BULLETIN

No 4 / 2026

Club Alpin Suisse
Section La Dôle



SECTION LA DÔLE

Chardon blanc sur le Mont Fourchon - Photo Raymond Ruchet

AFIN DE NE RIEN LOUPER DU PAYSAGE

jumelles Swarovski et son adaptateur smartphone

SWAROVSKI OPTIK

-10% MEMBRES CAS



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

OPTIQUE DE LA COMBE

Remise des textes

pour le prochain bulletin (N° 1/2027- parution début mars 2027)

Date limite 14.02.2027

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**.

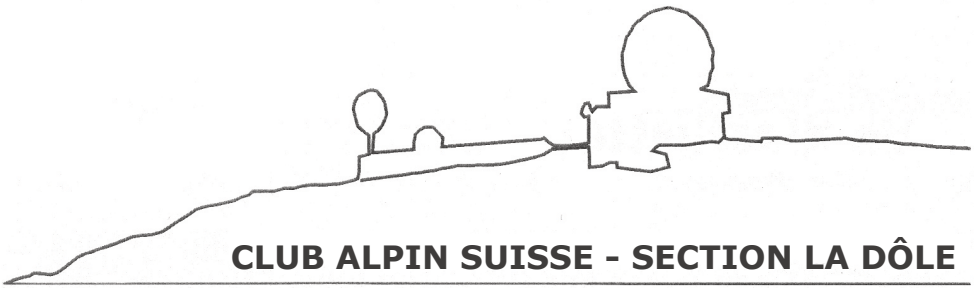
Inutile de les intégrer dans le document, la mise en page est à refaire lors de l'intégration dans le bulletin. Pour la même raison, il est inutile de soigner la mise en page. **Absolument éviter les photos échangées par « WhatsApp »**.

Merci pour votre collaboration

CACTUS SPORTS
Escalade, randonnée et alpinisme

Cactus Sports
Rue du Pont-Neuf 6, 1227 Carouge

Horaires:
Lundi au Vendredi: 9h - 19h
Samedi: 7h - 17h



Editorial

Notre Section vit grâce à vous!

Qu'est-ce qui fait la richesse de notre Section? Bien sûr, il y a les montagnes, les courses, les cabanes et les nombreuses activités proposées tout au long de l'année. Mais derrière chacune de ces expériences, il y a surtout des femmes et des hommes qui donnent de leur temps, partagent leurs compétences et s'engagent pour faire vivre notre club. Cheffes et chefs de course, gardiennes et gardiens de cabane, membres du Comité et des commissions, organisateurs d'événements ou bénévoles de l'ombre : toutes et tous contribuent, à leur manière, à cette belle aventure collective.

Pourtant, comme beaucoup d'associations, nous avons parfois du mal à trouver des personnes prêtes à prendre le relais. Nous savons que les journées sont bien remplies. Mais s'engager ne signifie pas nécessairement accepter une fonction pour plusieurs années! Donner un coup de main en cabane, organiser un événement, partager ses compétences, rédiger un article ou rejoindre une commission: **chaque contribution compte.**

Et surtout, **le bénévolat n'est pas à sens unique**. C'est aussi l'occasion de faire de belles rencontres, d'apprendre, de transmettre et de vivre des expériences enrichissantes. Bien souvent, on reçoit autant, sinon davantage, que ce que l'on donne. →

Bulletin CAS, Section La Dôle
Novembre 2026 - No 4 - Année 80
Parution : 4 fois par année
Editeurs : Eva Gori, 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
Portrait	7
Communications	9
Convocation assemblée	10
Rapports assemblées	15
Souvenirs partagés	21

Editorial

Et si 2027 était l'année de votre engagement ? Plusieurs occasions se présentent: nous recherchons une personne pour reprendre le rôle de secretaire du Comité. En début d'année, une soirée d'information permettra de découvrir le rôle de cheffe ou chef de course et les possibilités de formation. Enfin, la cabane de l'Arpittetaz a besoin d'une nouvelle génération de gardiennes et gardiens bénévoles pour assurer la relève. Nous vous en dirons davantage prochainement.
Notre Section ne pourrait tout simplement pas offrir autant d'activités sans cet engagement collectif. Pour qu'elle reste aussi vivante et accueillante demain qu'aujourd'hui, nous avons besoin de nouvelles énergies et de nouvelles idées.

Alors, pourquoi ne pas franchir le pas? N'hésitez pas à prendre contact avec un membre du Comité ou d'une commission pour en discuter, sans engagement.

Un immense merci à toutes celles et tous ceux qui font déjà vivre notre Section. Et à celles et ceux qui souhaitent nous rejoindre: bienvenue!

