

BULLETIN

No 4/2018

Club Alpin Suisse
section La Dôle



Cours d'initiation à l'alpinisme
Moiry, juin 2018

SECTION LA DÔLE

WWW.MYMP.CH / RTE DE L'ETRAZ 6 / 1267 VICH / 022.364.05.38



meeting point
mymp.ch

- ✓ GRAND CHOIX
- ✓ CONSEIL
- ✓ PRIX ATTRACTIF
- ✓ SERVICE RAPIDE

LOCATION SKI, SNOWBOARD ET RAQUETTE / SERVICE ET ENTRETIEN

VELO / REPARATIONS TOUTES MARQUES

EQUIPEMENT ET ACCESSOIRES VELO

SPECIALISTE UNIHOCKEY

Mariette Streit

NOUVEAU :
MASSAGE HAWAÏEN
LOMI-LOMI

Soins :

- Reiki – Réflexologie
- Massage circulatoire des jambes
- Massage profond de la tête
- Fleurs de Bach

En groupes :

- Do-in



Nutrition :

ligne Kousmine et
Seignalet

- Ateliers Saveurs – Santé
- Conseils personnalisés

Mies

Tél. 079 579 54 58 • www.therapeutes-regionversoix.ch



CLUB ALPIN SUISSE - SECTION LA DÔLE

Editorial

Chères Dôliennes et chers Dôliens,

Seriez-vous aussi confrontés au même dilemme ? Eh oui, votre pied gauche est jaloux de votre pied droit !... Mais oui.... La preuve !... Avancez votre pied gauche et de suite votre pied droit le dépasse ... et ainsi de suite. Que faites-vous ? Vous êtes obligé de suivre, d'avancer, de marcher, de vous déplacer, de crapahuter, de grimper, d'escalader... c'est le pied ! D'ailleurs, Hippocrate, médecin grec (460-377 av. J.C.), déclarait : « *La marche est le meilleur remède de l'homme* ».

MARCHER = un médicament gratuit contre le stress : on entre en communion avec la nature ! Randonner, une nouvelle façon de se soigner ? Cette activité s'inscrit désormais dans une démarche « slow life ». On prend le temps, on savoure ces instants passés en pleine nature, on reconstruit son mental pas à pas. Le besoin de se reconnecter à la nature, et souvent, de passer de bons moments entre amis !

N'est-il pas magique de contempler un lever ou coucher de soleil sur les Alpes ? Ou de voir un rayon creuser le brouillard dans une vallée ? Des moments parfois un peu difficiles, où le souffle est lourd et les pulsations vous font sentir vivant.

D'autres recherchent un retour vers les valeurs simples de la vie et la marche en fait complètement partie. C'est prendre un immense bol d'air, se ressourcer. Tous nos sens sont en éveil et cet exercice nous procure un véritable sentiment de liberté ! Les paysages défilent et ne se ressemblent pas, gentiment l'esprit s'apaise, le corps se fatigue et laisse une sensation d'évasion, de plénitude, de légèreté.

Bulletin CAS, Section La Dôle

Novembre 2018

No 4, Année 72

Parution : 5 fois par année

Editeurs : Jac Fluckiger, Daniel Baumgartner

Email : bulletin@cas-la-dole.ch

Club Alpin Suisse, Section La Dôle

Adresse : CAS Section La Dôle, 1260 Nyon

Compte : CCP 12-9664-9

Local : Rue des Moulins 13, 1260 Nyon 1
Situé sous l'esplanade de l'église de la Colombière,
proche du château

Stamm : tous les jeudis à 19h

Site Internet : www.cas-la-dole.ch

Webmaster : William Morf,
webmaster@cas-la-dole.ch

SOMMAIRE

Editorial	3-4
Comité et commissions	5
Convocation Assemblée	6-9
Rapports Assemblée	10-13
Nouvelles de la famille	14
Les courses: Section	16-17
Jeudistes	18
Souvenirs partagés	19-31
Délai de remise des textes	32
Merveilleux flocons de neige	34



Vadrouiller ne coûte presque rien. Un pas après l'autre et ce sera le coup de pouce qui vous manquait pour affronter le retour, le sourire aux lèvres, le pied et l'esprit légers. Ainsi vous vous préparez à participer aux programmes variés concoctés par les commissions des courses de la section.

Jean BRESILLEY – président 1979-82 durant la construction d'Ar Pitettaz. (ARPITETTAZ = petit alpage, en patois anniviard) !



NATURE + MARCHE à pied = une routine de bien être ?

Comité et commissions

**Président:**

Rocco Rondi, 078 850 31 41
Rte de Divonne 13, 1260 Nyon
president@cas-la-dole.ch

Vice-président:

Daniel Baumgartner, 076 304 99 48
Ch. du Crozet 1c, 1260 Nyon
vice_president@cas-la-dole.ch

Secrétaire:

Annie Bréchon, 079 799 67 91
Rte de Tartegin 20, 1182 Gilly
secretariat@cas-la-dole.ch

Caissière:

Sibylle Dürst, 079 826 51 41
Ch. Des Fiérays 6, 1264 St-Cergue
caissier@cas-la-dole.ch

Gestion des membres:

Barbara Aeschmann, 076 679 28 60
Rte de Lausanne 115, 1197 Prangins
membres@cas-la-dole.ch

Commission des courses:

Daniel Beffa
Chemin de la Rencontre 13, 1273 Arzier
courses@cas-la-dole.ch

Commission du bulletin:

Jac Fluckiger, 079 621 15 45
Rte de Divonne 13, 1260 Nyon
bulletin@cas-la-dole.ch

Commission de l'environnement:

Claude Pilloud, 079 772 63 20
Ruelle du Puits 4, 1260 Le Vaud
environnement@cas-la-dole.ch

ALPFAM:

Laurent Amiet, 076 390 34 61
Av Général Guisan 56, 1180 Rolle
alfam@cas-la-dole.ch

Les Jeudistes:

Albert Rusterholz, 022 367 16 04
Au Village 9, 1277 Borex
jeudistes@cas-la-dole.ch

Responsable OJ:

Manuel Froidevaux, 079 695 92 74
Ch. des Coteaux 3, 1188 St-George
oj@cas-la-dole.ch

Responsable AJ:

