

BULLETIN

No 5 / 2024

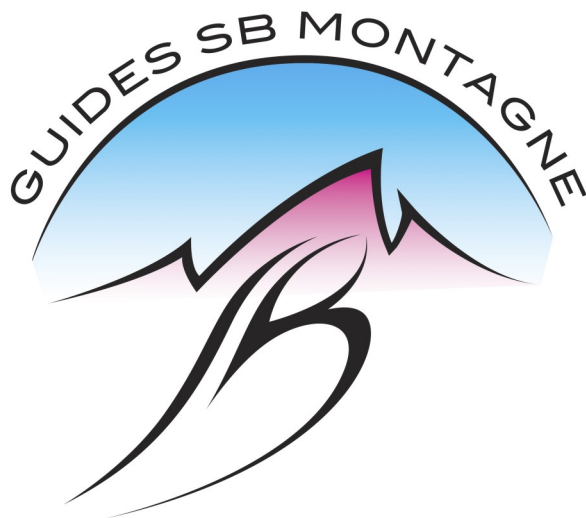
Club Alpin Suisse
section La Dôle



CAS
LA DÔLE 2024

SECTION LA DÔLE

A 4'500m, en dessus du monastère de Komic en Inde (Photo de Alec Horth)



pharmacie**plus**
du marché **aubonne**

Solange Barbay - Linda Creteigny - Pharmaciennes



A l'écoute de votre santé

Médicaments traditionnels
Médecines alternatives

Conseils et assortiment en homéopathie,
huiles essentielles,
fleurs de Bach, spagyrie

Ouvert tous les jours : Lu-Ve: 8h -12h /13h30 -18 h 30 - Sa: 8h -12h/13h30 -16h

Tél.: 021 808 50 43 - pharmaciemarche@ovan.ch



EAU PLOMBERIE FERBLANTERIE

FOUNEX / VD
VERSOIX / GE

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



CHAUFFAGE

Remise des textes



pour le prochain bulletin (n° 1/2025 - parution début mars 2025)

Date limite 16.02.2025



Merci de respecter ce délai afin que nous puissions inclure vos documents dans la nouvelle édition!

Adresse pour l'envoi: bulletin@cas-la-dole.ch

Important pour tous les documents

Les nommer en respectant l'exemple ci-dessous:

« 15 octobre 2022 Cervin 1 » = « 20221015Cervin1 », « 20221015Cervin2 » etc.

Pour le texte

- Format A5.
- Texte dans un fichier « Word » en pièce jointe.
- Police: Times New Roman 11 / Alignement: Justifié / Espace de paragraphe: 0 en-dessus - 4 pt en dessous.
- N'oubliez pas le nom de celui qui a écrit le rapport (*en italique*).
- 2 à 3 photos haute résolution en pièces jointes séparées.

Inutile de les intégrer dans le document, la mise en page est à refaire lors de l'intégration dans le bulletin. Pour la même raison, il est inutile de soigner la mise en page. **Absolument éviter les photos échangées par « WhatsApp ».**

Merci pour votre collaboration !

Editorial

Un retour à l'essentiel : mon engagement pour la préservation de la nature

Parfois, la vie nous pousse à prendre un moment de recul pour redécouvrir ce qui compte vraiment.

Après de nombreuses années dans l'hôtellerie de luxe et la gestion immobilière, j'ai ressenti cet appel irrésistible à revenir vers ce qui m'a toujours profondément inspiré : la nature. Ce chemin m'a conduit vers une aventure que je suis fier de partager avec vous, celle de devenir Swiss Ranger. C'est un parcours qui me permet non seulement d'explorer ma passion pour la faune et les paysages de notre magnifique région, mais surtout de contribuer à les préserver.

Depuis plusieurs saisons, j'ai la chance d'être gardien à la cabane d'Arpittetaz, un lieu qui, à chaque visite, me ressource profondément et me rappelle à quel point la nature est généreuse.

Être gardien, ce n'est pas seulement veiller sur un lieu, c'est avoir la possibilité de partager la beauté des montagnes, mais aussi de sensibiliser, de manière simple et sincère, à l'importance de préserver ce trésor naturel. Parfois, un simple échange sur les gestes respectueux envers l'environnement suffit à éveiller une nouvelle prise de conscience.

Bulletin CAS, Section La Dôle

Décembre 2024 - No 5 - Année 78

Parution : 5 fois par année

Éditeurs : Jac Flückiger, Raymond Ruchet

Email : bulletin@cas-la-dole.ch

IBAN : CH47 0900 0000 1200 9664 9

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

Situé sous l'esplanade de l'église de la Colombière, proche du château

Stamm : le jeudi à 19h

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

Webmaster : William Morf,

webmaster@cas-la-dole.ch

SOMMAIRE

Délai de remise des textes	3
Editorial	4
Comité et commissions	6
Communications	8
Les courses: Section	9
Les courses Jeudistes	24
Souvenirs partagés	28

Editorial



Au sein de la section, où je suis préposé à la Commission Environnement, j'ai eu l'opportunité d'explorer plus en profondeur mon engagement. C'est un privilège de pouvoir promouvoir un équilibre entre le plaisir de profiter de la montagne et le respect des milieux naturels qui nous entourent. C'est ce même engagement qui m'a conduit à entreprendre la formation de Swiss Ranger, un rôle de médiateur entre l'Homme et la Nature.

Un autre aspect de mon engagement est la photographie animalière. À travers l'objectif, je tente de capturer des instants de la vie sauvage qui me touchent profondément. Bientôt, je partagerai quelques-unes de mes photos au local de notre section, et j'espère qu'elles vous transmettront cette même fascination et ce profond respect pour la faune qui nous entoure.

Je crois fort que chacun, à sa manière, peut faire une différence. Pour moi, devenir Swiss Ranger est un prolongement naturel de ce que j'ai toujours cherché à faire : me reconnecter à ce qui compte vraiment et partager cette passion. Je suis fier des petits gestes que je peux poser et de chaque message que j'ai la chance de porter. Si mes actions peuvent inspirer ne serait-ce qu'un instant de réflexion ou d'émerveillement, alors j'en serai ravi.

Ensemble, nous pouvons profiter de la nature tout en la protégeant, pour qu'elle reste cette source d'émerveillement pour nous tous, aujourd'hui et pour longtemps.