Le Comité de la Section La Dôle



Comité et communications



Président:
Olivier Andrey, 079 704 59 06
president@cas-la-dole.ch

Vice-président:
Marc Fontannaz
vice_president@cas-la-dole.ch

Secrétaires:
Jeanne-Chantal Macherel
secretariat@cas-la-dole.ch

Caissière:
Sibylle Dürst
caissier@cas-la-dole.ch

Gestion des membres:
Barbara Aeschimann
membres@cas-la-dole.ch

Commission des courses:
Filip Van Hoomissen
courses@cas-la-dole.ch

Commission communication:
Eva Gori
communication@cas-la-dole.ch
Pour le bulletin:
bulletin@cas-la-dole.ch

Commission de l'environnement:
Christian Pflumio
environnement@cas-la-dole.ch

ALPFAM:
Lorène Jaggi
alpfam@cas-la-dole.ch

Les Jeudistes:
Sylvette Pezet
Elsbeth Koehli
jeudistes@cas-la-dole.ch

CO-responsable OJ/AJ:
Thibault Hudovernik
Manon Moret
oj@cas-la-dole.ch - aj@cas-la-dole.ch

Responsable Rochefort:
Caroline Turin
cabane_rochefort@cas-la-dole.ch

Responsable Arpitettaz:
Bernard Jeangros
cabane@arpitettaz.ch

Responsables du local:
Anny Beutler
Amandine Fasel
local@cas-la-dole.ch

Responsable bus:
Chantal Lauper
bus@cas-la-dole.ch

Colonne de secours:
Romarick Favez
rom.favez@bluewin.ch

Guides de la Section

Manuel Froidevaux
manuel.froidevaux@gmail.com

François Germain
fgermain@bluewin.ch

Guillaume Guinault
guillaume@guides-passemontagne.ch

Guillaume Rubin
guillaume.rubin@gmail.com

Florian Strauss
strauss@aventuresalpines.ch

Simon Walbaum
simon.walbaum@bluewin.ch

Et si vous preniez le relais au secrétariat de notre Section?

Après quatre années au sein du Comité, notre secrétaire Jeanne-Chantal Macherel s'apprête à passer le témoin. L'occasion de découvrir une fonction essentielle à la vie de la Section, mais aussi riche en rencontres et en découvertes.

La mission: garder une trace de la vie de la Section

Être secrétaire du Comité, c'est avant tout être la mémoire des échanges et des décisions. Présente aux réunions du Comité et aux assemblées, notre secrétaire prend des notes, rédige les procès-verbaux, les soumet aux personnes concernées pour validation, puis veille à leur archivage. À cela s'ajoutent quelques tâches ponctuelles : envoyer une invitation à une section voisine, rédiger un courrier de remerciement ou encore organiser une petite attention à l'occasion d'un anniversaire marquant.



La fonction est tout à fait compatible avec d'autres engagements. Le temps nécessaire à la rédaction des procès-verbaux dépend beaucoup des habitudes rédactionnelles et de l'aisance avec les outils informatiques. Difficile donc de le chiffrer précisément, mais l'investissement reste raisonnable et peut s'adapter aux disponibilités de chacun.

Une façon de rendre au club ce qu'il nous apporte

Initialement, Jeanne-Chantal s'était engagée en « job-sharing » avec une autre personne, afin de se partager les tâches. Cette dernière s'étant rapidement retirée, elle a finalement assuré seule le secrétariat pendant quatre ans. Une expérience qui montre aussi que cette fonction pourrait tout à fait être exercée en binôme! Mais sa motivation était aussi profondément personnelle. « Le club m'a remise sur les rails au niveau de ma pratique de montagne. J'y ai fait de très belles rencontres et j'ai eu envie, à mon tour, de donner un peu de mon temps en reconnaissance de tout ce que d'autres m'avaient apporté ».

Quatre années de découvertes et de convivialité

Ce qu'elle retient surtout de ces quatre années? Une meilleure compréhension du fonctionnement de la Section et de tout le travail accompli, souvent discrètement, par les différentes commissions. Des cabanes aux questions liées au Club alpin central, en passant par les défis de la vie associative, cette fonction lui a permis de découvrir la richesse des activités et des engagements qui font vivre notre club. Et surtout, elle garde le souvenir de nombreux échanges enrichissants et de moments conviviaux.

Après quatre années, elle estime avoir accompli un beau cycle, de la même durée d'une présidence, et souhaite désormais s'investir dans un nouveau rôle au sein de la Section.

Et si c'était vous?

Nul besoin d'avoir une expérience du secrétariat ou une maîtrise parfaite du français! L'essentiel est d'être curieux, organisé, de disposer d'un peu de temps et d'avoir envie de participer à la vie de la Section.

