la réalité sur le terrain. Le chemin menant au mont Sulphur et aux sources Upper Hot Springs vous donne une excellente vue sur le sentier du Mont-Rundle.

7. Regardez derrière vous. A la fin d'une longue journée, la descente apparaît toujours différente de ce à quoi vous vous attendiez. Pendant votre ascension, prenez le temps de regarder derrière vous et de mémoriser les points de repère qui vous guideront au retour. Cette démarche est particulièrement importante sur le mont Rundle pour le retour, lorsque vous regagnez le sentier aménagé. Voir [Regardez derrière vous] dans la description du parcours.

8. Suivez le même trajet pour le retour. Les alpinistes chevronnés savent qu'il est à peu près impossible d'évaluer un itinéraire de descente en l'examinant depuis le sommet. Il suffit de changer le parcours de quelques degrés au sommet d'une montagne pour que, à mi-chemin, vous vous trouviez en territoire tout à fait inconnu. Ainsi, à moins d'être absolument sûr de vous, n'entreprenez jamais de suivre un parcours autre que celui qui a servi à la montée.

9. Évitez les raccourcis. En alpinisme, les raccourcis peuvent se révéler très dangereux. Les raccourcis pris par des alpinistes inexpérimentés sont la cause des pires accidents qui sont survenus sur cet itinéraire. Le symbole « X » qui figure sur les photos de ce dépliant correspond aux endroits où sont survenus des accidents graves.

10. Faites attention à la foudre. Les orages sont fréquents en montagne pendant les mois d'été. La foudre et les courants terrestres peuvent tuer. Les orages se développent surtout au cours des après-midi chauds, et les éclairs sont les plus susceptibles de frapper les pics, les arêtes et les protubérances, notamment les alpinistes sur des pentes exposées.

Si vous entendez le tonnerre, descendez immédiatement et regagnez la sécurité des faibles altitudes. Si vous vous trouvez sur un sommet exposé, réfugiez-vous dans un endroit éloigné de tout précipice, recroquevillez-vous en évitant que votre tête ne fasse saillie par

rapport au terrain environnant. Ne vous abritez jamais durant un orage électrique dans des grottes ou sous des rochers en surplomb, car le courant passera à travers vous lorsque la foudre frappe la roche au-dessus et sous vous. Gardez vos pieds collés l'un contre l'autre, asseyez-vous sur votre sac à dos et évitez tout contact avec le sol.

URGENCES

Nuits à la belle étoile

Si, pour une raison quelconque, votre groupe est retenu dans l'arrière-pays, vous devez être équipés pour rester au moins une nuit en montagne. Emportez des vêtements de rechange et de la nourriture à haute teneur énergétique. En montagne, les nuits d'été sont froides et inconfortables, mais la vie des randonneurs est rarement menacée. Si un membre du groupe est blessé, tentez, à l'aide de vos ressources, de conserver sa chaleur et son énergie jusqu'à l'arrivée des secours.