Christian Pflumio



Toutes mes infos
dans ce QR code



Comité et commissions



Présidente:

Nora Viret, 079 842 63 81
Chemin de Maison Rouge 4, 1268 Burtigny
president@cas-la-dole.ch

Vice-président:

Olivier Andrey, 079 704 59 06
Route de Suisse 6F, 1299 Crans près Céligny
vice_president@cas-la-dole.ch

Secrétaires:

Jeanne-Chantal Macherel 079 789 41 43
Ch. Sous-Servaz 21B, 1266 Duillier
secretariat@cas-la-dole.ch

Caissière:

Sibylle Dürst, 079 826 51 41
Ch. Des Fierays 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 079 250 94 10
Chemin de la Rencontre 13, 1273 Arziers / Muids
courses@cas-la-dole.ch

Commission du bulletin:

Jac Fluckiger, 079 621 15 45
Rue de l'Ancienne Poste 12, 1273 Arziers / Muids
bulletin@cas-la-dole.ch

Commission de l'environnement:

Christian Pflumio
1272 Genolier
environnement@cas-la-dole.ch

ALPFAM:

Lorène Jaggi
Ch. du Chalet 1b, 1274 Grens
alpam@cas-la-dole.ch

Les Jeudistes:

Sylvette Pezet, 079 648 57 28
Ch. du Jura 5a, 1270 Trélex
Elsbeth Koehli, 079 950 96 01
Avenue Général Guiger, 1197 Prangins
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:

Quentin Musy, 079 375 35 50
2, ch. Sous-Gay, 1291 Commugny
aj@cas-la-dole.ch

Responsable Rochefort:

Caroline Turin, 079 761 92 38
Chemin de Fleuri 8, 1268 Begnins
cabane_rochefort@cas-la-dole.ch

Responsable Arpitettaz:

Bernard Jeangros, 079 659 48 08
Chemin des Morettes 16
1197 Prangins, cabane@arpitettaz.ch

Responsables du local:

Anny Beutler 079 321 69 08
Ch. de la Chavanne 22, 1196 Gland
Noémie Baumberger 078 760 58 06
Ch. des Resses 4a, 1261 Longirod
local@cas-la-dole.ch

Responsable bus::

Chantal Lauper, 078 739 80 04
Rue de la Gare 19d, 1197 Prangins
bus@cas-la-dole.ch

Colonne de secours::

Romarick Favez, 079 427 18 79
La Croix 18, 1418 Vuarrens
rom.favez@bluewin.ch

Guides de la Section

Manuel Froidevaux

079 695 92 74
Ch. des Coteaux 3, 1188 St-George
manuel.froidevaux@gmail.com

François Germain

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

Guillaume Guinault

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

Guillaume Rubin

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

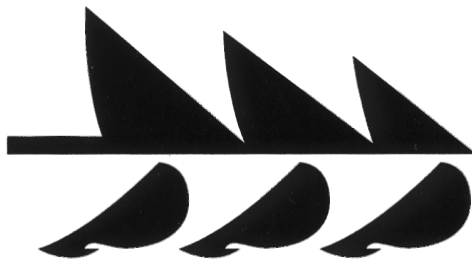
Florian Strauss

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

Simon Walbaum

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

ASSOCIATION GENEVA Y
GUENIN



ABATTAGE · ÉLAGAGE
BOIS DE CHEMINÉE

LA RAVIÈRE · 1269 BASSINS

022 / 366 15 46 · 022 / 366 46 43

www.raoulsport.ch

Raoul Sport
Nyon

**Location
& Vente**

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

Communications



CALENDRIER 2025

ASSEMBLEES SECTION

Date	Lieu	Heure	Remarques
Jeudi 13 mars	Local	20h00	Avec une partie récréative : Retour du voyage au Boutan
Samedi 14 juin	Rochefort	17h00	Suivi d'une grillade
Jeudi 18 septembre	Extra-Muros	18h30	Avec une partie récréative : programme à définir
Samedi 15 novembre	A définir	17h00	Assemblée générale et souper
Vendredi 5 décembre	Salle de la Colombière	20h00	Punch

STAMMS NOUVEAUX MEMBRES (20h00 au local)

Date	Remarques
Jeudi 13 février	La séance d'information des nouveaux membres a toujours lieu à 20h00 après le stamm Le Président, la Responsable des membres et/ou la Vice-Présidente sont présents pour cet accueil informatif destiné aux futurs membres.
Jeudi 15 mai	
Jeudi 21 août	
Jeudi 27 novembre	

AUTRES REUNIONS

Date	Thème	Lieu
Jeudi 27 février	Séance d'information pour toute personne intéressée à devenir chef-fe de course	Local de la section
Samedi 24 mai	Corvée	Cabane Rochefort
Samedi 4 octobre	Corvée	Cabane Rochefort
Jeudi 30 octobre	Jeudistes : réunion annuelle	Cabane Rochefort



Les courses - Section



07.12 Face Nord Dent de Broc

D

Sortie Mottes ou autres suivant les conditions de regel. Si pas de regel, alors sortie Dry Tooling

Inscription: Inscription via le site. dès le 01.10.2024 avant le 01.12.2024 Limité à 5 participants

non

Selon les chefs de cordées

Chef de course: Frank Bussink (079 922 44 77)



14.12 Là où les conditions le permettent

PD

Petite course de début de saison. Montée d'environ 1000-1300m max.

Inscription: Inscription via le site. Coût: Transport dès le 15.11.2024 avant le 13.12.2024 Limité à 6 participants

non

Chef de course: Florian Zürcher (079 254 92 59)



28.12 Col de Basse - 2596 m

PD

Randonnée dans la région d'Ovronnaz en direction de Tita Seri puis du col de Basse. Selon les conditions et l'enneigement, le but pourra être changé dans cette région. La course comportera 2 "grimpettes" avec leur jolie descente ! Idéalement il faudrait avoir le MagicPass car nous profiterons des installations pour le démarrage !