Le Comité fonctionne dans un esprit d'entraide et de bienveillance. En cas d'absence, il est toujours possible de s'organiser, et la fonction pourrait également être assumée en binôme. Alors, n'attendez plus, lancez vous!

Envie de découvrir les coulisses de notre Section, de faire de belles rencontres et de contribuer à son avenir? C'est peut-être le moment de vous lancer!

Pour en savoir plus: contactez notre secrétaire actuelle, qui répondra volontiers à vos questions (secretaires@cas-la-dole.ch).

Pour proposer votre candidature : adressez-vous à notre président, Olivier Andrey (president@cas-la-dole.ch).



Week end de ski hors-piste et randonnée à ski 16 et 17 janvier 2027 dans la région d'Evolène.

Dans un cadre majestueux,

Ski hors-piste le samedi et sortie rando le dimanche matin.

Avec l'aide d'un guide, de moniteurs professionnels et de nos chefs de courses motivés, nous vous organisons deux jours de pratique de ski hors-piste.

Les sites seront choisis en fonction des conditions.

Nous logerons dans le chalet « LANA » à Evolène.

Le prix est de CHF 250.- par personne*, comprenant :

- Le transport en mini-bus (aucune indemnité n'est versée pour le transport individuel).
- Les remontées mécaniques (pour les détenteurs du Magic-Pass déduire CHF 35.-).
- La ½ pension (repas du samedi soir, petit-déjeuner du dimanche matin).
- L'apéro du samedi soir.
- La nuitée.
- Thé de marche pour le dimanche.

Thé et café à disposition. Les boissons (vin et bière) pour le repas du samedi soir sont à votre charge.

Matériel à emporter avec vous :

- Votre sac de couchage.
- Equipement classique de rando à ski, casque, couteaux et matériel de sécurité.

*Possibilité de monter le vendredi soir moyennant un supplément de CHF 40.-. (nuitée et petit-déjeuner)

L'inscriptions se fait via le programme des courses et elle devient valable dès que l'encaissement est effectué sur le compte de la section : CAS la Dôle, 1260 Nyon, IBAN CH47 0900 0000 1200 9664 9, au plus tard pour le STAMM.

STAMM LE JEUDI 7 JANVIER 2027 À 19.00 AU LOCAL

Les organisateurs : Florian Pernet // florian.pernet@bluewin.ch // 079 219 42 83
Karl Buffin // kbuffin@gmail.com // 079 506 08 83
Bernard Jeangros // bjeangros@vtxnet.ch // 079 659 48 08

Convocation assemblée



Assemblée Générale 2026 de la section

Samedi 14 novembre à 16h30
Salle communale de la commune de Gilly
Route du Molard - 1182 Gilly

16h30 Accueil
17h Assemblée Générale
19h Apéritif
20h Repas : prix CHF 30.- (paiement sur place, en cash uniquement)

Les places de stationnement près de la salle sont limitées. Stationnement possible au parking des Condémines (env. 5 minutes à pied, tarif: gratuit la 1ère heure / CHF 2.00 jusqu'à 2 heure / CHF 1.00 par heure ensuite)
Favorisez le covoiturage et les transports publics

Afin de faciliter l'organisation de cet évènement, nous vous demandons de vous inscrire directement sur la plateforme de réservation des courses (Droptours) en sélectionnant les options désirées

avant le samedi 31 octobre au plus tard.
Attention : La participation à l'assemblée et/ou repas se fera uniquement sur inscription

https://ssl.dropnet.ch/cas-la-dole/activites
(lien sur site cas-la-dole.ch → s'inscrire aux courses)

Contacter *droptours@cas-la-dole.ch* en cas de difficultés avec l'inscription via DropTours

Apéritif

Choucroute garnie
(*Option végétarienne : Choucroute garnie au fromage*)

Dessert

Thé / café

Convocation assemblée



81ème Assemblée Générale 2026 - Ordre du jour

1. Adoption du procès-verbal 80ème AG du samedi 15 novembre 2025
   (disponible dans le 1er bulletin 2026)
2. Minute de silence pour nos membres décédés
3. Communication du comité
4. Nomination des scrutateurs
5. Rapports annuels
   du président
   de la commission des courses
   de l'intendant de la cabane Rochefort
   de l'intendant de la cabane Arpitettaz
   de la jeunesse OJ /AJ et l'ALPFAM
   du groupe des Jeudistes
   de la commission communication
   de la commission environnement
   de la commission du local
   de la station de secours du Mont-Tendre
6. Comptes 2025-2026
   rapport du trésorier
   rapport des vérificateurs aux comptes
   acceptation des comptes et décharge au comité
7. Cotisations
8. Budget 2026-2027
9. Commissions permanentes
10. Elections
    des membres des diverses commissions
    du comité
    du président
    des vérificateurs aux comptes
11. Propositions individuelles et divers