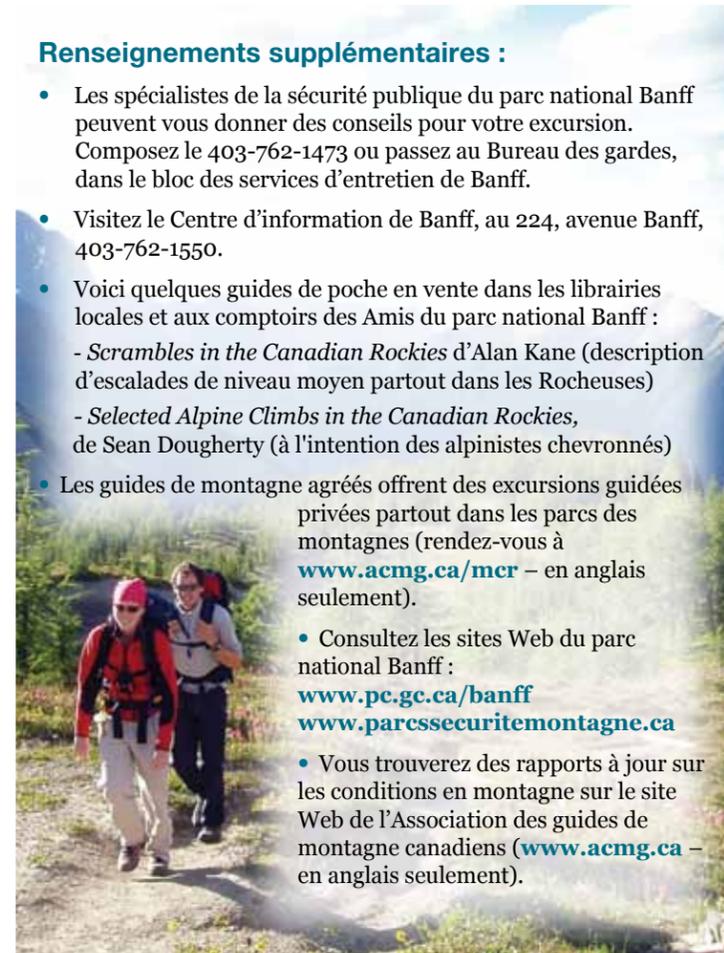
Accidents

En cas d'accident grave, agissez avec prudence - évitez de faire les choses à la hâte, stabilisez le blessé, prenez des mesures pour le protéger de tout autre danger et fournissez-lui un abri. S'il doit être évacué, composez un des numéros d'appels d'urgence ci-dessous ou envoyez quelqu'un chercher de l'aide, préférablement en laissant quelqu'un d'autre sur les lieux pour prendre soin de la personne blessée. Voyez à ce que le messenger ait toute l'information nécessaire, y compris l'emplacement exact des victimes, la nature des blessures et l'heure de l'accident. N'oubliez pas de prendre les clés de la voiture. Si vous avez un téléphone cellulaire, essayez-le.

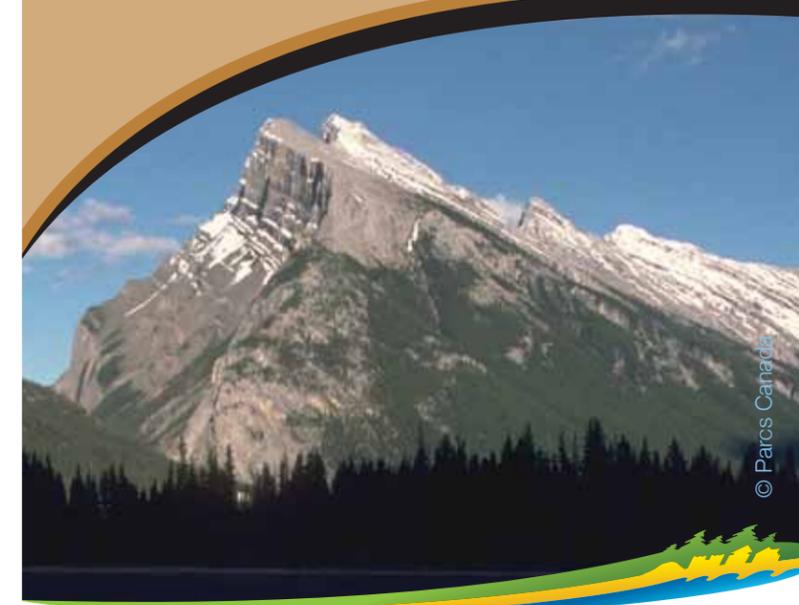
Dans le parc national Banff, voici le **NUMÉRO D'URGENCE** à composer : **403-762-4506** (24 heures sur 24 – urgences uniquement). Vous pouvez aussi composer le **911**. Précisez que vous vous trouvez dans une situation d'urgence en montagne dans le parc national Banff et que vous avez besoin de l'équipe de sauvetage en montagne de Parcs Canada.

Renseignements supplémentaires :

- Les spécialistes de la sécurité publique du parc national Banff peuvent vous donner des conseils pour votre excursion. Composez le 403-762-1473 ou passez au Bureau des gardes, dans le bloc des services d'entretien de Banff.
- Visitez le Centre d'information de Banff, au 224, avenue Banff, 403-762-1550.
- Voici quelques guides de poche en vente dans les librairies locales et aux comptoirs des Amis du parc national Banff :
 - *Scrambles in the Canadian Rockies* d'Alan Kane (description d'escalades de niveau moyen partout dans les Rocheuses)
 - *Selected Alpine Climbs in the Canadian Rockies*, de Sean Dougherty (à l'intention des alpinistes chevronnés)
- Les guides de montagne agréés offrent des excursions guidées privées partout dans les parcs des montagnes (rendez-vous à www.acmg.ca/mcr – en anglais seulement).
 - Consultez les sites Web du parc national Banff : www.pc.gc.ca/banff www.parcsecuritemontagne.ca
 - Vous trouverez des rapports à jour sur les conditions en montagne sur le site Web de l'Association des guides de montagne canadiens (www.acmg.ca – en anglais seulement).