Inscription: Inscription via le site. Coût environ 50 CHF / pers Si pas de MagicPass, 15.-CHF supplémentaire dès le 01.12.2024 avant le 20.12.2024 Limité à 6 participants

non

Dénivelé : +1100m

Chef de course: Julien Vergeres (079 375 33 42)

Adjoint: Pascal Imfeld (077 437 14 82)

Les courses - Section



02.01 Région Leukerbad (Loèche-les-Bains) et Gampel AD

Sortie dans la région de Loèche et Gampel, Sommet selon les conditions du moment jusqu'à maximum 1300m D+

Inscription: Inscription via le site dès le 04.12.2024 avant le 31.12.2024 Limité à 5 participants

non

Dénivelé: +1300m max

Chef de course: Florian Zürcher (079 254 92 59)



04.01 Cascade de glace Les Ignes D

Sortie cascade de glace avec approche en ski

Inscription: Inscription via le site. dès le 01.12.2024 avant le 01.01.2025 Limité à 5 participants

non

Selon les chefs de cordées

Chef de course: Frank Bussink (079 922 44 77)



04.01 Loicherspitzza - 2943 m AD

Tribulation dans l'entrée du Lotschental, avec si la neige le permet un premier peutage pour le Niwen 2769 m (un bout en tirre-fesse), descente Nord pour deuxième peutage pour le Loicherspiza 2842 m et potentiellement un troisième peutage pour Maurerhorn 2943 m. Entraînement préalable nécessaire pour ce type de course de début de saison, aisance de ski en tout type de neige.

Inscription: Inscription via le site. Coût: environ 50 CHF / pers. dès le 15.12.2024 avant le 01.01.2025 Limité à 5 participants

non

Dénivelé: +1400m/-2000m.

Chef de course: Pascal Imfeld (077 437 14 82)

Adjoint: Julien Vergeres (079 375 33 42)

Les courses - Section



04.01 La Dôle - 1677 m

F

Quant on te dit "Peaux de Phoques" tu penses au bord de mer glacée ou à un plat japonais étrange ?? Si c'est le cas il est temps pour toi de venir pour une sortie "peaux" destinée au super-débutants (il faut quand même que tu saches skier). Au départ de Tabagnoz ou d'ailleurs nous irons vers La Dôle (max 500m+), après cette journée tu seras incollable sur le petit monde du ski de randonnée !!

Inscription: Inscription via le site. dès le 05.12.2024 avant le 25.12.2024 Limité à 10 participants

oui

Course "Formation" destinée aux super débutants

Chef de course: William Fankhauser (079 506 94 63)



10.01 Le Reculet - 1717 m

PD

Randonnée dans le Jura inconnu avec un dénivelé variant entre 850 et 1300 et une descente avec des pentes diverses mais pouvant aller jusqu'à 35° (pas obligatoire), mais tout de même 1 ou 2 conversions selon l'humeur du chef de course

Inscription: Inscription via le site. Coût env. 20 CHF/pers. dès le 10.12.2024 avant le 06.01.2025 Limité à 10 participants

non

Chef de course: Pierre Hanhart (079 607 95 53)

Adjoint: Bernard Jeangros (079 659 48 08)

Les courses - Section



11.01 Course pour splitboarder:

D

A la découverte des lignes d'Ovronnaz

Départ d'Ovronnaz avec les remontées. Mise des Peaux sur le Plateau d'Euloi, montée au Col de Basse, descente sur le Lac de Fully. Montée à Tita Seri descente sur Petit Pré. Montée à la Grande Garde par la Seya si les conditions le permet et descente sur Ovronnaz

Inscription: Inscription via le site. dès le 15.12.2024 avant le 04.01.2025 Limité à 5 participants

non

Dénivelé + 500m/ - 500 / + 600 / - 600/ + 150m / - 800 m

Chef de course: Alain Schwab (+41 76 375 45 36)



11.01 Pic d'Artsinol - 2997 m

PD

Randonnée sans complications mais quand même une ascension de ~1'400m. Nous montons par Pralong (1'608m) nettement plus sauvage que par le côté Evolène. La montée se fait principalement par le verant W.

Inscription: Inscription via le site. dès le 02.12.2024 avant le 22.12.2024 Limité à 7 participants

non

Dénivelé: +1400m / -1'400m

Chef de course: Filip van Hoomissen (079 676 12 81)



16.01 Col de Savalène -1865 m

F

départ des remontées mécaniques de Torgon, un parcours bucolique permet d'atteindre le col, puis une dernière pente douce donne accès au sommet

Inscription: Inscription via le site. Coût: env. 50.- CHF/pers. dès le 20.12.2024 avant le 10.01.2025 Limité à 12 participants

non

Dénivelé: env. +820m

Chef de course: Pierre Mischler (021 825 17 03)

Les courses - Section



18.01-19.01 Cours de ski hors-pistes à Evolène

F

Dans un cadre majestueux, week-end dédié au hors-pistes. Le samedi ski hors-pistes et sortie rando le dimanche dans la région Evolène - Arolla ; avec guides et chefs de course de la section. Nuitée au chalet « Lana » (Prix 300.- CHF) comprenant transports, remontées mécaniques le samedi, 1/2 pension et apéro du samedi soir. Attention prendre votre sac de couchage, picnic pour le samedi midi et dimanche midi. Inscription valable moyennant le versement sur le CCP de la commission des courses CPP12-105241-8 IBAN CH67 0900 0000 1210 5241 8. Pour les détenteurs du Magic Pass déduire le montant de CHF 34.00. Possibilité de monter le vendredi moyennant un supplément de CHF 50.00 STAMM LE JEUDI 9 JANVIER 2025 A 19.00 AU LOCAL
Inscription: Inscription via le site. Coût 300.00 CHF / pers. dès le 01.11.2024 avant le 05.01.2025 Limité à 45 participants

oui

Dénivelé: 800m / 1200m

Chef de course: Florian Pernet (+41 79 219 42 83)

Adjoint: Bernard Jeangros (079 659 48 08)



18.01 Initiation cascade de glace

PD

Initiation à la cascade de glace. Le lieu sera défini selon conditions hivernales. (selon lieu choisi, prix du téléphérique 20.- pour les non magicpass)

Inscription: Inscription via le site. dès le 10.12.2024 avant le 31.12.2024 Limité à 8 participants

oui

Chef de course: Stéphane Richard (076 557 76 14)



24.01 Aiguille de Mex - 1870 m

PD

Très jolie course, facile, sous la cime de l'Est et en face des Dents de Morcle. (750m)

Inscription: Inscription via le site. dès le 24.12.2024 avant le 13.01.2025 Limité à 6 participants

non

Chef de course: Joël Musy (079 272 13 17)

Les courses - Section



25.01 Pointe Ronde - 2700 m

PD

Randonnée peu difficile depuis La Caffè (parking au derrier lacet avant le col de la Forclaz).