Assemblée Punch

Vendredi 4 décembre 2026 à 19h30

Salle Polyvalente de Trélex
(*attention nouveau lieu*)

Ordre du jour

1. Bienvenue
2. Communications du comité
3. Présentation des nouveaux membres
4. Remise des médailles jubilaires et membres d'honneur

Jubilaires 2026

Entrés en 2002 ou 25 ans

Madame	Bolay Mury	Mélanie
Monsieur	Cornaz	Laurent
Madame	Devaud	Liliane
Monsieur	Egger	Andrea
Monsieur	Gut	Yves
Madame	Hanhart	Roseline
Monsieur	Kock	Stéphane
Madame	Kradolfer	Mireille
Monsieur	Laurent	André
Monsieur	Liardon	Nicolas
Monsieur	Meylan	Fabien
Madame	Ponthus	Stéphanie
Madame	Siegenthaler	Odile

Entrés en 1987 ou 40 ans

Madame	Girardet	Anne
Monsieur	Heery	John
Monsieur	Kanter	Michael
Monsieur	Strauss	Florian

Entrés en 1977 ou 50 ans

Monsieur	Clesle	Horst
Monsieur	Dovat	Jacques

Entrés en 1957 ou 70 ans

Monsieur	Cornaz	Albert

5. Propositions individuelles et diverses

En deuxième partie

Punch préparé par les OJ de la Section

GUIDES SB MONTAGNE

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®

PV Assemblée ordinaire

Jeudi 17 septembre 2026, Chantier Naval La Mestre à Allaman

Une quarantaine de membres sont réunis devant le Chantier Naval La Mestre à Allaman. Nous sommes accueillis par Camille Fumat et Sébastien Godard.

Membres du comité présents:
Olivier Andrey (président), Barbara Aeschimann (membres), Marc Fontannaz
(vice-président), Eva Gori (communication), Sylvette Pezet (jeudistes).

Olivier Andrey, souhaite la bienvenue aux membres et futurs membres présents, et déclare l'assemblée extra muros 2026 ouverte à 18h35 et remercie le chantier naval La Mestre de nous accueillir

1. Communications du comité

Assemblée des délégués (AD), 13 juin 2026

Assainissement fonds des cabanes:

- La section de la Dôle a été un moteur dans la révision du modèle d'assainissement du fonds des cabanes et a été invitée à présenter les grandes lignes de cette proposition lors de l'AD 2026.
- Le fonds des cabanes sert de pot commun pour la rénovation et construction des cabanes du CAS propriétés des sections. Ce fonds est alimenté par un prélèvement sur le chiffre d'affaires des cabanes.
- Un prélèvement additionnel de solidarité sera prélevé sur les nuitées et reversé intégralement au fonds cabanes. De plus, la participation du fonds sera plafonnée à 30% de la valeur des projets, contre un plafond de 40% actuellement.
  Le nouveau modèle a été approuvé à la quasi-unanimité des délégués présents à Berne.



Taxe de réservation des cabanes:

- Afin d'éviter les réservations multiples ainsi que les nombreuses annulations, une taxe de 10.-/nuitée par client a été approuvée.
- Les courses de sections ne sont pas soumises à cette taxe.
- Le montant de 10.- sera déduit du prix de la nuitée lors du règlement de la facture à la cabane.

Stratégies:

- La stratégie 2026-2030 a été approuvée

Cotisations:

- Une augmentation des cotisations centrales a été proposée par le comité central afin de financer la nouvelle stratégie 2026-2030.
- L'augmentation sera de 5.- par membre individuel (75.- -> 80.-), et 10.- par famille (110.- -> 120.-). La cotisation des enfants reste inchangée à 30.-
- La cotisation totale comprend la cotisation au CAS central plus la cotisation à la section de la Dôle. Cette dernière est votée chaque année lors de l'AG.

Nouvelles de la section

Centre Romand d'Alpinisme (CRA):

- Le CRA vise à promouvoir et développer des jeunes ayant des aptitudes et un intérêt élevé pour l'alpinisme. Il s'agit d'une entité intégrée au CAS.
- La section de la Dôle a rejoint le CRA cette année afin d'offrir la possibilité à Evan Mury de participer à la sélection pour la prochaine volée du CRA (un groupe sera établi pour faire partie de ce programme de 2 ans). La Section lui souhaite plein succès dans cette démarche.