Fabien Meylan, 079 825 82 39
Rte de Saint-Vincent, 1183 Bursins
aj@cas-la-dole.ch

Responsable Rochefort:

Jean-Luc Battaglia, 079/449.08.57 ou 078/713.01.88
Chemin du Sidan 1, 1268 Begnins
cabane_rochefort@cas-la-dole.ch

Réservations Rochefort:

079 660 89 35
reservations_rochefort@cas-la-dole.ch

Responsable Arpitettaz:

Bernard Jeangros, 079 175 81 52
Chemin des Morettes 16
1197 Prangins, cabane@arpitettaz.ch

Responsable du local:

Doris Genoud, 078 788 85 72
Rte de Cité-Ouest 32, 1196 Gland
local@cas-la-dole.ch

Responsable bus:

Chantal Lauper,
Rue de la Gare 19d, 1197 Prangins
bus@cas-la-dole.ch

Colonne de secours:

Stéphane Chiovini, 079 697 56 64
La Grande Vigne 2, Cp 6, 1183 Bursins
stephane@pikbois.ch

Guides de la Section

Guillaume Rubin

022 368 03 73 - 079 373 68 33
La Combette 12, 1660 Château d'Oex
guillaume.rubin@gmail.com

François Germain

022 368 15 19 - 079 342 52 22
Rte de Longirod 29, 1188 St-George
fgermain@bluewin.ch

Florian Strauss

079 647 87 70
Ch. des Planchettes 9, 1731 Ependes
strauss@aventuresalpines.ch

Guillaume Guinault

079 596 87 18
Chemin de la Croisette 9, 1880 Bex
guillaume@guides-passemontagne.ch

Simon Walbaum

079 726 85 21
Chemin du Moulin 6, 1167 Lussy sur Morges
simon.walbaum@bluewin.ch

Convocation assemblée



Convocation à l'Assemblée Générale de la section

Samedi 17 novembre 2018 à 17h00

Salle du Conseil de Prangins

Ordre du jour

1. Adoption du procès-verbal de la 72^{ème} AG du 18 novembre 2017
2. Communications du comité
3. Nomination des scrutateurs
4. Rapports annuels :
 - du président
 - de la commission des courses
 - du préposé de la cabane Rochefort
 - du préposé de la cabane Arpitettaz
 - de la Jeunesse AJ/OJ/Alpfam
 - du groupe des Jeudistes
 - de la commission de l'environnement
 - de la commission du local
 - de la commission du bulletin
 - du groupe secours Jura Vaudois
5. Comptes 2018
 - Rapport du trésorier
 - Rapport des vérificateurs aux comptes
6. Projet d'extension de la cabane Rochefort pour la création de toilettes sèches : avancement du projet
7. Budget 2019
8. Cotisations

Convocation assemblée



9. Élections

- du vice-président
- du comité
- des vérificateurs aux comptes
- des diverses commissions

10. Propositions individuelles et divers

L'assemblée sera suivie à 19h de l'apéritif et à 20h du souper annuel avec animation :

Menu

Apéritif

Choucroute

Dessert

Café/Thé

Prix Adultes frs 26.00

Jeunesse frs 16.00

Enfants frs 12.00

Inscriptions auprès de Roseline Hanhart, rose-line@bluewin.ch ou au 079 611.78.25

Convocation assemblée



Convocation à l'Assemblée Punch

Vendredi 14 décembre 2018 à 20h00 précises

Salle de la Colombière (au-dessus du local du CAS La Dôle)

Ordre du jour

1. Communications du comité
2. Présentation des nouveaux membres
3. Remises des médailles jubilaires

Entrés en 1994, médaille à bord doré : 25 ans

Madame	BEARE	Jacqueline
Monsieur	BURI	Didier
Madame	CRETEGNY	Linda
Monsieur	FREI	Urs
Madame	GRANGE	Fabienne
Monsieur	GRIVEL	Yves
Monsieur	IMFELD	Pascal
Monsieur	IMFELD	Nicole
Monsieur	LONGCHAMP	Henri
Madame	LONGCHAMP	Hilda
Madame	RUSTERHOLZ	Corinne
Madame	STEINER	Annick

Entrés en 1979, médaille dorée : 40 ans

Monsieur	BOURQUIN	Denis
Monsieur	DUFOUR	Claude-Eric
Monsieur	FELL	Claude
Madame	PASCHE	Madeleine
Monsieur	PETERS	Alan
Madame	STAEUBLI	Marianne

Convocation assemblée



Entrés en 1969, diplôme : 50 ans

Monsieur	HEUTGER	Daniel
Monsieur	JAQUES	Edmond

Entrés en 1958, diplôme : 60 ans

Monsieur	DUFOUR	Gilbert
Monsieur	GIROUD	Serge

4. Propositions individuelles et divers

Après l'Assemblée, notre traditionnel Punch sera servi par l'équipe des OJ/AJ

DEF!
DEFFERRARD EPICIER FROMAGER
TEL. 022 366 13 49
À BEGNINS

Fondue - Raclette - 7 sortes de gruyères à choix - plateau de fromages
POUR VOS SOIRÉES: caquelons à fondue et fours à raclette pour groupes,
raisinée, vin cuit, Kirsch de Begnins



Procès-verbal de l'assemblée ordinaire du samedi 22 septembre 2018 à la cabane Rochefort

Membres du comité présents:

Barbara Aeschimann, gestion des membres / Sibylle Dürst, caissière / Jac Flückiger, bulletin / Rocco Rondi, président

Membres du comité excusés:

Laurent Amiet, Alpfam / Jean-Luc Battaglia, cabane Rochefort / Claude Pilloud, environnement / Manuel Froidevaux, AJ / Fabien Meylan, OJ / Doris Genoud local et culture/animation / Albert Rusterholz, jeudistes / Daniel Baumgartner, vice-président, Bernard Jeangros, cabane Arpitettaz

ORDRE DU JOUR

1. Communications du comité
 - o Travaux de la Commission Bus
 - o Avancement du projet « Alpine 2020 »
 - o Recherche d'un « metteur en page » pour le bulletin
 - o Appel aux candidatures pour le poste de vice-président de la Section
2. Présentation des nouveaux membres
3. Propositions individuelles et diverses

Le président Rocco Rondi ouvre l'assemblée et remercie chaleureusement Herlinda Elmer, gardienne ce weekend, ainsi que ses aides, pour l'accueil qu'ils nous ont réservé.