Inscription: Inscription via le site. dès le 16.12.2024 avant le 05.01.2025 Limité à 7 participants

non

Dénivelé: +1470m / -1'470m. Uniquement coût transport (2x 122km)

Chef de course: Filip van Hoomissen (079 676 12 81)



25.01 Col de Savalene - 1864 m

PD

Sur les hauts de Torgon, carrément à l'écart de la foule et du bruit, se cache un petit joyau de nature intacte. Rayonnant de calme et de sérénité, ce magnifique petit vallon de Savalène semble avoir été tout spécialement inventé pour la randonnée en raquettes tellement sa configuration et son esthétique sont parfaites!

Inscription: Inscription via le site. Coût: env. 50.- CHF/ pers dès le 28.12.2024 avant le 12.01.2025 Limité à 8 participants

non

Echelle CAS: WT3Dénivelé:+670m /-670m

Chef de course: Thierry Valet (079 305 58 87)



25.01 Becca Colin - 2814 m

PD

Départ depuis les abords du Lac des Toules et montée sur la Becca avec - si possible - boucle et passage le long de l'arrête selon les conditions.

Inscription: Inscription via le site. dès le 18.12.2024 avant le 07.01.2025 Limité à 8 participants

Non

Chef de course: William Fankhauser (079 506 94 63)

Les courses - Section



01.02-02.02 Mont de l'Etoile - Vouasson 3489m

AD

Paysages exceptionnels, cabane non gardée. Jour 1 : Départ de La Gouille et montée jusqu'à la Cabane des Aiguilles Rouges. Continuation jusqu'au Mont de l'Étoile. Nuit à la cabane. Jour 2 : Montée jusqu'à la Pointe de Vouasson, puis descente en ski jusqu'à La Gouille.

Inscription: Inscription via le site. dès le 09.12.2024 avant le 17.01.2025 Limité à 5 participants

oui

Dénivelé +1550m/-550m (J1) Dénivelé +700m/-1700m (J2)

Chef de course: Emmanuel Vinit (+41 79 777 96 05)

01.02 Pointe d'Aufalle - 2724 m

AD+



Randonnée en direction de la Pointe d'Aufalle depuis Ovronnaz Une jolie course en dehors des installations de ski. Petite passage délicat raide (+35°) pour nous amener ensuite dans un superbe vallon sauvage. Un bon niveau de ski en toute neige est requis.

Inscription: Inscription via le site. Coût env. 50.- CHF/pers dès le 15.12.2024 avant le 26.01.2025 Limité à 6 participants

non

Dénivelé: +1390m; pente terminale raide (39° sur 80 m) et exposée pour atteindre le sommet

Chef de course: Julien Vergeres (079 375 33 42)

Adjoint: Pascal Imfeld (077 437 14 82)



02.02 Cours Avalanche

F

ATTENTION AVALANCHES ! Un vaste sujet, nous sommes d'accord, mais tellement passionnant. Cette formation se fera en deux temps - Une soirée de théorie, d'échanges et de jeux. - Un dimanche de mise en pratique dans le terrain Encadrement par trois chef de courses

Inscription: Inscription via le site. Coût env. 50 CHF / pers + remontée mécanique dès le 01.12.2024 avant le 22.01.2025 Limité à 30 participants

oui

Adjoint Daniel Beffa et Fabien Meyer

Chef de course: Thierry Valet (079 305 58 87)

Adjoint: Daniel Beffa (079 250 94 10)



06.02 Bâderhore - 2008 m

PD

Si la neige est là, descente dans le Simmental, double dénivelé que la montée! Course très variée, des plaines douces à l'arête sommitale riche en vues en passant par de vastes pistes de skis

Inscription: Inscription via le site. Coût: env. XXX CHF dès le 10.01.2025 avant le 21.12.2024 Limité à 12 participants

non

Dénivelé: +500m /-1160m

Chef de course: Pierre Mischler (021 825 17 03)



08.02 Cascades de glace à Zinal ou Adelboden

D

Cascades de glace de plusieurs longueurs. Le lieu sera défini selon conditions hivernales. La date peut être déplacée selon la météo et la glace.

Inscription: Inscription via le site. Coût: déplacement env. 60.- CHF/pers. dès le 01.01.2025 avant le 31.01.2025 Limité à 3 participants

oui

Dépend du nbre de premiers de cordées.

Chef de course: Stéphane Richard (076 557 76 14)



08.02 Chalets de la Loriaz (en boucle) 2020m

PD

S'il ne devait y en avoir qu'une... ce serait celle-là. Enchassés dans le monde grandiose de l'Alpe, entre les prestigieux sommets du Mont-Blanc et ceux tout aussi majestueux des Aiguilles Rouges, une poignée de chalets blottis sous la neige que notre visite! La boucle de la Tête de la Chevette nous permettra d'admirer ce petit "Pays de Vallorcine"

Inscription: Inscription via le site. Coût: env. 50.- CHF/ pers dès le 05.01.2025 avant le 26.01.2025 Limité à 8 participants

non

Echelle CAS: WT3 Dénivelé: +670/-670m

Chef de course: Thierry Valet (079 305 58 87)

Les courses - Section



08.02 Vanil Carré - 2195 m

AD

Au départ de Grandvillard ou un peu au-dessus si possible, belle montée - paturage d'abord puis un peu plus de pente sur la fin - sur un des multiples Vanils de la région. Environ 1400 de +

Inscription: Inscription via le site. dès le 08.01.2024 avant le 28.01.2024 Limité à 8 participants

Non

Chef de course: William Fankhauser (079 506 94 63)



09.02 La Para - 2540 m

PD

Randonnée peu difficile dans les Alpes vaudoises situé entre les Pays d'Enhaut (au N) et Les Diableretts. Nous partons depuis L'Etivaz (1'140m) et puis on remonte le versant N.

Inscription: Inscription via le site. dès le 30.12.2024 avant le 19.01.2025 Limité à 7 participants

non

Dénivelé: +1400m / -1'400m. Uniquement coût transport (2x 110km)

Chef de course: Filip van Hoomissen (079 676 12 81)



12.02 Les Millets - 1886 m

PD

Jolie course dans les Préalpes FR. Montée en 4 h (+1'100 m). Descente entrecoupée d'une petite montée pour prolonger le plaisir. Il ne reste plus qu'à espérer que la neige soit au rendez-vous.

Inscription: Inscription via le site. dès le 08.01.2025 avant le 05.02.2025 Limité à 12 participants

non

Chef de course: Bernard Jeangros (079 659 48 08)

Adjoint: Pierre Hanhart (079 607 95 53)

Les courses - Section



12.02 La Dôle par pleine lune - 1677m

PD

Montée à la Dôle au clair de lune depuis l'archette (D+ 500m). Itinéraire de descente selon les conditions.