Gymnastique:

- La section organise chaque année des cours de gymnastique (renforcement, souplesse,..) avec l'aide de 2 monitrices enthousiastes.
- Les cours ont lieu tous les mardis du 27 octobre au 23 mars (hors vacances scolaires) de 19h à 20h30 à la salle gymnastique du centre ville de Nyon.
- Le coût à charge des participants est de 50.-/personne. Aucune inscription préalable n'est requise.

Bus de section:

- Suite à la demande de Marianne S. lors de la dernière assemblée ordinaire, le comité a décidé d'abaisser le tarif du bus de section à 55cts/km (aligné sur le tarif des OJ/AJ).
- Le nouveau tarif correspond au défraiement pour les voitures individuelles, mais offre la possibilité d'emmener 9 personnes.
- La réservation se fait directement sur le site, et sur lequel les disponibilités sont visibles en temps réel.
- La section recommande et espère vivement que le bus sera plus utilisé lors des courses.

Comité:

- Notre secrétaire Jeanne-Chantal cherche un ou une successeur. Avis aux amateurs, engagez-vous au sein de notre section. En cas d'intérêt, n'hésitez pas à prendre contact avec un membre du comité.

Quelques dates à retenir

- Samedi 31 octobre : Brisolée à Rochefort dès 18h, les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 24 octobre
- Samedi 14 novembre : AG à Gilly
- Vendredi 4 décembre : Punch à Trélex

2. Présentation et accueil des nouveaux membres

Barbara Aeschimann souhaite la bienvenue aux nouveaux membres:

Nom	Prénom	Status
ANDRONOVA	Venera	Individuel
BIANCHI	Simon	Famille
CANTON	Sylvie	Individuel
DANNA	Nicolas	Famille
DANNA	Francesca	Membre famille
DANNA	Olivier	Enfant famille
DANNA	Rose	Enfant famille
DE MORSIER	Ariane	Individuel
ERNST	Marc-Olivier	Famille



ERNST	Nora	Enfant famille
ERNST	Alyssa	Enfant famille
FOWLER	Thomas	Jeunesse
GARNIER	Yohann	Individuel
HOWE	James	Individuel
JULMY	Lorain	Individuel
KAMAR	Dawood	Individuel
KISLIG	Isabelle	Membre famille
MAIRE	Christelle	Individuel
MAURON	Sylvian	Famille
MAURON	Christine	Membre famille
MAURON	Ethan	Enfant famille
MAURON	Théo	Enfant famille
PAOLISSO	Nicolas	Individuel
REMY	Stéphanie	Individuel
RYSER	Patrick	Individuel
SCHLUEP	Bernard	Individuel
SCHUSTER	Michael	Individuel
TERRAPON	Nicolas	Individuel
TONIES	Rogier	Famille
TONIES	Marjolein	Membre famille
TONIES	Sofie	Enfant famille
TONIES	Timo	Enfant famille
TONIES	Wessel	Enfant famille
VAUCELLE-AUZEL	Quentin	Individuel
VUILLE	Joanna	Membre famille



3. Propositions individuelles et questions

Une question est posée concernant les outils de communication de la section.

Eva Gori explique nos différents canaux de communication

- Site web (https://cas-la-dole.ch) : est la source principale d'information pour les membres. Toutes les nouvelles informations sont publiées sur la première page du site. Il sert aussi pour les inscriptions aux courses
- Bulletin : version électronique ou papier publié 4 fois par an. On y retrouve les informations principales (convocation, annonces et PV des assemblées) ainsi que les récits des courses.
- Newsletter : envoyée à tous les membres n'ayant pas refusé leur réception par email. Informe les membres des événements importants (convocations assemblées, réunions, fêtes,...)
- Réseaux sociaux : nos plateformes Facebook, Instagram ont été un peu délaissées ces dernières années. Une équipe travaille sur le redémarrage.
- WhatsApp : principalement pour des groupes éphémères créés par les chefs de courses pour coordonner la logistique des sorties. Nous travaillons également à la création d'une communauté WhatsApp afin que nos membres puissent s'abonner aux flux d'informations les intéressants particulièrement.

  Eva accueille volontiers des personnes intéressées à s'investir dans la commission communication créée cette année, que ce soit pour la rédaction d'articles ou de contenu multimédia, ou encore dans la gestion technique des outils informatiques.

L'assemblée extra muros 2026 se termine à 19h15

Visite du chantier Naval La Mestre à Allaman

Camille Fumat nous souhaite la bienvenue au chantier.

Les deux jeunes patrons, Camille et Sébastien ont repris les activités de leur ancien chantier "chez Mayu" en 2022.

