

Guide du grimpeur Mont Cascade



Au sujet du mont Cascade

Le mont Cascade est le pic spectaculaire qui se dresse devant vous en direction nord-est, lorsque vous êtes dans la rue principale de Banff. Il existe des parcours d'escalade de haut niveau du côté visible de la montagne, mais le parcours le plus sûr et le plus facile est caché, sur le versant ouest.

Le mont Cascade offre l'un des parcours de grimpe les plus faciles des environs de Banff. Cependant, toutes les montagnes présentent des dangers. Le présent dépliant contient des renseignements détaillés sur le parcours et des conseils de sécurité importants. Il vous aidera à parfaire des techniques que vous pourrez ensuite utiliser sur d'autres parcours des Rocheuses.

La description qui suit s'adresse aux grimpeurs et aux randonneurs robustes.

Altitude au sommet : 2 998 m

Gain d'altitude : 1 460 m

Distance : environ 18 km aller-retour

Durée moyenne du trajet aller-retour : 9 heures

Degré de difficulté : La majeure partie du parcours est exigeante, et il faut monter de façon soutenue. Environ le quart du trajet se fait sur des talus d'éboulis instables. À certains endroits, vous devrez vous servir de vos mains pour maintenir votre équilibre. D'ordinaire, il n'est pas nécessaire de se munir d'équipement d'escalade de haut niveau. Il n'y a pas de sentier aménagé, mais vous trouverez des repères le long du parcours officiel au-delà de la limite forestière. Des sentiers battus sont visibles ici et là, mais certains se trouvent « hors-parcours », c'est-à-dire qu'ils vous mènent dans la mauvaise direction.

Liste d'équipement

- Imperméable ou coupe-vent léger
- Chandail
- Tuque et gants
- Bottes de randonnée robustes
- Provisions
- Eau (en quantité suffisante pour une longue journée; il n'y a souvent 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 (la réception varie le long du parcours), téléphone satellite et/ou radiobalise individuelle de repérage
- Exemple du présent dépliant!

Si le parcours est enneigé (voir la section « Saison »), vous aurez sans doute besoin d'un piolet.

Saison

Important! Le mont Cascade s'escalade en été.

Le parcours est optimal quand il est déneigé (généralement de la fin de juin ou du début de juillet à septembre). Avant de partir, scrutez la crête de gauche près du sommet depuis l'avenue Banff. Si elle est enneigée, il se peut que vous soyez forcé de rebrousser chemin à cet endroit.

Renseignements supplémentaires

- Les spécialistes de la Sécurité des visiteurs du parc national Banff fournissent une aide et des conseils pour la planification d'excursions. Composez le 403-762-1470 ou passez au Bureau des gardes, dans le bloc des services d'entretien de Banff.
- Visitez le Centre d'accueil de Parcs Canada à Banff, à Lake Louise ou à Field, ou appelez le Centre d'accueil de Banff au 403-762-1550.
- Voici quelques guides en vente dans les librairies locales :
 - *Scrambles in the Canadian Rockies*, d'Alan Kane (description d'excursions de grimpe de difficulté moyenne dans les Rocheuses)
 - *Rockies Central Guide*, de David P. Jones
 - *The 11,000ers of the Canadian Rockies*, de Bill Corbett
- Les guides de montagne agréés offrent des excursions guidées privées dans les parcs des montagnes : www.acmg.ca (en anglais seulement).
- Consultez le site Web du parc national Banff : www.pc.gc.ca/banff (renseignements généraux) www.pc.gc.ca/sentiersbanff (rapport sur l'état des sentiers) www.parcsecuritemontagne.ca (renseignements sur la sécurité)
- Le site Web de l'Association des guides de montagne canadiens renferme des rapports sur les conditions en montagne (www.mountainconditions.com – en anglais seulement).

En cas d'URGENCE, faites le 911 ou, si vous avez un téléphone satellite, le 403-762-4506.

Les téléphones cellulaires ne sont pas fiables partout dans le parc.