Inscription: Inscription via le site. dès le 20.01.2025 avant le 08.02.2025 Limité à 6 participants

non

Chef de course: Nicolas Odermatt (079 394 35 70)



16.02 du Col du Pillon à Gsteig via 4 sommets

PD

Très jolie course, assez longue, depuis le col du Pillon, monter au col de Voré puis on enchaîne quelques descente et remontée via trois sommets jusqu'au Walighürli et descente jusqu'à Gsteig. (environ 15km et 1400D+)

Inscription: Inscription via le site. dès le 16.01.2025 avant le 05.02.2025 Limité à 6 participants

non

Course uniquement en transport public. (cout en fonction de vos abonnements)

Chef de course: Joël Musy (079 272 13 17)



22.02 Course pour splitboarder: Cabane Rambert - 2584 m

AD

Départ de Tourbillon 1418m, montée à la Louzte, puis le vallon sauvage des Outannes jusqu'au Plateau des Gouilles Rouges pour finir à la cabane, Puis aller chercher une ligne de descente en dessus de la cabane.

Inscription: Inscription via le site. dès le 06.01.2025 avant le 19.01.2025 Limité à 5 participants

non

Chef de course: Alain Schwab (+41 76 375 45 36)

Les courses - Section



22.02 Traversée Finhaut - Les Marécottes

AD

Traversée de Finhaut aux Marécottes par le col de Fenestral. Rythme tranquille mais bonne technique de ski nécessaire (conversions et aisance à la descente). Course possible 100% transport public!

Inscription: Inscription via le site. dès le 22.01.2024 avant le 02.01.2024 Limité à 6 participants

non

Dénivelé : +1300m/-1400m

Chef de course: Mégane Boscardin (+41 79 442 93 99)

Adjoint: Nicolas Odermatt (079 394 35 70)

27.02 Séance info futur(e)s chef(fe)s de course

Séance d'information au local de Nyon.

Inscription: Inscription via le site. dès le 27.01.2025 avant le 16.02.2025 Limité à 20 participants

Chef de course: Daniel Beffa (079 250 94 10)



28.02 Gstellhorn par la via ferrata des Montons

AD

Départ col du Pillon, glacier 3000, descente vers le Sanetsch, et remontée par des échelles pour gagner le sommet.

Inscription: Inscription via le site. dès le 28.01.2025 avant le 17.02.2025 Limité à 6 participants

oui

Chef de course: Pierre Mischler (021 825 17 03)



01.03 Grande Dent de Morcles - 2968 m

PD+

Itinéraire peu difficile, hormis le court passage de l'évitement d'une barre rocheuse après le col de Fenestral. Les remontées mécaniques d'Ovronnaz permettent de réduire quelque peu la longueur de cette course en partant directement de Grand Pré

Inscription: Inscription via le site. dès le 29.01.2025 avant le 18.02.2025 Limité à 7 participants

non

Dénivelé: +1000m/-1700m

Chef de course: Ronen Lind (+41 79 562 08 30)

Les courses - Section



01.03 Le Tarent - 2548 m

AD

Départ de l'Etivaz (avec peut-être une petite marche ...) et belle montée, à travers les alpages au début, sur le Tarent, 2548 m !

Inscription: Inscription via le site. dès le 30.01.2024 avant le 19.02.2024 Limité à 8 participants

Non

Chef de course: William Fankhauser (079 506 94 63)



02.03 Alpes Vaudoises

AD

Course dans les alpes vaudoises en fonction des conditions. Lien en fonction des conditions.

Inscription: Inscription via le site. dès le 30.01.2025 avant le 19.02.2025 Limité à 9 participants

oui

Chef de course: Fabien Meyer (079 292 92 32)

Adjoint: Roland Meyer (+41 79 925 47 52)



09.03 Les Louerettes - 3069m

PD

Course au départ de Siviez, de 1330m de dénivélé, dans un vallon relativement préservé. La dernière montée se fait à pied ou à ski selon l'enneigement.

Inscription: Inscription via le site. dès le 09.02.2025 avant le 28.02.2025 Limité à 8 participants

oui

Dénivélé +1330m/-1330m

Chef de course: Nicolas Lecoultre (078 758 86 42)

Les courses - Section



15.03-16.03 8-9.03 Découverte de la Vanoise

AD

Weekend du 8 et 9 mars (donc pas le weekend du 15-16) dans le parc national de la Vanoise. J1 : Voiture Nyon->Pralognan-la-vanoise. Départ des Barmettes (2000m) direction la cabane avec détour par le col de la Glière (3162m) par son versant sud (dénivelé max +1200m / -700m dont pente à 40° sur 30m). Nuit confortable au refuge du col de la vanoise. J2 : Pointe de la réchasse (3212M) et pointe du Dard (3206) pour découvrir l'énorme plateau glaciaire de la Vanoise, puis retour à Pralognan (dénivelé max +1000m / -1900m).

Inscription: Inscription via le site. Coût : télésiège 13€, cabane demi pension 61€, voiture ~85.- dès le 01.02.2025 avant le 02.03.2025 Limité à 6 participants
oui

Chef de course: Nicolas Odermatt (079 394 35 70)

Adjoint: Mégane Boscardin (+41 79 442 93 99)



15.03 Pointe Ronde : Voie normale - depuis la Caffè - 2700 m PD

Jolie course "agréable et variée" proche de Trient. Du bonheur à skier quand il y a de la fraîche. La course commence par un sentier forestier qui coupe des pentes parfois soutenues (jusqu'à 35°). Possiblement un peu de portage en fonction des conditions. Quand on sort de la forêt la pente s'adoucit puis montée peu technique jusqu'au sommet (pente 30° max). Descente par l'itinéraire de montée. Maîtrise des conversions nécessaire.

Inscription: Inscription via le site. dès le 14.02.2025 avant le 06.03.2025 Limité à 6 participants

oui

Dénivelé: +1440m/-1440m

Chef de course: Stéphanie Mielnik (+41 79 965 06 69)

Adjoint: Simon Fabien (+41 78 213 83 31)



16.03 Tour de Famelon - 2143 m

PD

Itinéraire peu difficile et relativement sûr. Au départ du Sépey, Une brève montée à pied, donne accès au sommet. Plusieurs option de descente. 1170 de D+ Cotation : PD+.