Après une présentation générale, nous avons le plaisir d'écouter Camille nous présenter la philosophie du chantier visant la reproduction la plus fidèle des techniques traditionnelles de construction de bateaux en bois sur le Léman, sans résine synthétique ni colle, mais avec beaucoup d'huile de coude et d'heures de rabot. La visite nous amène autour de plusieurs bateaux en restauration ainsi que le local de stockage des différentes essences de bois composant les bateaux (mélèze, chêne, acajou, pin, ...).

Le chantier s'apprête à attaquer sa première construction intégrale de bateau cet hiver, un canot traditionnel de 6m.

Un grand merci à Camille pour sa disponibilité et son accueil chaleureux !

La soirée se termine autour d'un apéritif dinatoire offert par la section du CAS La Dôle

Pour le Comité
Olivier Andrey

SB SPORT SERVICE
www.sbsport.ch

Souvenirs partagés

23.08 - Les pieds dans le plat… et la tête dans les nuages ! Alpi
Escalade au Rocher Plat (2'257 m)



Participants : Joël (chef de course) avec Vicky, Denis, Eva.
Voie: Les Pieds dans le Plat - 7 longueurs, 4c - 240 m.

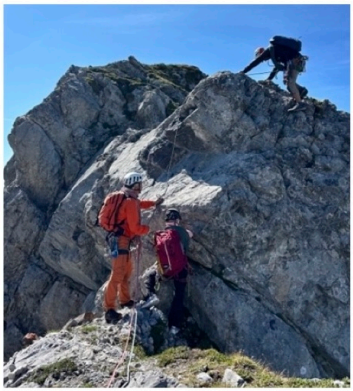
Il est 6 h 23 lorsque notre petite équipe de quatre grimpeurs prend le train à Nyon, direction Rougemont. Une longue journée s'annonce, mais le soleil est au rendez-vous et le trajet à bord du train panoramique MOB fait déjà partie du plaisir. Joël, notre chef de course, connaît particulièrement bien la région, dont sa famille est originaire. Entre deux paysages de carte postale, il nous régale d'anecdotes et de souvenirs d'enfance.

À Rougemont, la télécabine de la Videmanette nous épargne une bonne partie du dénivelé. Mais le véritable échauffement commence ensuite : après une première descente vers le Creux du Pralet, il faut remonter des pentes herbeuses particulièrement raides pour rejoindre le pied de la face nord-ouest du Rocher Plat. Une approche cotée T3, annoncée à environ 1 h 30, qui nous rappelle que l'escalade alpine ne se résume pas aux seules longueurs de corde!

Notre objectif est le Rocher Plat, un sommet du massif de la Gummfluh qui domine Rougemont. Sa vaste face rocheuse, parcourue de dalles, de fissures et de ressauts, semble évoquer par endroits le célèbre Miroir d'Argentine. Parmi les itinéraires qui la sillonnent, Les « Pieds dans le Plat » est aujourd'hui l'une des voies les plus fréquentées.

Nous formons deux cordées: Vicky et Denis d'un côté, Joël et moi de l'autre. Sept longueurs nous attendent, sur un calcaire magnifique, mais qui demande parfois une certaine vigilance : toutes les prises ne sont pas aussi solides qu'elles en ont l'air ! Nous ne sommes d'ailleurs pas seuls à profiter de cette belle journée, et la présence d'autres cordées nous oblige à prendre notre temps.
L'escalade est variée, le cadre grandiose et la vue absolument splendide. À mesure que nous gagnons de la hauteur, les montagnes se dévoilent autour de nous. De quoi s'arrêter quelques instants pour admirer le panorama… et reprendre son souffle. Mais voilà : notre progression prend nettement plus de temps que prévu. Et contrairement à ce que son nom pourrait laisser penser, le Rocher Plat n'a pas encore livré toutes ses surprises.
Après les sept longueurs, nous débouchons sur l'arête, mais le sommet principal reste encore à atteindre. Une traversée aérienne, cotée T5, nous attend, avec notamment deux petits ressauts à désescalader.

Souvenirs partagés



Nous progressons encordés, avec toute la prudence qu'impose ce terrain exposé. Un final spectaculaire, qui nous mène enfin au cairn sommital, à 2257 mètres.

La descente se poursuit ensuite sur le versant sud-est pour rejoindre le sentier de la Videmanette. Mais le temps file, et nous sommes encore loin d'être arrivés…

Nous étions partis du principe que la dernière télécabine descendait à 17 h. Pourtant, au fil de la descente, un doute s'installe : et si c'était 16 h 30? Le doute se transforme bientôt en certitude… et notre allure change radicalement! Les derniers mètres se font littéralement au pas de course. Pas évident après toutes ces heures d'effort, les jambes déjà bien sollicitées par l'approche, l'escalade et la traversée de l'arête ! Mais la perspective de devoir redescendre jusqu'à Rougemont à pied suffit à nous donner des ailes. Nous arrivons finalement juste à temps pour embarquer dans la toute dernière cabine, en compagnie du personnel.