Consignes de sécurité

- 1. Avertissez quelqu'un.** Ne partez jamais sans laisser à une personne fiable les détails de votre itinéraire. Inscrivez-y votre destination, l'heure prévue de votre retour, la description de votre véhicule, votre numéro de plaque d'immatriculation, l'endroit où vous comptez garer votre véhicule et le numéro de téléphone du Service de répartition de Banff : 403-762-1470.
- 2. Fixez-vous une heure de demi-tour.** Planifiez votre journée de façon à vous laisser suffisamment de temps pour rentrer avant la tombée de la nuit. Rebroussez chemin à l'heure établie, que vous ayez atteint le sommet ou non.
- 3. Restez en groupe.** Le fractionnement des groupes figure parmi les causes les plus courantes des problèmes donnant lieu à des appels à l'aide. Si vous devez vous séparer de votre groupe, prenez des dispositions précises pour vous retrouver.
- 4. Soyez prêt pour toutes les conditions météorologiques.** Le temps peut se gâter rapidement en montagne. Il n'est pas rare de voir tomber de la neige en été! Escalader une montagne de 3 000 m équivaut à faire un voyage à une latitude différente. Vous pourriez vous retrouver sous des conditions hivernales. Quelles que soient les prévisions, apportez toujours dans votre sac à dos des vêtements de protection—voir la section « Liste d'équipement ».
- 5. Apportez beaucoup d'eau.** Plus vous grimpez, plus l'eau risque de se faire rare. Le mont Cascade est particulièrement sec en été.
- 6. Tout est une question de perspective.** Plus vous êtes éloigné d'une montagne, plus vous en voyez les caractéristiques. Pour obtenir un meilleur aperçu du parcours entier, étudiez-le de loin si possible. Une fois sur place, les reliefs rapprochés peuvent vous bloquer la route. Des falaises dissimulées peuvent vous amener dans la mauvaise direction. Le mont Cascade en est un bon exemple—prêtez attention! N'oubliez pas qu'il existe un parcours balisé au-dessus de la limite forestière.
- 7. Regardez derrière vous.** À la fin d'une longue journée, la descente paraît toujours différente. Pendant votre ascension,

prenez le temps de regarder derrière vous et de mémoriser les points de repère qui vous guideront au retour. **Consultez les rappels « [Regardez derrière vous] » de la description.**

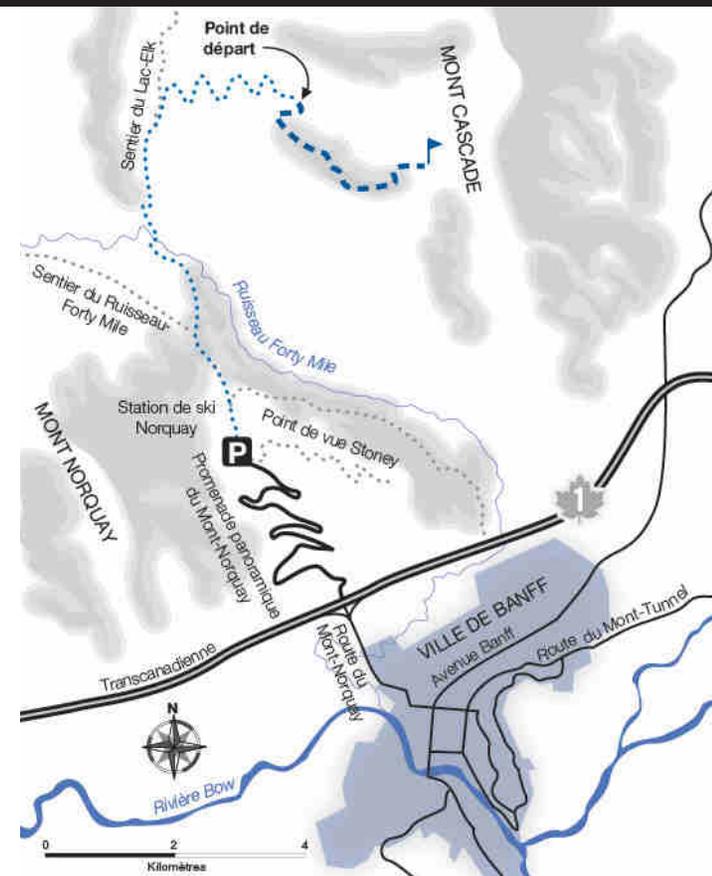
- 8. Suivez le même trajet pour la descente.** Il suffit de changer le parcours de quelques degrés au sommet d'une montagne pour que, à mi-chemin, vous vous retrouviez en terrain tout à fait inconnu.
- 9. Évitez les raccourcis.** Tenez-vous-en au parcours décrit! Les raccourcis en montagne peuvent mener à des accidents graves, comme cela s'est déjà produit sur le mont Cascade (voir le symbole « X » sur la photo du parcours).
- 10. Faites attention à la foudre.** Les orages sont fréquents en montagne pendant les mois d'été. La foudre et les courants terrestres peuvent être mortels. Les orages se développent surtout au cours des après-midi chauds, et les éclairs frappent principalement les pics, les crêtes et les éléments saillants, notamment les excursionnistes, sur les pentes exposées.