1. Communications du comité

Travaux de la Commission Bus

Le bus de la section arrive en fin de course et nous a coûté passablement en réparations ces derniers temps. Une commission planche sur l'achat d'un nouveau bus et a requis de l'aide financière auprès du Fonds Vaudois du Sport et de la FIFA qui nous avaient aidés lors de l'achat du véhicule actuel. Une décision devrait être prise prochainement afin que nous ayons un nouveau bus début 2019 !

Projet « Alpine 2020 »

Projet du CAS central pour digitaliser les guides du CAS. Actuellement, 1000 itinéraires sont prêts et il y en aura normalement 1800 fin 2018. Les tracés pour accéder à 200 de nos cabanes sont également disponibles sur le site du CAS.

Après une période d'essai gratuite, un abonnement à prix raisonnable sera proposé aux membres du CAS. On peut déjà télécharger des courses en PDF et ces dernières sont régulièrement mises à jour par les auteurs des guides du club alpin suisse.

Appel à candidatures pour la place de « metteur en page du bulletin » et pour celle de vice-président

Notre section cherche une nouvelle ou un nouveau metteur en page pour le bulletin. Pour des raisons professionnelles Mihaï Martalogu ne peut en effet plus poursuivre cette tâche.

Nous sommes aussi à la recherche d'un-e vice-président-e car le mandat de Daniel Baumgartner touche à sa fin.

Avis aux amateurs et amatrices !



2. Présentation des nouveaux membres

Philip Gampfer, Trevor Hide et la famille Munteanu (Raluca, Mircea et leur fils Vlad) se présentent à tour de rôle et se réjouissent de faire des sorties dans le cadre de notre section. Les médailles et bises sont distribuées, suivies d'applaudissements nourris.

3. Propositions individuelles

Un membre propose d'avoir le choix de recevoir ou non le bulletin sous forme papier. La commission ainsi que le comité sont en train d'y réfléchir depuis quelques mois déjà. Un système de « opt-out » pourrait par exemple être mis en place.

Le président clôt l'assemblée et nous passons avec plaisir à l'apéro suivi d'une fondue au fromage !

Les travaux d'extension de notre chère cabane Rochefort pour la création des toilettes sèches entamés début septembre touchent bientôt à leur fin.

Voici quelques photos : montrant les différentes étapes déjà réalisées à l'heure de la mise sous presse de ce numéro :



Les maçons ont commencé par creuser et bétonner les fondations dans lesquelles l'espace prévu pour les deux conteneurs mobiles est visible...



...une fois le revêtement du toit déposé, les charpentiers ont pris le relais pour poser la charpente et l'ossature des parois extérieures de l'extension contre la façade ouest...

...suivis par l'isolation des façades et la pose de la sous-toiture...



...et enfin, par le lambrissage des façades et par la pose des fenêtres.

Il ne reste plus qu'à poser le nouveau revêtement du toit, les chénaux et à raccorder les descentes d'eaux pluviales à la citerne.

Les travaux d'aménagement intérieur peuvent débuter et nos toilettes seront opérationnelles dès cet hiver



Nouvelles de la Famille



Nadia et Frank Bussink, tous deux membres de notre section, ont eu le bonheur d'accueillir la petite Ella le 13 septembre 2018.

Les parents se réjouissent qu'elle soit un peu plus grande pour participer aux sorties alpam en famille.

Nos souhaits nos meilleurs voeux de rétablissement à nos amis Herlinda Elmer et Elio Fornelli, qui ont tous deux été accidentés récemment.

bandieri.ch
Votre garage à Bassins

Voitures de tourisme - Remorques - Utilitaires
Préparation expertise - Réparation
Service et entretien toutes marques
Vente véhicules neufs et occasions
Lavage - Station-service 24/24

Agences Toyota et Subaru - Partenaire Le Garage



Bandieri Sàrl – Rue du Pelaz 13/15 – CH-1269 Bassins – 022 366 18 22 - contact@bandieri.ch

du ski de rando

de l'alpinisme



de la grimpe....

et du voyage...



Florian Strauss guide de montagne strauss@aventuresalpines.ch 079 647 87 70



**Votre partenaire pour
atteindre les sommets!**

Christophe Domenig, Spécialiste d'entreprise
T 022 775 05 52, christophe.domenig@mobiliere.ch

Agence Versoix
Denis Hostettler
Rue des Moulins 25
1290 Versoix
T 022 775 05 50
geneve@mobiliere.ch
mobiliere.ch/geneve

la Mobilière

000064



11.11 Sortie Dry Tooling

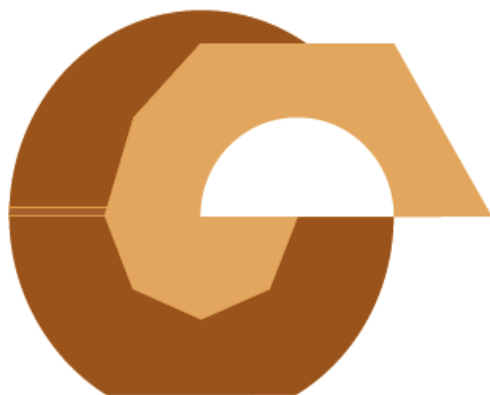
AD

Sortie Dry Tooling. Lieu a définir

Inscription: Uniquement par site web dès le 04.10.2018 avant le 04.11.2018

Pas de stamm

Chef de course: Frank Bussink (079 922 44 74)



Chabloz, Chiovini
et Associés Sàrl

1183 Bursins
021 824 15 47
info@pikbois.ch

Charpente Isolation(isofloc) Sous-couverture Ferblanterie - Couverture Rénovation

Isolant éco-responsable





Sortie hors-piste et ski rando à Evolène

Réserve les 2 et 3 février 2019 !!!

Acclimatation et technique hors-piste le samedi et sortie rando le dimanche pour tous les niveaux. Accompagnement par guide de la section et chefs de courses. Organisation Roland Meyer et son équipe.