De retour au village, nous nous accordons une pause bien méritée dans un restaurant aussi élégant que nous sommes poussiéreux. Malgré nos vêtements trempés de sueur et nos pantalons marqués par la montagne, nous sommes accueillis avec beaucoup de gentillesse et un service impeccable. Quel bonheur de pouvoir enfin s'asseoir et savourer une boisson fraîche!

Le retour s'effectue dans un train touristique bondé, où nous trouvons tout juste de quoi nous installer. Fatigués, mais heureux, nous retrouvons finalement les rives du Léman, la tête encore pleine d'images de cette belle journée.

Une magnifique course alpine, de beaux moments de partage et une petite dose de suspense pour terminer: décidément, nous avons bien fait de mettre les pieds dans le plat!

Eva Gori



05-06.09 Alphubel 4'206m **Alpi**

Participants: Ronen (chef de course), Stephanie, Laurent et Damien.

Il est 8h10 ce samedi matin. Je cours, chargé de tout mon barda à travers le passage sous-voies de la gare de Nyon pour rejoindre le quai à toute vitesse. Le train est déjà à quai et les portes sont encore ouvertes. Je m'engouffre dans la première porte venue et, reprenant mon souffle, pars à la recherche de mes compagnons du jour.
Je retrouve Steph et Laurent après avoir remonté toute la longueur du train, bondé et encombré de voyageurs et de bagages. Nous nous reconnaissons instantanément à nos tenues d'alpinistes. A Morges, Ronen notre chef de course nous rejoint à son tour.
À la gare de Viège, un petit café bienvenu nous permet de reprendre des forces. La joyeuse troupe procède ensuite au changement de train pour rejoindre notre point de départ: Täsch.
Au fil de nos discussions philosophiques sur l'importance de la santé et de la pratique du sport dans nos vies, le paysage qui défile sous nos yeux est franchement magnifique.
Sitôt arrivés, nous voilà déjà partis en direction de la première montée. Nous traversons de petits hameaux où je me verrais bien déménager à la retraite, tant la vie semble y être paisible.
Après une pause sandwich à Täschalp, nous arrivons finalement à la cabane de Täschhütte. Le programme de l'après-midi est simple: préparation des affaires dans le sac à dos, repos et contemplation du panorama sublime qui s'offre à nous. Juste en face, le Weisshorn nous dévoile son plus beau profil, majestueux et impressionnant.

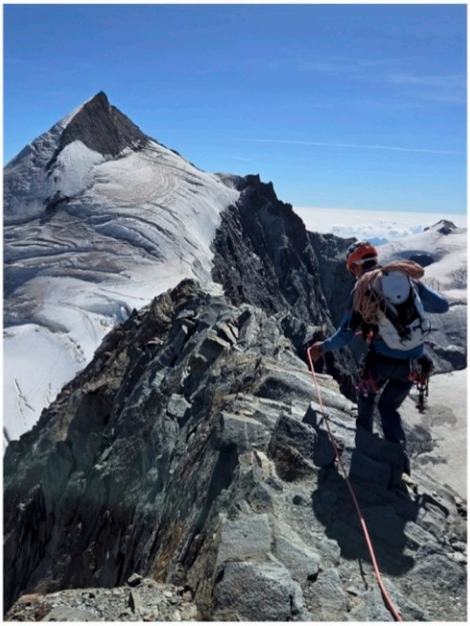
Le réveil est programmé à 2h55… Autant dire que la récupération sera minimaliste! Après une nuit de sommeil fragmenté totalisant probablement moins d'une demi-heure, mes cinq petites minutes de répit avant le branle-bas de combat général me permettent de m'habiller tranquillement et d'être le premier dans le réfectoire. Toujours avoir un temps d'avance…
Nous quittons la cabane un peu après 4h et prenons la direction du glacier, silencieusement et d'un bon pas dans la nuit noire éclairée de nos frontales. Au loin devant nous les points lumineux mouvants sur le sentier de deux autres cordées plus rapides avec le même objectif que nous.
Nous nous encordons et traversons quelques barres rocheuses où le glacier, en se retirant, a laissé derrière lui des trous béants qu'il nous faut enjamber avec

prudence. À la lueur de nos frontales, ces passages demandent un peu de concentration : pas question de se louper dès les premières heures de la journée !
Je n'aurais vraiment pas imaginé que le passage se trouvait ici ou là, mais manifestement, Ronen connaît bien les lieux étant déjà venu en juillet, et peut témoigner de l'évolution du paysage glaciaire qui a radicalement changé dans l'intervalle. Les pentes qui étaient recouvertes de neige ont laissé la place à de la glace vive, désormais parsemée de crevasses, rendant la progression plus technique et nécessitant une vigilance accrue.
Les premières couleurs pastel illuminent le ciel tandis que nous approchons de l'Alphubeljoch. Peu à peu, l'obscurité laisse place aux teintes rosées et orangées de l'aube. Nous assistons alors à un spectacle sublime : le lever du soleil et sa fameuse *Golden Hour*, qui viennent embraser les sommets et donner au paysage une lumière magique. Ce moment suspendu, où la beauté de la montagne nous ferait presque oublier l'heure matinale et la courte nuit!



