



CLUB ALPIN SUISSE - SECTION LA DÔLE

Programme des courses 2016 (hiver)

Date	But	Chef de course	Type	Cotation	Remarques
Décembre	26 La Berthe (1989 m)	Pascal Imfeld	Peaux	F	
Janvier	3 Col de Fenêtre (2245 m)	Nils Gindrat	Peaux	PD	
	9 Mont-Tendre, la nature en hiver (1679 m)	Michel Ruffieux	Raqu.	PD	
	9 Dent de Valerette (2050 m)	Roland Meyer	Peaux	F	
	16 Pic Chaussy (2351 m)	Guy Willis	Peaux	PD	
	17 Cours avalanches	Daniel Beffa	Peaux	F	Formation
	23 Luan - Chaux Commune par Tompey (2205 m)	Fabrice Coppex	Peaux	AD	
	23 Signal de Soi et plus	Pascal Imfeld	Peaux	AD	
	24 Col de Pavis (1943 m)	Pierre Hanhart	Peaux	F	
	24 Mont Tendre (1679 m)	Doris Genoud	Peaux	F	
	30 Dent de Vaulion (1482 m)	Philip Keller	Raqu.	PD	
	30-31 Week-end hors piste	Christian Spahni	Peaux	F	**
Février	6 Pointe de Chalune (2116 m)	Pierre Mischler	Peaux	F	
	6 Pointe Ronde (2700 m)	Laurent Amiet	Peaux	AD	
	7 Cascade de Glace	Frank Bussink	Glace	PD	
	7 Course plaisir	Roland Meyer	Peaux	F	
	13 Teysachaux - Boucle par Tremetta (1909 m)	Fabrice Coppex	Peaux	AD	
	13 Pointe d'Euzanne (2326 m)	Nicolas Lecoultre	Peaux	PD	
	14 Col de Fenestral (2455 m)	Doris Genoud	Peaux	F	
	20 Spitzhorli (2726 m)	Philip Keller	Raqu.	PD	
	21 Bonhomme de Tsapi (2802 m)	Bernard Jeangros	Peaux	PD	
	21 Le Van (Vanil du Van) (1966 m)	Doris Genoud	Peaux	PD	
	27 Tête de Saint-Jacques (1992 m)	Pierre Hanhart	Peaux	PD	
	28 Aravis - Pententes raides (2309 m)	Nils Gindrat	Peaux	D	
Mars	5 Pra de Cray de Château-d'Oex (2198 m)	Fabrice Coppex	Peaux	AD	
	6 La Pointe des Gros Six (2873 m)	Laurent Amiet	Peaux	PD	
	6 Col des Angroniettes (2936 m)	Bernard Jeangros	Peaux	PD	
	10-13 Traversée de l'Appenzell (1782 m)	Philip Keller	Raqu.	PD	
	12-13 Galmschibe et Mägisserhorn (2400 m)	Pierre Mischler	Peaux	PD	
	12 Les Louerettes (3068 m)	Nicolas Lecoultre	Peaux	PD	
	13 Dent de Morcles (2968 m)	Doris Genoud	Peaux	PD	
	19 3 cols Chardonnet - Saleinaz - Tour (3300 m)	Christian Spahni	Peaux	AD	
	20 Pointe des Grands (3101 m)	Doris Genoud	Peaux	AD	
	29-1 Haute-Route autour d'Arolla	Christian Spahni	Peaux	AD	
Avril	1-3 Dômes de Miage (3670 m)	Roland Meyer	Peaux	AD	
	2-3 Week-end ski rando - Région de la Fouly	Fabrice Coppex	Peaux	AD	
	9-10 Arpitettaz - Point 3600 (3600 m)	Roland Meyer	Peaux	AD	
	9-10 Spitzhorli et Böshorn (3268 m)	Pierre Mischler	Peaux	AD	
	16 Pacheu en boucle (2800 m)	Christian Spahni	Peaux	D	
	23-24 Nordend (4609 m)	Frank Bussink	Peaux	AD	
	30-1 Strahlhorn (4190 m)	Nils Gindrat	Peaux	AD	

** Course avec finance d'inscription - paiement min. 3 semaines à l'avance !

Cotations : F = Facile, PD = Peu Difficile, pentes modérées

AD = Assez Difficile (expérience de plusieurs courses de peau de phoques nécessaire; bon niveau de ski)

D = Difficile (très bon niveau de ski - maîtrise de pentes raides > 40°)

La cotation ne tient pas compte de la longueur de la course, mais uniquement de la difficulté et de l'engagement.