Informations complémentaires suivront dans le bulletin de décembre et sur le site www.cas-la-dole.ch

Inscription par mail jusqu'au **13 janvier 2019** auprès de Roseline Hanhart.

rose-line@bluewin.ch



Les courses - Jeudistes



JEUDISTES



18.10 Par monts et Lavaux

F

16 km avec repas midi au resto à midi et évent. visite d'une cave

+/-560m 4h30

Chef de course: Albert Rusterholz (albert.rusterholz@bluewin.ch; 022 367 16 04)



25.10 Rencontre jeudiste à Rochefort

F

Séance annuelle et repas

Inscription: Limité à 40 participants

+/-500m 3h.aller

Chef de course: Albert Rusterholz (albert.rusterholz@bluewin.ch; 022 367 16 04)



30.10-06.11 La Palma, Îles Canaries

PD

5 courses au programme, selon météo, limité à 12 personnes, env. CHF1200 avec vol, possibilité de prolonger le séjour (Vol avec Iberia)

Inscription: Complet

5-6h/j, 500-1000m/j

Chef de course: Werner Burri (wburri@gmail.com; 022 364 41 15)

30.10 Annonce jeudistes

Obligation de s'annoncer pour figurer dans la liste des jeudistes.



08.11 Fondation p/ chien guides d'aveugles

F

Rando jusqu'à Brenles puis visite à la FRpCGA : Film "Les yeux de son Maître", questions, réponse, visite de l'installation

+/-150m 2h

Chef de course: Rita Brunner (rita.brunner@hotmail.com; 021 801 92 40)

Souvenirs partagés



14.-15.07 2018 - Allalinhorn (Saas Fee)

Chef de course : Lehmann Mathys

8 participants : Philippe (chef adjoint), Nicolas, Lorène, Mireille, Pierre -Alain, Sabine, Marcelline, Mathys

Après le stamm du jeudi 12 juillet, notre chef de course nous a proposé de faire le sommet plutôt le samedi car le temps sera meilleur et il a bien eu raison. Donc lever très matinal samedi matin et départ avec deux voitures pour Saas Fee et ses beaux sommets à 4000 mètres. Après 2h de route nous nous sommes rejoints à l'office du tourisme de Saas Fee. Ensuite nous avons pris la télécabine et le métro alpin le plus haut du monde pour atteindre le Mittelallalin à 3500 mètres d'altitude. Par la suite, notre chef de course fait



deux cordées de 4 personnes : une de « jeunes » et une de « vieux » 😊 qui se sont tous équipés en conséquence pour monter au sommet avec crampons, piolet, casque, cordes. Le sommet s'est fait sans difficulté et nous sommes tous bien arrivés entiers, sans passer dans une crevasse. Après avoir attendu qu'il y ait moins de monde au sommet, nous sommes tous allés faire plein de photos au sommet de l'Allalinhorn. 😊

La redescente du sommet s'est faite sans difficulté mais avec une neige un peu molle à cause de la chaleur !



Pour la nuit, nous sommes tous conviés à dormir dans un hôtel de Saas Fee. C'est un week-end grand luxe pour une sortie du CAS la Dôle mais c'est agréable de dormir dans un bon lit, avoir droit à une bonne douche chaude et un déjeuner très copieux le lendemain matin. Le soir nous avons été manger dans un excellent restaurant typique du Haut Valais avec comme menu des röstis, spätzli et bien sûr une fondue aux herbes 😊 .

www.raoulsport.ch

Raoul Sport

Nyon

**Location
& Vente**

T +41 (0)22 361 38 35
info@raoulsport.ch



DECOUVERTE ET RANDONNEE

Soif d'évasion ? de Grands Espaces ? Le dépaysement est là, tout près de chez vous. A pied ou en raquettes, Jura-Trek vous emmène en randonnée à la découverte de la faune, la flore et des gens qui peuplent le Jura et les Alpes, contactez-nous !

Jura-Trek
Michel Ruffieux
Ch. de la Fin d'Enhaut 23
CH-1269 Bassins / Switzerland

Tel. +41 79 7751024
E-mail: michel.ruffieux@jura-trek.ch
site web : www.jura-trek.ch



RXTREM Julbo

Les verres Julbo 100 % adaptés à votre vue !

Avec RXTrem, profitez du meilleur de la correction solaire optique pour aller au bout du monde. En unifocal ou progressif, RXTrem s'adapte parfaitement à la forme galbée des montures et offre un confort de vision total sous tous les angles. Photochromiques, polarisants et anti-buée, les verres RXTrem Caméléon sont parfaitement adaptés à la montagne et aux déserts, pour vous emmener encore plus loin dans vos aventures.



**CE
N'EST PAS
VOTRE VUE QUI
VOUS ARRÊTERA !**

www.maxivue.ch

Membres CAS

-10%

MAXIVUE
VOTRE OPTICIEN



Votre spécialiste en lunettes correctrices de sport

OPTIQUE DE LA COMBE

Centre La Combe / Nyon / 022 361 59 55



Le dimanche était plus léger avec un tour sur « l'Erlebnisweg » de Saas Almagell. Barres de fer, échelles et ponts suspendus ont accompagné notre petite rando du jour qui se terminera par un Apfelstrudel en terrasse.

Finalement retour en terre vaudoise, sans oublier l'arrêt pour les incontournables abricots du Valais.

Sabine & Nicolas

18.-19.08.2018 - Pigne d'Arolla (3790 m)

Ascension sur deux jours au Pigne d'Arolla et de la Serpentine via la cabane des Vignettes : Un parcours parfait sous le soleil.

« Quelque chose de fluide ». C'est quand le marcheur arrive en vue du bistrot de l'étape terminale de la course que les langues se délient et que les vérités s'expriment. A quelques minutes de poser son sac sur la terrasse de l'hôtel Kurhaus d'Arolla, cette remarque d'une participante expérimentée des courses de haute montagne de la section résume en peu de mots les deux journées de course qui s'achèvent : une ascension sans bavures à la cabane des Vignettes puis au Pigne d'Arolla, une marche spectaculaire sur le glacier de la Serpentine, une descente sans histoires sur Arolla via le Pas de Chèvre. En bref : une marche parfaite, un horaire tenu, une cabane fort accueillante et un temps juste parfait. Au décompte de cette sortie, des participants en pleine forme, à peine quelques cloques égarées sur de rares pieds.