Si vous entendez du tonnerre :

Descendez immédiatement pour regagner la sécurité des faibles altitudes.

Si vous vous trouvez à découvert pendant un orage :

- Réfugiez-vous à l'écart de tout précipice.
- Recroquevillez-vous en évitant que votre tête ne fasse saillie par rapport au terrain environnant.
- Asseyez-vous sur votre sac à dos, à l'écart de tout objet en métal.
- Restez les pieds joints et veillez à ce qu'aucune autre partie de votre corps ne touche le sol.
- Évitez de vous abriter dans une grotte ou sous des rochers en surplomb. Le courant passera à travers vous lorsque la foudre frappera la roche au-dessus et au-dessous de vous.



Point de départ

À partir de Banff, suivez la route du Mont-Norquay (route d'accès ouest à Banff) jusqu'à la station de ski Norquay. Le sentier de 7,4 km qui mène à l'amphithéâtre Cascade débute au pavillon de jour situé à la droite, au fond du premier stationnement.

Passez devant le pavillon de jour et empruntez un chemin de desserte qui traverse la station de ski et la base des trois télésièges. À quelques mètres au-delà du télésiège Mystic, empruntez le sentier qui descend vers le ruisseau Forty Mile.

Au ruisseau, prenez l'embranchement de droite à l'intersection et suivez le sentier du Lac-Elk sur 2,5 km jusqu'à l'endroit où le sentier signalisé menant à l'amphithéâtre Cascade s'embranchement vers la droite. Ce sentier boisé monte de façon soutenue sur une série de lacets escarpés jusqu'à l'amphithéâtre Cascade, un pré ouvert au bout du sentier entretenu. C'est ici que débute le parcours de grimpe décrit dans le présent dépliant.

URGENCES

À la belle étoile

Si, pour une raison quelconque, votre groupe prend du retard, vous devez être prêt à passer au moins une nuit à la belle étoile (prenez l'habitude d'apporter des vêtements de rechange et de la nourriture à haute teneur énergétique). En altitude, les nuits d'été passées dehors peuvent être froides et inconfortables, mais elles sont rarement mortelles. Si un membre du groupe est blessé, mettez à profit vos ressources pour l'aider à 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 faut l'évacuer, composez l'un des numéros d'urgence fournis ci-dessous ou envoyez quelqu'un chercher de l'aide.

Idéalement, une personne devrait rester sur les lieux pour prendre soin du blessé. Si vous avez un téléphone cellulaire, essayez-le!

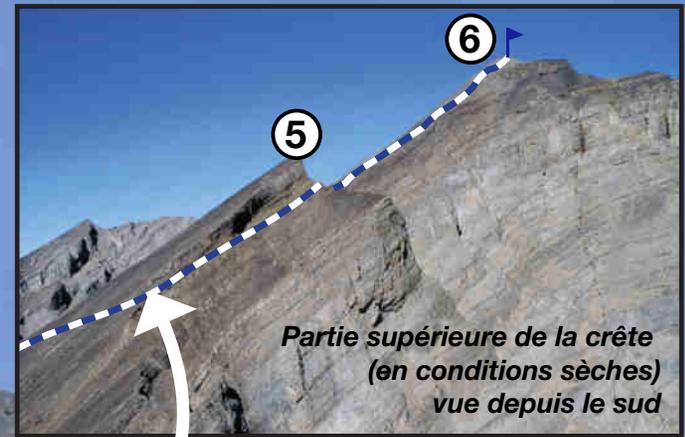
- Veillez à ce que la personne qui part chercher de l'aide ait tous les renseignements nécessaires (emplacement exact du blessé, nature des blessures et heure de l'accident). N'oubliez pas les clés de la voiture.