Inscription: Inscription via le site. dès le 13.02.2025 avant le 05.03.2025 Limité à 6 participants

non

Course uniquement en transport public. (cout en fonction de vos abonnements)

Chef de course: Joël Musy (079 272 13 17)



16.03 Dents Blanches Occidentales : Voie normale

AD

depuis les Allamands - 2709m

Depuis le parking des Allamands, la course commence par un sentier forestier qui nous emmène progressivement dans la combe de Bostan. Ce cheminement vers le col de Bostan nous fera profiter de points de vues sur les dents d'Oddaz. Tête de Bostan en fonction des conditions. Ici la course devient plus alpine et le contournement de la pointe des Chamois nous amène au pied de la face NW des Dents Blanches Occidentales. Descente de la facette puis du vallon par le refuge de Bostan. Bonne condition physique (à l'aise à 400 m/h), maîtrise des conversions et technique solide à ski requise (120 m à 40° sous le sommet).

Inscription: Inscription via le site. dès le 14.02.2025 avant le 06.03.2025 Limité à 5 participants

oui

Dénivelé: +1750m/-1750m

Chef de course: Simon Fabien (+41 78 213 83 31)

Adjoint: Marc Fromentin (079 331 06 84)

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



meeting point
mymp.ch

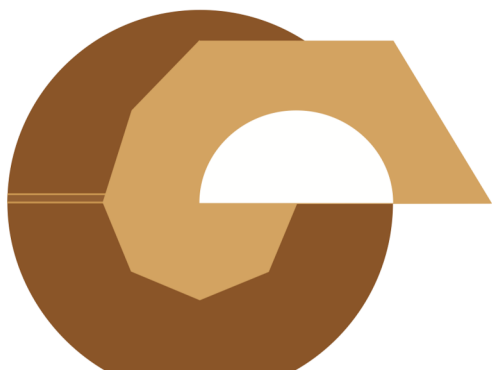
- ✓ GRAND CHOIX
- ✓ CONSEIL
- ✓ PRIX ATTRACTIF
- ✓ SERVICE RAPIDE

LOCATION SKI, SNOWBOARD ET RAQUETTE / SERVICE ET ENTRETIEN

VELO / REPARATIONS TOUTES MARQUES

EQUIPEMENT ET ACCESSOIRES VELO

SPECIALISTE UNIHOCKEY



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

**isofloc**

Les courses - Jeudistes



16.01 La Dôle

M

Départ de l'Archette, 1160m (St-Cergue), via le Vuarne, Châlet des apprentis, col de Porte, la Dôle 1677m, 2h30.

Inscription: dès le 16.12.2024 avant le 09.01.2025 Limité à 8 participants
2h30 +520m/-520m

Chef de course: Jakob Troxler (022 366 39 30)



23.01 Colomby de Gex

WT2

Au départ du Col de la Faucille (1320m). Parcours facile, d'abord sur un chemin balisé et puis à travers des pentes douces jusqu'au sommet du Colomby de Gex (1688m). Retour via le Grand Montrond (1614m) en suivant la crête.

Inscription: dès le 19.12.2024 avant le 16.01.2025 Limité à 10 participants
4-5h12km+/-450m

*Chef de course: Christophe Straessle
(christophe.straessle@bluewin.ch; 079 623 86 53)*



23.01-24.01 Dom. skiable Adelboden-Lenk PD Ski piste rouge et ev. Engstligenalp

J1: voyage à Adelboden puis ski de piste et hors piste dans le domaine Adelboden Lenk, nuitée dans chalet privé ou en dortoir sur le col du Hahnenmoos J2: ski de ski piste et hors piste ou facultatif si souhaité: Rando à ski sur Bundergletti (2100m, 700 m de dénivelé). Retour voyage à Nyon. Attention : les prix pour les abonnements de ski sont dynamiques et commencent à partir de Fr. 57.- pour 1 jour. et de Fr. 110.- pour 2 jours. Les meilleurs prix s'obtiennent sur le site "adelboden-lenk.ch/fr/Shop".

Inscription: dès le 09.12.2024 avant le 06.01.2025 Limité à 8 participants
j2. 3h +700/-700m

*Chef de course: Urs Eger (urs.heger@bluewin.ch; 076 441 28 30)
Adjoint: Jakob Troxler (022 366 39 30)*

Les courses - Jeudistes



30.01 Pic Chaussy

PD

Départ du col des Mosses, 1440m, lac Lioson 1850m. Col à 2079m (au pied de a dernière pente), si souhaité jusqu'au sommet du Pic Chaussy, 2350m, facultatif

Inscription: dès le 01.01.2025 avant le 23.01.2025 Limité à 9 participants

2h30 1440m -2079,4h 1440 -2350,+900/-900m

Chef de course: Jakob Troxler (022 366 39 30)



30.01 Ski de fond dans le Jura ou sur le plateau Retord

PD

Parcours à choix et selon conditions du moment

Inscription: dès le 31.12.2024 avant le 28.01.2025 à 14h. Limité à 9 participants

3-4h

Chef de course: Gérard Mury (gam@mugelex.com; 022 367 23 04)



06.02 Ski de Fond

PD

Jura Français selon enneigement

Inscription: dès le 07.01.2025 avant le 04.02.2025 à 14h. Limité à 8 participants

3-4 h +120/-120m

Chef de course: Melody Girardet (girardet.melody@gmail.com; 022 361 82 36)



13.02 ski de fond dans le Jura

PD

destination selon enneigement

Inscription: dès le 14.01.2025 avant le 11.02.2025 à 14h. Limité à 12 participants

3-4 h

Chef de course: Maria Milzow (079 213 16 15)



13.02 Col Ouest de Barasson (Gd Saint-Bernard)

PD

Dépt. de Bourg St-Bernard, 1940m, Combe de Barasson,col ouest de Barasson, 2634m

Inscription: dès le 13.01.2025 avant le 06.02.2025 Limité à 9 participants

3h +700m/-700m

Chef de course: Jakob Troxler (022 366 39 30)

Les courses - Jeudistes



20.02 À définir

PD

Le lieu sera choisi en fonction de l'enneigement et de la météo (Matériel : pelle, sonde et DVA)

Inscription: dès le 21.01.2025 avant le 18.02.2025 à 14h. Limité à 10 participants

Chef de course: Jean-Daniel Carrard (ajdcarrard@sefanet.ch; 021 807 13 48)