Revenons à la veille, en ce petit matin de samedi sur le parking des Morettes à Prangins. Le rendez-vous est tenu, le mini-bus démarre à l'heure et dépose comme prévu ses passagers au Kurhaus d'Arolla, où ils retrouvent les quelques-uns venus par leurs propres moyens. Un café plus tard, la colonne s'ébranle sous la direction du chef de course Thierry Valet et de Tanya Meredith en direction des chalets de Tsijore Nouve avant de s'attaquer à l'arête qui les porte au pied de la langue du glacier de Pièce, laissant sur leur gauche le téléphérique de la Grande-Dixence. Quelques minutes pour constituer nos trois cordées, et c'est la poursuite de l'effort ver le col des Vignettes. La cabane (3160m) est atteinte avant 13h, juste à temps pour goûter aux fameux raviolis de son gardien (qui ne l'est pas moins), Jean-Michel Bournissen, guide émérite et longtemps pilier de la Patrouille des glaciers.

La terrasse est accueillante, sa vue spectaculaire sur le Mont-Collon, l'Evêque, le vaste plateau glaciaire de Chermotane et le haut du glacier d'Otemma. Son soleil pourrait nous faire croire à Ibiza ! Mais bien vite les réalités météorologiques locales prévalent, le temps se couvre et quelques gouttes osent même répandre un léger frisson. Comme il se doit, l'après-midi se passe par de fort utiles rafraîchissements de mémoire sur les techniques

Souvenirs partagés



d'extraction d'alpinistes tombés dans des crevasses. Toujours sur la terrasse de la cabane. Un coup d'oeil sur l'arête du Pigne qui fait face à la cabane rappelle le pénible souvenir des douze alpinistes qui s'y sont trouvés pris au piège tragique de la tempête de foehn qui y a soufflé en avril dernier.

Départ le lendemain matin aux premières lueurs de l'aube pour l'ascension du Pigne. Le passage du grand cairn, au pied du glacier, est franchi au moment pile du lever du soleil derrière le Cervin et la Dent d'Hérens, la montée se fait sous une lumière dorée. Nos trois cordées atteignent le sommet (3790m) vers 9h. Admiration devant un paysage sans nuages, et donc sans limites. Photos. Selfies of course ! Et redescente. Via le glacier qui coiffe la Serpentine, à proximité du col de Brenay. Vertige des hautes altitudes, lorsque la montagne, qui a laissé les marcheurs venir à elle, semble si accueillante dans toute sa sauvagerie.

Mais les débuts de descente sérieuse rappellent que la montagne ne fait pas de cadeaux. Et il faut serpenter très soigneusement entre les séracs, les falaises et les crevasses pour éviter que le chemin ne s'achève au fond d'une faille. Un arrêt sur les cailloux du col de Tsjore Nouve est une pause bienvenue. La descente du glacier de Tsena Refien est exemplaire des zigzags rendus nécessaires par la permanence du danger. Alors qu'en contrebas, la cabane des Dix est un constant rappel de la proximité de la civilisation ! Le chemin est même si peu clair que ce n'est qu'au pied du pas de Chèvre que l'on quitte définitivement le glacier, traversé de torrents en furie.

Le reste n'est que formalité : montée au col, passage des échelles (des escaliers, plutôt!), pique-nique au sommet, détente. La descente sur Arolla est une longue conversation à bâtons rompus de participants jetant de temps à autre un regard sur le sommet du Pigne et, surtout, son impressionnante face Nord.

01.-02.09.2018 - Grand Muveran VN (3051 m)

Les participants : Mathys, Marceline, Denis, Laurence, Mary-Jane, Michael

A 16 h, après la montée depuis Ovronnaz sous la pluie, arrivant avec le début de la neige en haut, le groupe était relativement silencieux dans la Cabane Rambert, chacun avec un livre dans la salle à manger, ou faisant la sieste dans le dortoir. Brouillard et prévisions pour le lendemain, annoncé sous zéro et une bise de +50 km/h, Mathys a déjà fait savoir que les chances de grimper le Grand Muveran, juste derrière nous, étaient réduites. Perspectives d'un weekend reposant avec une randonnée alternative.

Après un repas chaud, quelques éclaircies, un coucher de soleil sur les montagnes voisines rouge, rose, orange, c'était impressionnant.

Souvenirs partagés



7 h du matin : ciel bleu, pas de vent, température modérée. Mathys : "On va partir jusqu'à la cheminée, puis regarder ce qui est possible."

Un peu de neige, mais sinon plutôt sec. Comme prévu, pas de corde possible, une sente mais surtout des traverses exposées. Vue extraordinaire, mais difficile de regarder: trois points de contact, haute concentration, seulement une petite chaîne sur les murs de granit. Deux heures plus tard, le sommet. Epoustouflant. Panorama 360 sur les Alpes valaisannes, vaudoises, et bernoises. Prise de photos comme les touristes.

« Attention, le retour est toujours plus difficile » nous prévient le chef de course. Finalement non, pour moi les appuis seront plus visibles depuis en haut.

De retour à la cabane et détente. Puis une longue descente vers Ovronnaz : vallées de rochers, larges pâturages avec des vaches, traversée de rivière, chemin dans la forêt.

Grande satisfaction. Le Grand Muveran grimpé, aller et retour en bonne humeur et tous sains et saufs. Merci encore, Mathys pour l'excellente organisation et direction

mk

09.09.2018 - Les Laouchets de Platé (2200 m)

Les Laouchets ou « les 7 myrtilles »

Sylvette (cheffe myrtille), Olivier (photographe), Laurence, Muriel, Jeanne-Chantal, Marie-Pascale, Michèle.

07h00 : Départ de Prangins en bus.

Nous roulons sans problèmes jusqu'au Lignon (Sixt, Haut Giffre) en dessus de Samoëns, où nous avons dégusté thé ou café dans un bistrot typique plein de spécialités locales ... dont les bocaux de myrtilles.

Nous quittons le Lignon en colonne ... des dizaines de personnes profitent du soleil de ce beau lieu !!! et démarrons la montée, à l'ombre, en admirant les superbes cascades. Arrivés aux chalets de Sales, nous attaquons par Barme Froide une montée raide dans les lapiaz. Quelle ne fut pas notre joie de nous trouver nez à nez avec des bouquetins de toutes tailles venus nous saluer ! Belles émotions !