Dans le parc national Banff, voici les **NUMÉROS** à composer en cas **D'URGENCE** :

- **403-762-4506** (service accessible 24 heures sur 24 – réservé aux situations d'urgence)
- **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 sauveteurs de Parcs Canada)

NUMÉROS D'URGENCE :
403-762-4506 ou 911

(Consultez aussi la section URGENCES
au verso de la page)



Parcours de rechange

Parcours balisé

X

X

X

X

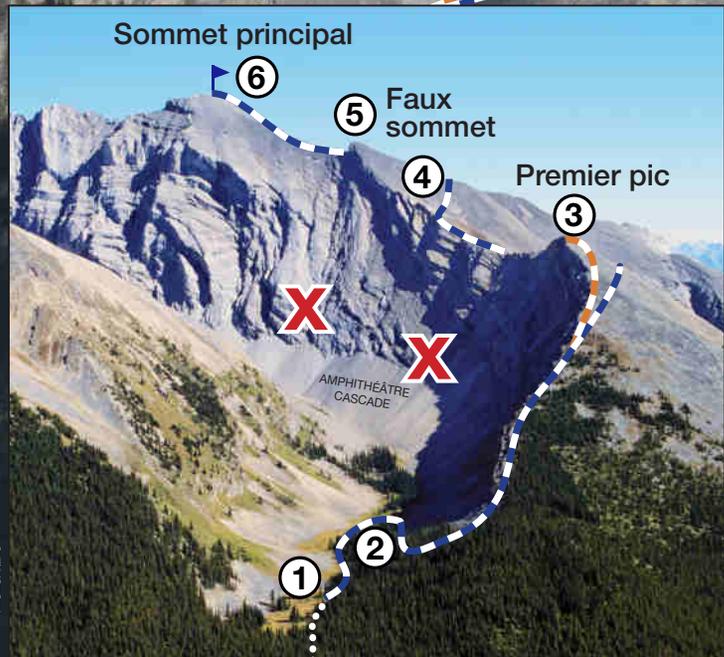
**SAUVETAGE EN
HÉLICOPTÈRE**

BESOIN D'AIDE?



OUI

NON



Description du parcours

Le parcours menant au sommet du mont Cascade débute à l'amphithéâtre Cascade (voir la carte et les renseignements sur le point de départ, au verso, pour savoir comment vous y rendre). Les chiffres de la description correspondent aux numéros figurant sur la photo du parcours.

1 Prés de l'amphithéâtre

Ces prés sont à la fois la destination des randonneurs qui empruntent le sentier et le point de départ du parcours menant au sommet. L'amphithéâtre Cascade est l'immense cuvette qui décrit un arc de cercle vers la gauche devant vous. Le parcours jusqu'au sommet suit principalement l'arête des escarpements qui forment la paroi droite de l'amphithéâtre. Prenez quelques instants pour en repérer les principales caractéristiques : le premier pic, le faux sommet et le sommet principal, que vous pouvez apercevoir depuis les prés.

2 Point de départ

Suivez le sentier qui traverse les prés jusqu'à ce que vous ayez presque dépassé la bande de forêt à votre droite. Quittez ensuite le sentier en bifurquant vers la droite et empruntez un sentier étroit qui oblique vers la droite, au pied de la pente abrupte. Au-delà des escarpements, ce sentier remonte le versant en terrain sûr pour atteindre les pentes plus douces qui bordent le sommet des parois de la cuvette. Suivez cette « bordure » jusqu'à la limite forestière de la crête. Évitez de traverser les affleurements escarpés vers la gauche, sous la crête de l'escarpement.

3 Premier pic

Une fois à la limite forestière, vous avez deux options : suivre un parcours balisé à travers les rochers pour contourner le premier pic par la droite ou poursuivre votre chemin sur la crête jusqu'à ce que vous ayez franchi le premier pic.

Conseil : À partir de cet endroit, prenez le temps de regarder derrière vous pour examiner le trajet parcouru, afin de mémoriser les repères qui pourront vous guider à la descente. Les conditions météorologiques et la visibilité peuvent changer. Reportez-vous aux rappels **[Regardez derrière vous]** de la description pour connaître les endroits clés.

4 Col caché

Regardez en direction du faux sommet, soit le prochain relief le long de la crête. À partir d'ici, appliquez bien vos techniques d'orientation! Ce pic porte bien son nom : une fois rendus, nombre de randonneurs ont été étonnés de constater que ce pic n'était pas le sommet et qu'une falaise abrupte bloquait la progression vers le sommet réel.