Guide du grimpeur du mont Rundle



Le mont Rundle

Le mont Rundle, imposant pic en forme de cône oblique qui se dresse à l'extrémité sud de la ville de Banff, est l'une des montagnes les plus fréquentées par les alpinistes des Rocheuses. En raison de sa proximité de Banff et de son parcours relativement facile, le mont Rundle est souvent la première véritable montagne des Rocheuses que choisissent d'escalader de nombreux visiteurs. Si le parcours décrit dans ce dépliant est considéré comme facile, il cache certains dangers dont vous devez être conscient. Nous avons donc préparé ce dépliant spécial à l'intention des randonneurs chevronnés et des grimpeurs désireux d'escalader le mont Rundle. Vous y trouverez des renseignements détaillés sur le parcours ainsi que des conseils de sécurité. Ce dépliant a aussi pour but de vous aider à développer certaines techniques qui pourraient se révéler utiles pour d'autres escalades dans les Rocheuses.

Altitude au sommet : 2 949 m **Distance :** 11 km aller-retour
Dénivelé : 1 577 m **Durée moyenne du trajet aller-retour :** 7-8 heures

Degré de difficulté : L'itinéraire le plus facile jusqu'au sommet du mont Rundle décrit une ascension progressive sur le versant droit de la montagne, vu de Banff. Il ne s'agit pas d'un parcours d'alpiniste, si vous suivez la route indiquée et si vous entreprenez l'escalade à la bonne saison. Outre des chaussures de randonnée robustes, vous ne devriez pas avoir besoin d'équipement spécial. La majeure partie du parcours menant au sommet est abrupte et exigeante. Sur les pentes dégagées qui dominent la limite forestière, il n'est pas nécessaire de s'agripper pour se tenir en équilibre, mais il peut devenir inconfortable et fatigant de marcher sur les pentes raides. Le terrain peut également devenir très glissant lorsqu'il est mouillé. L'itinéraire suggéré est assez direct, mais il comporte plusieurs tronçons dangereux où des erreurs ont déjà entraîné une catastrophe.

Saison : Le mont Rundle s'escalade en été. Le parcours est à son meilleur lorsqu'il est complètement dégagé de neige. En raison de sa forme et de son orientation, le versant ouest de la montagne, c'est-à-dire celui sur lequel devrait se faire l'ascension, est libre de neige généralement plus tôt que de nombreux autres pics de la région. Avant votre départ, il est facile de vérifier s'il reste encore de la neige à flanc de montagne - vous pouvez apercevoir le parcours entier depuis la route du mont Sulphur et des sources thermales Upper Hot Springs.

DESCRIPTION DU PARCOURS

Le parcours débute au carrefour des sentiers du Mont-Rundle et de la Rivière-Spray. (Pour vous rendre à ce point de départ, reportez-vous au verso de ce feuillet.) (Les chiffres qui suivent correspondent aux numéros figurant sur les photos.)

1. Tronçon inférieur

Suivez le sentier aménagé qui monte en pente soutenue sur le versant boisé inférieur du pied de la montagne. Lorsque le versant devient plus escarpé, le parcours oblique vers la droite et s'aplanit. Après une cinquantaine de minutes de marche, vous atteindrez le premier d'une douzaines de lacets.

2. Premières falaises

Sur la photo du parcours, vous constaterez que ces lacets franchissent une série de falaises. Notez bien l'emplacement de ces barres rocheuses, qui figurent au nombre des dangers associés à cette excursion. (Voir la section 3 « Ravine centrale », ci-dessous)

Au sommet des lacets, le sentier s'aplanit à nouveau vers la droite avant de redescendre et de traverser la première de deux ravines boisées. Peu après la deuxième ravine, la partie aménagée du sentier se termine abruptement au bord d'une grande dépression rocheuse connue sous le nom de *ravine centrale*.