Après 3h20 de marche, nous atteignons les lacs Laouchets (2135m), dont plusieurs sont secs, et nous nous régalons en découvrant les linaigrettes superbes ou les dernières gentianes asclépiades et champêtres sur un plateau formé de fantastiques lapiaz impressionnants par leur taille et leur blancheur. Nous planterions bien la tente !

Souvenirs partagés



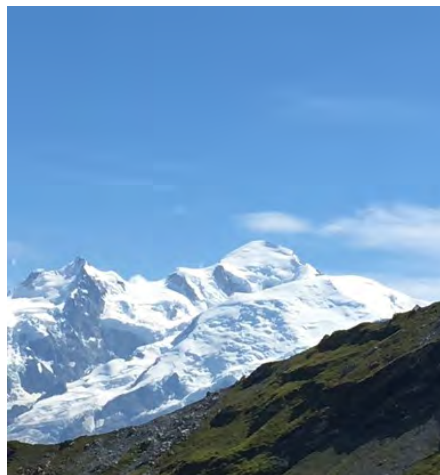
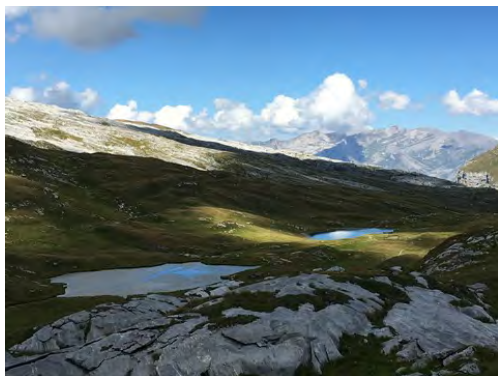
Au point le plus haut, après une pause pique-nique bienvenue, nous découvrons le majestueux Mont Blanc , splendide point de vue!

Nous attaquons la descente (3h environ) par la Combe à l'Ours et faisons une pause programmée à Sales pour déguster une tarte aux myrtilles ... à tomber ! Encore un bonjour de la grasse marmotte et un regard ému face aux jeunes bouquetins et nous retrouvons les cascades sous un autre éclairage, avant de reprendre la route.

Arrivée à Prangins à 19h30.

Un immense merci à Sylvette et aux 6 autres myrtilles !

Michèle



SB SPORT
SERVICE
www.sbsport.ch





**BOUCHERIE
CHARCUTERIE
TRAITEUR**

Chez Philou

Philippe GRANGE

Grand-Rue

1268 Begnins

Tél. 022 366 13 14

Fax 022 366 30 60

**A S S O C I A T I O N G E N E V A Y
G U E N I N**



**ABATTAGE · ÉLAGAGE
BOIS DE CHEMINÉE**

LA RAVIÈRE · 1269 BASSINS

022 / 366 15 46 · 022 / 366 46 43



25.-26.08.2018 - Lagginhorn (4010 m)

Un air d'hiver a soufflé sur le Lagginhorn

Météo Suisse annonce de la neige jusqu'à 1800 m et l'isotherme va tomber à env. 2500 m... pas forcément les conditions idéales pour monter au Lagginhorn par l'arête WSW. Mais qui ne tente rien, n'aura rien !

Samedi matin un petit groupe rétréci par des désistements de dernière minute monte aux Weissmieshütten... en télécabines. Nous n'allons quand-même pas nous fatiguer le premier jour déjà ! En plus le brouillard arrive à vitesse grand V et en fin d'après-midi la neige tombe.... en petite quantité, donc il y a de l'espoir pour le lendemain. Après de grosses et petites siestes, un excellent souper et une nuit trop courte comme d'habitude, c'est le départ à 4h45 avec frontale direction cette arête que je préfère à la voie normale où des cailloux ont une fâcheuse tendance à vouloir traverser la trace.

Nous avons vite compris, il va faire froid, très froid ! Normalement après le départ on enlève une couche, nous en mettons une. Le vent siffle sans répit autour des oreilles, transperce les vêtements et le corps grille des calories à haut débit. Accélérer le pas aurait été une solution, mais une petite couche de neige à pas mal d'endroits demande une prudence accrue et il fallait surtout ne pas glisser sur les dalles couvertes de glace. Mais le mental est plus fort que le vent et nous montons, prudemment, pas par pas. Florian et Manu, les deux jeunes alpinistes bien entraînés et expérimentés avancent un peu plus vite que Marceline et moi-même qui préférons garder notre rythme adapté à notre âge :-).

Au sommet, vite un petit « bravo », on s'encorde malgré les doigts presque gelés (j'avais même craint pour mes narines) et nous sommes contents de pouvoir redescendre, d'autant plus que le soleil a maintenant atteint la pente et atténué un peu ce froid sibérien.

Manu et Florian, ayant pris une bonne avance, redescendent intégralement l'arête, tandis que je choisis l'option «glacier» (voie normale). Avec le froid, les cailloux semblent se tenir tranquilles et nous avons un peu marre de cette descente sur du rocher toujours pas mal glissant. N'ayant plus passé par le glacier depuis de belles lorettes, je ne me souvenais plus qu'il aurait fallu suivre le glacier jusqu'au pied de la moraine et ne pas monter sur la moraine où des gros cairns étaient dressés pour indiquer le chemin... venant depuis Hohsass. Du coup un détour qui fait que la course s'est rallongée pour nous deux, pendant que Manu et Florian se sont occupés de la tarte aux abricots préparée par la gardienne...

Conclusion : on l'a fait pour le faire et bravo à tous d'avoir résisté jusqu'au sommet !

Mathys



27. - 29.08.2018 - Traversée d'Uri au Berner Oberland p/Titlis (3 js.)

Trois journées d'une météo parfaite ont permis à 8 jeudistes de découvrir la Suisse primitive lovée dans cette magnifique région alpine. Première nuit dans un chalet d'alpage avec la prière du soir chantée par le maître des lieux vers les quatre points cardinaux avec son porte-voix en bois traditionnel, et l'odeur d'étable qui nous accompagnera le lendemain jusqu'au Titlis, sommet - certes très touristique – mais d'où l'on voit presque toute la suisse ! beaucoup de ses lacs et énormément de ses pics et horn, pour beaucoup encore bien enneigés.