Au-delà du premier pic, l'ascension de la crête se fait facilement, sur de la mousse et de la terre lisse. Dès que la surface de la crête se transforme en roche solide, vous devez descendre un petit ressaut (2 m) à la droite. Poursuivez votre route sur le même genre de terrain facile, au pied d'une petite falaise située du côté droit de la crête. Vous atteindrez un petit col évident, demeuré jusqu'alors invisible.

[Regardez derrière vous]

Cette brèche dans la crête est le point de repère depuis lequel vous devez contourner les obstacles qui se cachent au-delà du faux sommet. Ignorez le sentier bien tracé qui monte directement sur le versant devant vous. Prenez plutôt l'étroit sentier plat et balisé qui traverse une pente de 230 m de largeur jusqu'à l'arête de droite, du côté sud de la montagne, d'où vous avez une vue sur la vallée de la Bow.

[Regardez derrière vous]

5 Faux sommet

[Voir la photo en encadré] Une fois du côté sud de la montagne, faites un virage et descendez une petite barre rocheuse. Suivez un sentier balisé dans le talus d'éboulis au pied de ces escarpements. S'il y a de la neige sur cette pente, songez à faire demi-tour. En quelques minutes, vous gagnerez une petite crête au bord de la dernière pente. Vous devez la franchir pour rejoindre la crête principale, au-delà du faux sommet. **[Regardez derrière vous]**

Cette pente forme une cuvette escarpée qui domine un précipice. Lorsque le terrain est sec, le parcours se fait en grande partie sur de la terre non durcie. Le trajet est facile, mais vertigineux. C'est également ici que la neige fond en dernier sur ce versant de la montagne. Une chute pourrait être désastreuse. S'il y a de la neige, traversez cet endroit avec grande prudence et soyez prêt à rebrousser chemin si vous doutez de votre sécurité. Un piolet d'alpiniste peut se révéler utile.

6 Sommet principal

À partir du petit col caché derrière le faux sommet **[Regardez derrière vous]**, vous devrez grimper sur un long talus d'éboulis jusqu'au sommet principal, qui est marqué par un cairn. Admirez le superbe panorama, mais demeurez loin des corniches de neige (la plupart d'entre elles finissent par se décrocher de la montagne en été). Vous êtes à 2 998 m d'altitude.

Descente

Pour la descente, empruntez le même parcours balisé. Retracez vos pas et évitez les raccourcis! Longez la crête, en contournant le faux sommet et le premier pic. Ne déviez surtout pas du parcours (vous perdrez votre temps en vous en éloignant, et vous pourriez vous retrouver en terrain dangereux).

Depuis la crête qui domine le faux sommet, il pourrait être tentant de prendre un raccourci en descendant tout droit vers l'amphithéâtre Cascade. Cette décision pourrait vous être fatale! Examinez la photo du parcours : vous y verrez les immenses falaises qui vous attendent plus bas, même si elles sont invisibles maintenant.

L'habitude que vous avez prise de regarder derrière vous pendant l'ascension vous aidera à retracer votre parcours rapidement à la descente. Suivez le parcours balisé qui contourne le premier pic du côté gauche, ou grimpez par-dessus et descendez le long de la crête jusqu'à la limite forestière. Par beau temps, le versant sud-ouest qui descend vers la station de ski Norquay peut sembler un raccourci facile pour regagner le terrain de stationnement. Ce serait encore une fois une grave erreur que de vous y engager! Vous vous retrouveriez au pied d'escarpements infranchissables, sans aucune possibilité de regagner le sentier.

Vous avez conquis le mont Cascade! Si vous souhaitez pratiquer la grimpe sur d'autres sommets de même niveau de difficulté, sachez que Parcs Canada a préparé des dépliants semblables pour le mont Rundle, près de Banff, et pour le mont Temple, à Lake Louise. Si vous avez déjà escaladé ces sommets et que vous recherchez d'autres défis, le moment est venu de choisir l'un des parcours décrits dans le guide de poche *Scrambles in the Canadian Rockies*, d'adhérer au Club alpin du Canada, de retenir les services d'un guide de montagne agréé ou de vous inscrire à un cours d'escalade de rocher ou d'alpinisme... Bonne chance!

NUMÉROS D'URGENCE :
403-762-4506 ou 911

(Consultez aussi la section URGENCES
au verso de la page)