3. Ravine centrale

La *ravine centrale* marque la fin du sentier de randonnée et le début de la « grimpe ». Le parcours jusqu'au sommet traverse cette ravine, puis remonte la crête boisée qui se trouve de l'autre côté. Avant de poursuivre votre route, veuillez prendre note des deux conseils suivants :

- **Ne remontez pas la ravine centrale!** Malgré les apparences, ce parcours jusqu'au sommet est rempli de dangers. La ravine semble facile à franchir au départ, mais la pente devient de plus en plus escarpée, formant des dalles dangereusement lisses qui ont vu périr plusieurs excursionnistes!
- **À la descente, vous devez revenir à ce point pour regagner le sentier de randonnée!** De l'autre côté de la ravine, la fin du sentier aménagé est étonnamment difficile à repérer. Par le passé, plusieurs accidents mortels sont survenus lorsque des grimpeurs égarés ont essayé de prendre un raccourci à travers la première barre rocheuse qui se trouve 100 m plus bas. L'administration du parc a posé des repères jaunes pour mieux délimiter le parcours au-delà de la ravine, afin que les grimpeurs qui redescendent ne perdent pas de vue ce parcours critique et puissent retrouver le sentier aménagé au retour.

Une fois parvenu à la fin du sentier de randonnée, descendez quelques mètres et traversez la ravine (qui peut encore contenir de la neige d'avalanche) pour gagner le pied de barres rocheuses en face. Contournez cette falaise vers la droite.

À cet endroit, [Regardez derrière] vous pour noter l'emplacement du repère qui marque la fin du sentier aménagé.

4. Crête boisée

Grimpez le long du parcours abrupt au milieu des arbres, immédiatement à la droite du promontoire rocheux. Optez toujours pour le tracé le plus évident qui décrit une montée directe sur la pente. Il n'y a plus de sentier « aménagé ». Seuls quelques arbres ont été coupés, et le parcours est glissant par endroits. A environ 100 m, le parcours bifurque vers la droite en s'aplanissant et s'éloigne des pentes escarpées qui dominent la ravine centrale.

A partir d'ici, le parcours monte essentiellement en ligne droite dans la forêt. Le tracé est évident, mais il est lisse et en pente raide. Près de la limite forestière, il a été érodé au point d'exposer le lit rocheux. Ce tronçon entier peut devenir extrêmement glissant lorsqu'il est mouillé.

5. Dos du dragon

La pente que vous suivez est en fait une crête délimitée par la *ravine centrale* à la gauche et une autre ravine semblable à la droite. Cette crête vous amène presque jusqu'au sommet. Au-delà de la limite forestière, la crête se rétrécit graduellement pour former le « *dos du dragon* », une arête de calcaire lisse entre les deux ravines. Pour une bonne partie du trajet, le dos du dragon est couvert de gravier meuble et il y a des escarpements raides de chaque côté. Faites attention! [Regardez derrière vous]

6. Sommet

Passé le *dos du dragon*, il faut s'atteler à une pénible ascension dans de la pierraille instable jusqu'à l'arête faîtière, crête aérienne du chaînon qui domine la paroi verticale est du mont Rundle. Suivez l'arête vers la droite, sur une distance d'environ 100 m (en grande partie du côté droit de la crête), jusqu'à ce que vous parveniez au sommet marqué par un cairn. Vous y trouverez une petite surface plane où vous pouvez vous reposer et admirer le paysage.

• **Corniches** : Demeurez bien à l'écart des secteurs enneigés. Les corniches sont habituellement en suspension au-dessus du vide et constituent un piège mortel pour les imprudents qui s'y aventurent!

• **Résistez à la tentation de gagner les autres pics du chaînon vers le sud.** Ils sont plus éloignés qu'ils n'en ont l'air, et seuls les alpinistes chevronnés munis d'équipement adéquat devraient s'y aventurer.

DESCENTE

Il faut à tout prix redescendre par le même chemin. Revenez sur vos pas. Pas de raccourcis!

N'essayez pas de redescendre par l'une des ravines. Ces parcours peuvent sembler possibles vus du sommet, mais le terrain que vous ne pouvez apercevoir du haut de la montagne devient dangereux en aval. Les deux ravines ont déjà piégé ou tué des excursionnistes.

La crête vous ramène à la forêt. Les repères jaunes, fixés aux arbres

vous aideront à reprendre la bonne route vers la *ravine centrale*. Si vous pensez avoir dépassé le sentier de randonnée et être descendu trop loin, vous n'avez qu'un seul choix, celui de **remonter jusqu'au sentier**. Ne tentez pas de descendre les falaises!

Un dernier détail : en route vers le sommet, il se peut que vous ayez remarqué les dommages causés au sentier par les randonneurs qui prennent des raccourcis au retour. Veuillez ne pas couper à travers les lacets.