L'itinéraire, depuis Attinghausen à côté d'Aldorf (UR) passe par le Surenenpass (2292m) pour redescendre en balcon une longue vallée jusqu'à Engelberg (1000m), après visite au Titlis (en téléphérique bien sûr) remontée au Jochpass (2207m) depuis Traubsee (et 2^{ème} nuitée) et le lendemain continuation de la rando par Engstlensee (1850m), Tennensee et le Balmeregghorn (2255m) pour terminer dans le Hasliberg (BE) à Planplatten (2233m), station supérieur des téléphériques (4 tronçons) vers Meiringen. Andrée et Jean-Daniel, Anne, Odile, William, Jacques et Paul ont eu plaisir à suivre Albert dans cette belle traversée.

09.09.2018 - Via ferrata des Rochers-de-Naye

Une via ferrata pas comme les autres.

Par un beau dimanche d'automne, nous avons pu faire la grasse matinée avant de rejoindre le parking des Morettes à 8h30, merci Mathys!

Au programme, la majestueuse via ferrata du Rochers-de-Naye qui nous donne une vue resplendissante sur toute la vallée lémanique. Nous avons rejoint le début du parcours après environ 1h de marche d'approche depuis le col de Jaman. Cotation TD+, plus impressionnante que technique avec un échappatoire possible sur la fin. Une fois arrivés en haut nous avons préféré éviter la foule et profiter d'un endroit plutôt calme pour notre pause picnic. Pour rejoindre nos voitures au col de Jaman, Mathys nous a rajouté un petit extra en nous faisant traverser des grottes, merci d'avoir pensé aux frontales, polaires et gants de jardin !

Cette jolie sortie s'est terminée par notre traditionnel verre de l'amitié toujours tant attendu.

Merci à Mathys pour cette jolie escapade au sein d'une petite équipe bien sympathique présentée par Denis comme famille recomposée !

Pascale Demarche



06.10.2018 - Sortie des anciennes Présidentes et anciens Présidents de la section

Le saviez-vous ?

Notre section compte encore 13 Présidentes et Présidents encore bien vigousses, l'œil vif et le pas assuré pour la plupart, l'embonpoint naissant pour certains, mais manifestant tous un bel enthousiasme pour que perdure notre cher Club Alpin.

Ainsi fut-il décidé d'inscrire au programme officiel des courses une sortie de tous ces anciens responsables de la Section. Oh, pas un 4000 ni une grande course à rallonge, mais plutôt une rencontre conviviale, le samedi 6 octobre 2018 à Bovonne, au pied du fier Lion d'Argentine.

Et là, quelle bonne surprise ! 12 d'entre eux ont pu répondre spontanément présent à l'invitation, le 13^{ème} ayant déjà planifié ses vacances à cette période. Malheureusement deux défections de dernière minute, l'une pour raison familiale et l'autre pour un accident non planifié, ont ramené notre effectif à 10.

C'est donc à 08h00 pétantes...ou presque que notre vaillant bus de section emmène tout ce petit monde à La Barboleuse afin de retrouver les organisateurs pour un petit café-croissant. Puis, selon les possibilités physiques ou les impératifs organisationnels, quatre désignés volontaires montent directement au chalet de Bovonne pour préparer l'accueil, pendant que les 6 autres montent à pied par l'ancienne route de l'alpage, devenue au cours des ans un simple chemin dont les bords sont tapissés d'une multitude de champignons au départ. Puis nous traversons un joli pâturage où nous pouvons admirer le magnifique chalet du Fratchi, entièrement rénové, avec beaucoup de goût ...et d'argent, par son nouveau propriétaire : façades entièrement recouvertes de tavillons, toit en ardoise avec panneaux solaires très discrets, boiserie des fenêtres et volets de belle facture et, cerise sur le gâteau, un magnifique jardin botanique alpin créé de toute pièce.

Ensuite la montée se fait plus raide, le babil un peu plus saccadé, jusqu'à ce qu'apparaissent les premiers chalets de Bovonne. Ouf ! l'apéro c'est pour tout soudain. Le souffle revient, les discussions reprennent de plus belle avec la bande des quatre que nous avons retrouvés. Que de bons souvenirs partagés durant l'excellente fondue, et les desserts qui ont suivi. On a refait le monde au moins une dizaine de fois.

Souvenirs partagés



Merci à toutes et tous de ces instants magiques passés ensemble et à ceux qui n'ont malheureusement pas pu venir. Dans l'ordre des présidences :

Jean Brésille, André Stäubli, Jacques Troxler, Serge Francescato, Jean-Daniel Carrard, Pierre Mischler, Pascal Imfeld, Roland Meyer, Marianne Stäubli, Christian Spahni, Philip Keller, Roseline Hanhart et Daniel Baumgartner.





GYM DU MARDI : c'est reparti !



Comme chaque année dès l'automne venu, la saison de ski se prépare avec un éveil physique de tout votre corps.

Yvan Suter, notre coach est prêt à renouveler le défi et vous attend

chaque **mardi soir du 30.10.2018 au 26.03.2019**

de **19h15 à 20h15**

à la **salle de gym du Centre ville** (Rue du Collège) à Nyon

Remise des textes

pour le prochain bulletin (no. 5/2018 - parution début janvier 2019)