Matériel spécifique (liste non exhaustive) :

Pour toutes les courses de peaux : DVA (+ utilisation maîtrisée !), pelle, sonde avalanche (location possible au local), skis avec fixations de randonnée, peaux et couteaux (location dans magasins de sport: voir annonceurs dans le bulletin)

Escalade - mercredi soir chaque deux semaines : renseignements sur site internet & Facebook



CLUB ALPIN SUISSE - SECTION LA DÔLE

Programme des courses 2016 (été)

Date	But	Chef	Type	Cotation	Remarques
Mai	1 Cours Escalade	Daniel Beffa	Escal.	F	Formation
	5-8 Ardèche (F)	Christophe Straessle	Escal.	F	**
	21 Sortie VTT - Rochefort (1400 m)	Christian Spahni	VTT	PD	
Juin	5 Rochers de la Latte (1900 m)	Laurent Amiet	Escal.	PD	
	5 Bisse de Niwärich (1300 m)	Sylvette Pezet	Rando	PD	
	12 Via Ferrata des Rochers de Naye (2000 m)	Mathys Lehmann	Ferrata	D	
	19 Tour de la Dent et du Château d'Oche (1944 m)	Elsbeth Koehli	Rando	AD	
	25-26 Cours alpinisme (2825 m)	Fabrice Coppex	Alpi	F	Formation **
	25-26 Massif du Mont-Blanc (3900 m)	Roland Meyer	Escal.	AD	
26 Col des Pauvres (2111 m)	Marianne Stäubli	Rando	PD		
Juillet	2-3 Aiguille de l'Index et de la Persévérance (2900 m)	Laurent Amiet	Escal.	AD	
	2-3 Tête Blanche - Petite Fourche - Aiguilles du Tour (3540 m)	Denis Salamon	Alpi	PD	
	2 Les Singes (1000 m)	Christian Spahni	Escal.	PD	
	3 Trou de la Mouche (2467 m)	Sylvette Pezet	Rando	AD	
	9-10 Wildhorn (3248 m)	Marie Zitkova	Alpi	PD	
	9-10 Wiwanni (3000 m)	Christian Spahni	Escal.	AD	
	10 Dent de Jaman (1875 m)	Roseline Hanhart	Rando	PD	
	10 Aiguille de l'M (2844 m)	Frank Bussink	Escal.	D	
	16-17 VTT Sangernboden- Charmey (& bains) - Montreux (1637 m)	Fabrice Coppex	VTT	AD	
	16-17 Dri Horlini - traversée Weissmies (4000 m)	Christian Spahni	Alpi	AD	
	23-24 Pigne d'Arolla (3796 m)	Mathys Lehmann	Alpi	PD	
	30-31 Mont Buet (3096 m)	Tanya Meredith	Rando	D	
	30-31 Col Forclettaz (2874 m)	Marianne Stäubli	Rando	PD	
	30-31 La Ruinette (3800 m)	Christian Spahni	Alpi	AD	
Août	6-7 Wildstrubel (3244 m)	Marie Zitkova	Alpi	PD	
	13-14 Allalin par Hohlaubgrat (4027 m)	Mathys Lehmann	Alpi	PD	
	13-14 Cabane Arpitettaz (3000 m)	Christian Spahni	Escal.	PD	
	14 Cabane Xavier-Bagnoud (2641 m)	Marianne Stäubli	Rando	PD	
	19-21 Bächlitalhütte, Lauteraahütte, Grimsel, Sidelhorn (3000 m)	Pierre Mischler	Rando	AD	
	20-21 Aiguille d'Orny (3150 m)	Laurent Amiet	Escal.	AD	
	20 Pointe Percée (2752 m)	Tanya Meredith	Rando	D	
	27-31 Trek Zwischenbergen - San Pietro / Valle Antrona	Elsbeth Koehli	Rando	AD	
	28 Pain de Sucre, Arête SE Zucchero (2900 m)	Denis Salamon	Escal.	D	
Septembre	4 Vanil de l'Écri (2375 m)	Sylvette Pezet	Rando	AD	
	11 Etivaz - col de Jable - Vidamanette (2130 m)	Elsbeth Koehli	Rando	PD	
	17-19 Dôme des Ecrins (4015 m)	Frank Bussink	Alpi	PD	
	17-18 Adelboden (2613 m)	Christophe Straessle	Rando	AD	
	24 VTT - Alpes	Nils Gindrat	VTT	D	
	30-2 Wasserfallenweg, de Soleure à Bâle (1279 m)	Philip Keller	Rando	PD	
Octobre	8-9 Bovonne - Gorge de l'Avançon (1664 m)	Marianne Stäubli	Rando	F	
	9 Sortie escalade	Daniel Beffa	Escal.	F	
	9 Grand Chavalard (arête SSW) (2899 m)	Tanya Meredith	Rando	PD	
	23 VTT - Tour de la Dôle	Nils Gindrat	VTT	F	
Novembre	6 Dry Tooling	Frank Bussink	Glace	PD	
	13 Escalade artificielle	Frank Bussink	Escal.	PD	

** Course avec finance d'inscription - paiement min. 3 semaines à l'avance !

Cotations : F = Facile, PD = Peu Difficile, AD = Assez Difficile (expérience de plusieurs courses nécessaire; bon niveau dans le type d'activité)
D = Difficile (très bon niveau - expérience confirmée)

La cotation ne tient pas compte de la longueur de la course, mais uniquement de la difficulté et de l'engagement.

Matériel spécifique pour courses d'escalade et alpinisme (liste non exhaustive) :

baudrier, casque, mousqueton à vis, 1-2 sangles, souliers de montagne resp. pantoufles d'escalade, piolet, crampons (location dans magasins de sport: voir annonceurs dans le bulletin)

Escalade - mercredi soir chaque deux semaines : renseignements sur site internet & Facebook