13.03 De Yens à Bière

F

De Yens à Bière en passant par St-Livres et le vallon de l'Aubonne

Inscription: dès le 11.02.2025 avant le 11.03.2025 à 14h. Limité à 15 participants

13 km. 3h30+/- 300m

Chef de course: Madeleine Serex (mserex@bluewin.ch; 022 361 20 74)



13.03 Journée de ski sur le Grand Massif ou Portes du Soleil, selon conditions du moment

AD

Journée de ski pour skieurs à l'aise sur pistes rouges. 9 participants max

Inscription: dès le 11.02.2025 avant le 11.03.2025 à 14h. Limité à 9 participants

Chef de course: Gérard Mury (gam@mugelex.com; 022 367 23 04)



20.03 Boucle du Grand Salève

PD

Départ depuis Beaumont jusqu'au point culminant du Salève à 1380m. Points de vue magnifiques

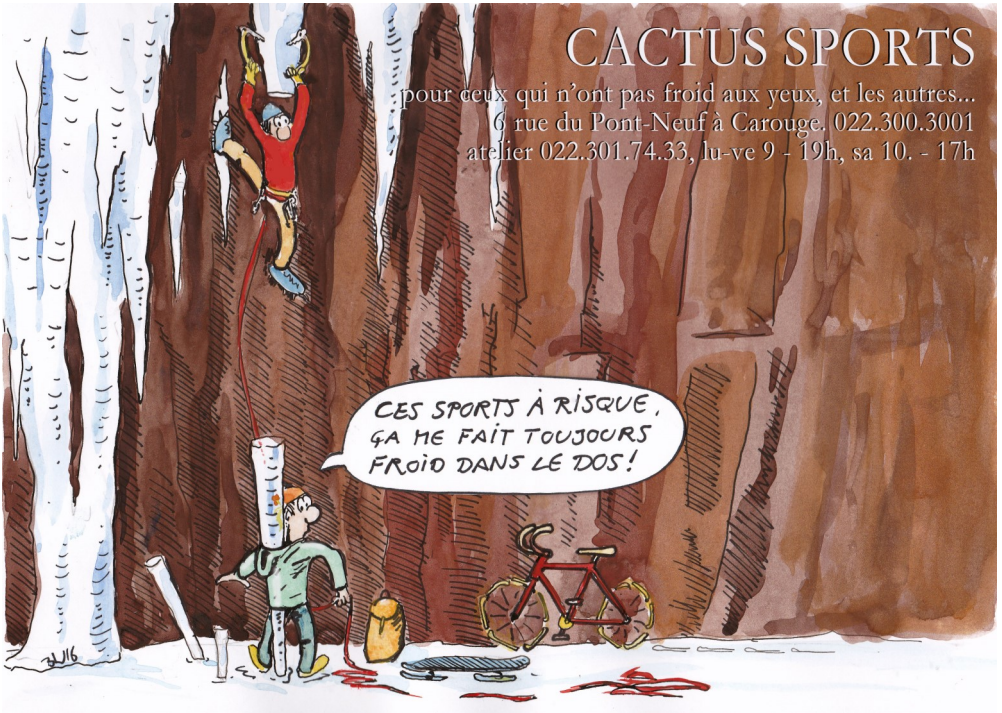
Inscription: dès le 18.02.2025 avant le 18.03.2025 à 14h. Limité à 15 participants

+ 628m/-628m 4h 10km

Chef de course: Anne Schwaar (ajo.schwaar@gmail.com; 079 590 62 26)



www.guides-passemontagne.ch



CACTUS SPORTS

pour ceux qui n'ont pas froid aux yeux, et les autres...
6 rue du Pont-Neuf à Carouge. 022.300.3001
atelier 022.301.74.33, lu-ve 9 - 19h, sa 10. - 17h

CES SPORTS À RISQUE,
ÇA ME FAIT TOUJOURS
FROID DANS LE DOS!

Souvenirs partagés



30-31.08.2024 – Lagginhorn 4'010

Alpi

Une équipe motivée a quitté Vich au petit matin le 30 août pour rejoindre Saas-Grund. Présents au départ (et au retour) : Ronen le chef, Eva, Yves, Valerio, Stéphanie et Magda.



Samedi : mise en jambe d'approche paisible à travers les verts pâturages et arrivée à la cabane Weissmies à 2726 m. L'apéro sur la terrasse et le délicieux souper nous ont réconfortés au vu du défi du lendemain. Après la courte nuitée, levée matinale et départ à la frontale dans l'air pétillant des 5h alpines. La météo menaçait avec des orages en fin d'après-midi, raison pour laquelle le chef a démarré avec un rythme assez soutenu. Il a pu facilement accepter un retour à un rythme "CAS" au vu du niveau attesté des participants ... et de leurs protestations. L'ascension s'est faite dans de magnifiques conditions de température et de lumière croissante. Le soleil nous a salués au sommet aux alentours de 9h. Nous nous

Souvenirs partagés



sommes donc encordés pour la longue descente qui s'est terminée à la cabane dans la bonne humeur mais avec une touche de fatigue (surtout pour les doyens de la course). Puis descente aux installations et retour tranquille sur la Côte.

Ronen Lind



SBS SPORT
SERVICE
www.sbsport.ch

Souvenirs partagés



07.09.2024 90 ans de la cabane Rochefort

Evénement

Par une belle matinée ensoleillée, divers groupes convergent vers la cabane Rochefort, soit de façon individuelle, soit guidés par des chefs de courses, et qui empruntent chacun un chemin différent.

Sylvette Pezet au départ de St-Cergue gare

Marianne Stäubli au départ de la Givrine

Laurent Turin à VTT au départ de Vich.

Un accueil chaleureux est réservé à chacun par l'équipe de bénévoles et de gardiens.



Avant de débiter l'apéritif, Caroline Turin, intendante de la cabane Rochefort, ouvre les festivités par un petit rappel historique :

1932 : Une idée germe dans la tête de quelques amis clubistes de la sous-section La Dôle : la construction d'une cabane. L'idée fait son chemin au sein de la sous-section. Avec un budget de CHF 4'000.- (matériaux) et env. 3000 h de travail bénévole, une vingtaine de personnes mènent à bien la construction de la première cabane.

1934 : En septembre, inauguration de la cabane Rochefort

1947 : 1^{er} agrandissement, elle est allongée pour ajouter une cuisine, un nouveau dortoir et un bûcher.

1968 : Excavation du sous-sol, installation des WC et d'une citerne supplémentaire.