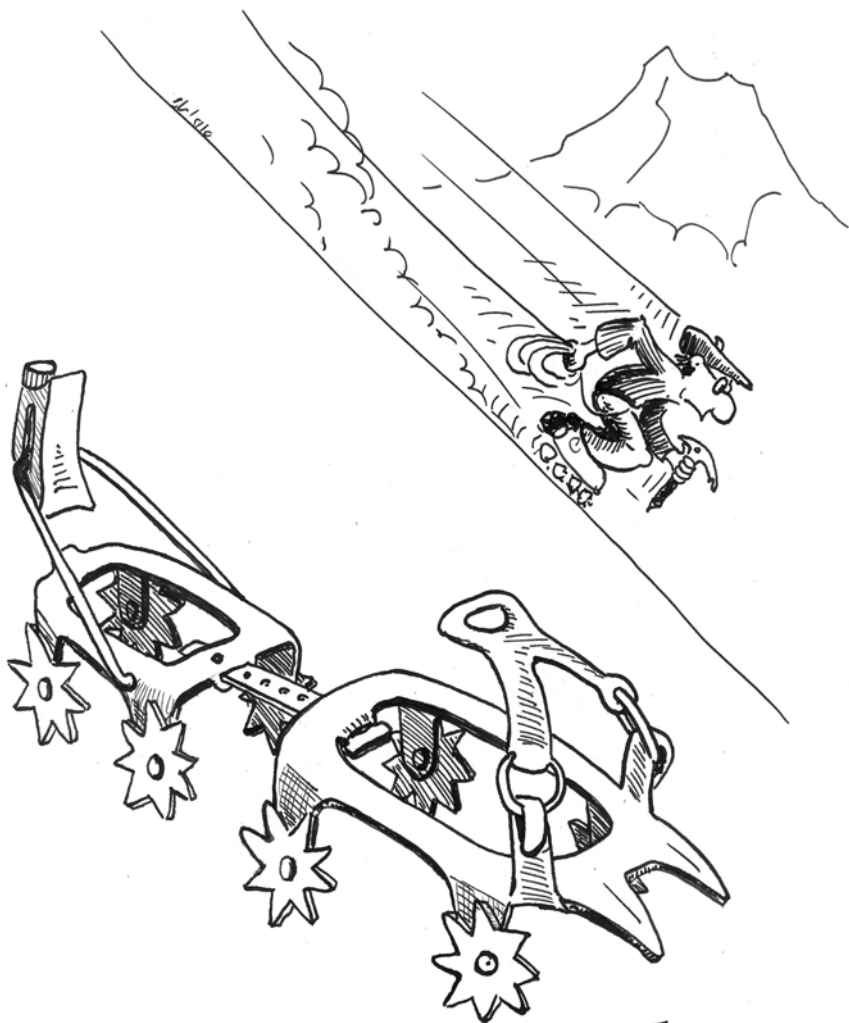
25.11.2018

Merci de respecter ce délai afin que nous puissions les y inclure!

bulletin@cas-la-dole.ch

Merci !

Pour accélérer vos descentes



Le crampon à roulettes évidemment chez **CACTUS SPORTS**

6 rue du Pont Neuf, 1227 Carouge, 022.300.3001
atelier : 022.301.74.33, lu-ve : 9-19h., sa.:10-16h.

Merveilleux flocons de neige

= pour se rafraîchir ou pour réfléchir ?



« Rien ne ressemble plus à flocon qu'un autre flocon de neige ! » me diriez-vous. Un flocon de neige est constitué d'un agrégat de cristaux de glace et, selon les calculs de probabilités, tous les cristaux sont différents et les chances d'en trouver deux parfaitement identiques sont presque nulles.

Il est stupéfiant de voir que tous les cristaux de neige possèdent une symétrie hexagonale, à six faces ou six branches. De plus, ces cristaux n'ont pas tous une forme d'étoile, au contraire ils présentent une diversité remarquable de formes et de tailles. L'Organisation Météorologique Mondiale (créée en 1950 – siège = Genève) recense ainsi 7 catégories principales de cristaux de neige : plaquettes, étoiles, colonnes, aiguilles, dendrites, boutons de manchette, cristaux irréguliers, la septième regroupent trois autres formes de précipitations, de neige roulée, les granules de glace et de grêle ?

Au 17^{ème} siècle, l'astronome et mathématicien Jean KEPLER (1571 – 1630), un des fondateurs de la science moderne, s'est intéressé à la **symétrie hexagonale** de ces cristaux, en y voyant une analogie avec les alvéoles d'une ruche ! Pourquoi les cristaux de neige possèdent toujours **six** faces ou **six** branches, mais jamais cinq ou sept ? Il a constaté que ces cristaux sont construits selon une sorte de plan préétabli.

Comment se forme la neige ? Dans un nuage très froid, la vapeur d'eau se condense en cristaux de glace autour de minuscules particules en suspension portées par le vent : des micropoussières, des grains de pollen, d'infimes éclats de cendre volcanique ou de minuscules fragments de météore. Si l'air est « trop propre » et que les particules en suspension sont trop rares, il tombera alors de la pluie ! (même par température négative). Cette pluie se figera en arrivant au sol. : c'est de la pluie verglaçante ! Par contre, quand les conditions sont réunies et que la vapeur d'eau se fixe sur une particule en suspension = un cristal de glace apparaît. Il grossit, s'alourdit et tombe en capturant, dans sa chute, d'autres particules d'eau. Un flocon de neige est né ! Il peut contenir des millions de cristaux de neige.

Autre chose de surprenant, concernant la neige : étant donné que les flocons de neige sont composés de cristaux transparents, comment se fait-il que la neige nous paraisse blanche ?

C'est une illusion d'optique ! La lumière traverse les cristaux qui agissent alors comme des prismes. Le cumul des différentes couleurs associées donne la belle couleur que nous percevons....

Vous pouvez découvrir de belles illustrations des diverses formes de cristaux de neige sur le site internet snowcrystals.com de K. Libbrecht, professeur de physique à l'Université de Caltech (Californie).

Jean Brésille

La Barillette

Café-Restaurant

Ses nouveaux propriétaires, Daniel et Olivier
seront là pour vous accueillir du
Mercredi au Dimanche de 11h00 à 23h00.



Restaurant La Barillette
Route de la Dôle (tout, tout, tout au bout du chemin!)
1276 Gingins
Tél. 022 360 12 33 Email : barillette@gmail.com



EAU PLOMBERIE FERBLANTERIE

FOUNEX / VD
VERSOIX / GE

tél.: 022 - 776 75 83
Natel: 079 - 202 20 03
Email: efp@bluewin.ch



CHAUFFAGE

P.P.

1260 Nyon

LAPOSTE+

Retour:

CAS Section La Dôle

1260 Nyon

ROCHEFORT



1'390 m - coord. 500.720/146.870

1 h à pied de St-Cergue

1/4 h de la place de parc

ARPITETTAZ



2'786 m - coord. 618.600/105.560

4 h à pied de Zinal

Tél. cabane 027/ 475 40 28

Visitez nos cabanes!

Visitez nos cabanes!



IMPRIMERIE DE BEAULIEU SA

Successeur de Favre et Pittet SA

Visitez notre nouveau site internet
www.imprimerie-beaulieu.ch

Rte de Lausanne 4 - 1180 Rolle - Tél. 021 824 32 40
info@imprimerie-beaulieu.ch