Vous avez maintenant conquis le mont Rundle! Si vous souhaitez pratiquer la grimpe sur d'autres sommets de même niveau de difficulté, sachez que Parcs Canada a préparé un dépliant semblable pour les monts Cascade et Temple, près de Banff. Si vous avez déjà escaladé ces sommets et que vous recherchez d'autres défis, le moment est venu de faire l'achat de *Scrambles in the Canadian Rockies*, d'adhérer au Club alpin, de retenir les services d'un guide ou de vous inscrire à un cours... Bonne chance!

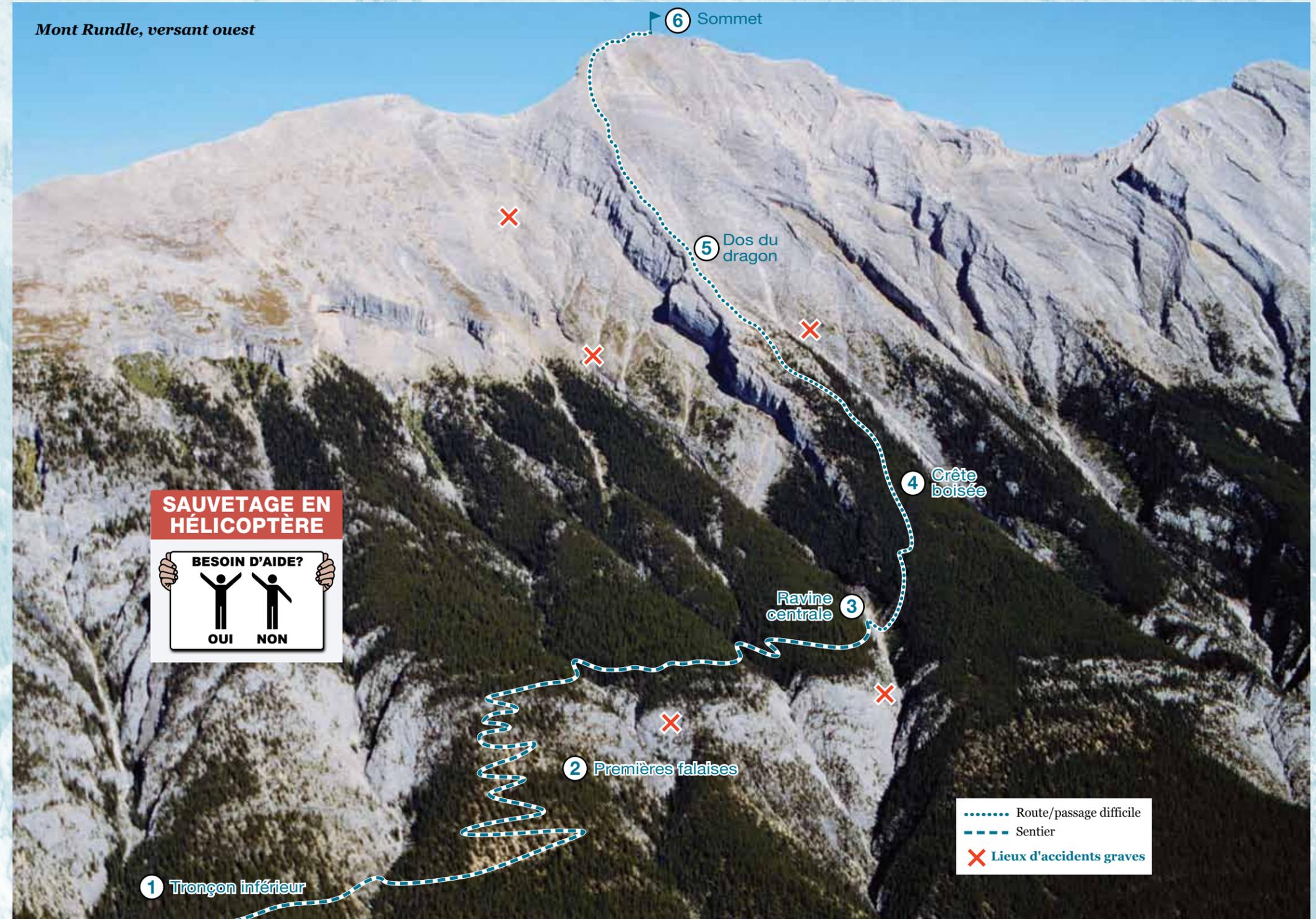


Photo : Brad White/Parcs Canada
Also available in English.

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada
N° catalogue : R64-391/2012F
ISBN : 978-1-100-98752-1