Souvenirs partagés



2003 : les façades et une partie de la structure sont refaites.

2013 : agrandissement de la terrasse.

2018 : construction d'une extension avec les toilettes sèches.

2022 : réfection du toit et de son isolation, des boiseries du dortoir principal ; rénovation de la cuisine et changement du fourneau et pour terminer les tables de la salle à manger sont poncées. Les travaux d'entretien sont continus à la cabane !

Sur la terrasse, quelques photos illustrent la construction de la cabane.

C'est ainsi qu'au fil de ces 90 ans, de multiples personnes ont fait de cette cabane un vrai paradis ! Merci aux bénévoles, aux passionnés, aux promeneurs qui, à travers l'histoire passée, présente et future, permettent à cette cabane de vivre et de traverser le temps.

L'apéritif se poursuit avec un intermède musical, proposé par un trio de cors des Alpes, puis Yvan Freiholz, bûcheron sculpteur, nous fait découvrir son art, la création de sculptures en bois à la tronçonneuse. La tête d'un magnifique chamois nous accueille désormais en contrebas de la terrasse.



Nous sommes invités à nous diriger vers l'arrière de la cabane, où une cantine est montée et les tables dressées pour savourer un délicieux repas cuisiné par Manfred Helmer.

Une équipe de bénévoles ont participé au dressage et assuré le service. Ce moment convivial est aussi animé par un jeune trio féminin talentueux,

Souvenirs partagés



membres du groupe des jeunes de la section (guitare, violoncelle et voix). De belles décorations florales créées par Léonie Henry apportent une touche colorée dans cette verdure.

Cette riche journée est aussi l'occasion de découvrir :

- Quatre nichoirs mis en place par la commission environnement, aidée dans son choix par Jean-Daniel Macherel, amateur passionné d'ornithologie.

- 1 nichoir pour les mésanges côté est de la cabane,
- 1 nichoir pour les rougequeue noirs, côté nord de la cabane
- 2 nichoirs pour les grimpeaux des jardins en lisière de forêt, côté nord-est.



- Bivouac, respect de la nature :

Christian Pflumio et Thierry Valet, de la Commission Environnement de notre section, passionnés de nature et de bivouac, expliquent aux intéressés :

Comment lire une carte avec les zones de protection de la faune.

Ils donnent également des explications sur un bivouac installé :

Comment choisir son emplacement, comment s'installer, dormir à la belle étoile dans un bon sac de couchage ou sous tente, comment faire un feu en toute sécurité.

Et comment repartir le lendemain sans laisser de traces de notre passage.

- Colonne de secours :

La colonne des secours nous invite, par une série de panneaux, à mieux connaître leurs activités, leurs compétences et quelle formation est nécessaire pour être un membre actif, ainsi que l'importance de la formation continue. Cet itinéraire nous amène sur le lieu de sauvetage d'un parapentiste pris dans un sapin à plusieurs mètres du sol. Cette démonstration est aussi l'occasion d'un bel échange.

Riche d'un beau moment partagé, la journée se termine, mais il est encore temps de chaleureusement remercier



Souvenirs partagés



toutes les personnes bénévoles qui ont organisé et œuvré le jour même à la réussite de cette magnifique fête.

La commission d'organisation : Yves Donoréaz-Borel, Manfred et Herlinda Helmer, Daniel Baumgartner, Aline Fayet et Caroline Turin.

Les gardiens de Rochefort et toutes les personnes qui sont intervenues au cours de la journée, par la musique, leurs démonstrations et pour la qualité de leurs partages.

Secrétaire: Jeanne-Chantal Macherel

Photos: Caroline Turin et Yves Donoréaz-Borel

3.10.2024 Lac de Montsalvan

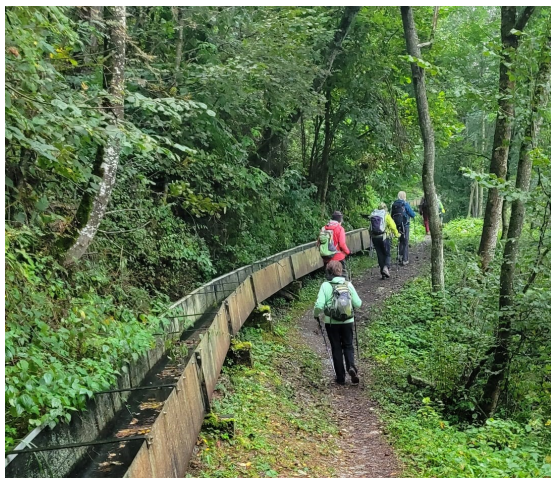
Randonnée

Course modifiée raison éboulement pour Bisses de Salins et Baar

Beau parcours en boucle, au-dessus de Sion, à travers forêts et vergers avec panorama sur la plaine de Sion et Nendaz.

Malgré le manque de soleil et le panorama bouché, les 11 participants ont apprécié cette journée sans pluie en suivant le cours des deux bisses. Encore merci à chacun/e pour votre participation et votre amitié !

Anne Schwaar



Souvenirs partagés



24.10.2024 - Balade en Franches-Montagnes

Randonnée

La course s'est déroulée par un temps automnal ensoleillé dans l'ensemble. 17 jeudistes ont découvert un coin perdu de ce petit canton du Jura. Marche facile le long de la rivière « le Tabeillon », boueuse et glissante par endroits. Chouette équipe et sympathique ambiance pour cette dernière course de la saison. Merci à tous.

Odile Christinet



AFIN DE NE RIEN LOUPER DU PAYSAGE

jumelles Swarovski et son adaptateur smartphone



SWAROVSKI
OPTIK



Nicolas Lecoultre Opticien diplômé
Rue de la Morâche 6 - 1260 Nyon
022 361 59 55
www.maxivue.ch/lacombe

OPTIQUE
DE LA
COMBE

ROCHEFORT

ARPITETTAZ

Visitez nos cabanes!



Visitez nos cabanes!

1'390 m - coord. 500.720/146.870

1 h à pied de St-Cergue

1/4 h de la place de parc

2'786 m - coord. 618.600/105.560

4 h à pied de Zinal

Tél. cabane 027/ 475 40 28

BSR
IMPRIMEURS

**CONSEIL
CREATION
IMPRESSION
RELIURE**

BSR Imprimeurs SA

Route de Begnins 14 | CH-1196 Gland | T 022 354 09 90 | www.bsrimprimeurs.ch