De retour sur du terrain plus plat, nous contournons le sommet de l'Alphubel par l'Est afin de rejoindre sa voie normale et d'attaquer l'ascension finale. Le plan, plutôt ambitieux, sera de redescendre par l'Eisnase, puis de traverser le col du Feechopft en direction de la vallée de Saas-Fee. Je trouve beaucoup plus sympa

d'effectuer une traversée, plutôt qu'un bête aller-retour. Ce d'autant plus que nous ne sommes guère motivés à repasser par l'itinéraire emprunté à la montée.
Le parcours de la voie normale s'avère moins évident qu'il n'y paraît au premier abord. Car il nous faut gagner de l'altitude tout en nous frayant un passage à travers une succession de crevasses atteignant plusieurs dizaines de mètres de longueur et qui barrent notre route.



La progression, à mesure que la pente s'incline devient de plus en plus difficile et, un instant, la perspective d'atteindre le sommet semble même nous échapper. Mais c'est sans compter sur la détermination de notre chef de course pour franchir ce dernier mur de neige ! À force d'obstination, le chemin vers le sommet s'ouvre enfin à nous. Comme quoi, en montagne, il ne faut jamais renoncer trop vite!
Vers 8h30, nous atteignons la croix sommitale, perchée sur un mat à plusieurs mètres au-dessus de nos têtes. Nous sommes les premiers sur place! La vue sur le massif des Mischabel et sur les nombreux sommets alentours est franchement fabuleuse. Le temps d'un « check » de la main, de prendre une photo souvenir pour immortaliser l'instant et d'avaler une barre, nous nous remettons rapidement en route, car elle sera encore longue.
Pour redescendre en direction de l'Alphubeljoch par l'Eisnase nous devons d'abord traverser une arête effilée sculptée dans la glace sur une trentaine de mètres, qui exige une très bonne concentration. La suite de la descente ne sera pas non plus de tout repos : nous alternons entre rocher et glace dans des pentes assez raides, et devons enlever puis remettre nos crampons au gré du terrain. C'est d'ailleurs dans cette portion que nous croisons les cordées qui montent en direction du sommet. Nous leur souhaitons bon courage pour la fin de leur ascension.
Une fois de retour sur le plat, nous reprenons notre progression en direction du Feechopf. Il fait chaud, le soleil tape, le souffle est court et la fatigue commence



franchement à se faire sentir. Pourquoi s'infliger tout ça au final alors qu'on pourrait marcher tranquillement sur de beaux chemins de randonnées normaux? Une question qui revient souvent en montagne... Mais que l'on oubliera probablement une fois le prochain sommet en vue.
Devant nous se dresse une arête peu engageante qu'il nous faut franchir afin de pouvoir rejoindre la voie normale de l'Allalinhorn. Ce passage s'annonce comme un dernier gros morceau à négocier avant d'espérer pouvoir regagner la vallée. La journée est loin d'être terminée.
En ce qui me concerne, nous flirtons allégrement autour de ma limite de confort. Le rocher n'est pas terrible, il y a beaucoup de gaz, c'est vertigineux des deux côtés et l'on a parfois la dérangeante impression de se tenir en équilibre sur une grande pile d'assiettes. Il va falloir garder la tête froide et avancer un pas après l'autre. Moi qui voulais absolument participer à une course d'arête cette année, me voilà servi !
C'est au terme d'une traversée courte en distance, mais néanmoins chronophage à s'assurer à tour de rôle, que nous sommes soulagés de rejoindre enfin l'autoroute de l'Allalinhorn. Après ce que nous venons de franchir, la descente par la voie normale nous paraît bien dérisoire en comparaison!
Mais même si le plus délicat est désormais derrière nous, on garde notre concentration jusqu'au bout et on ne crie pas victoire jusqu'à ce que l'on arrive en bas du glacier. Où enfin nous pouvons nous désencorder et nous faire des accolades en nous auto-félicitant.

Cette course, qui n'était au départ pour moi qu'un objectif secondaire et un nouveau sommet de plus de 4000m à cocher, s'est finalement révélée être un très beau challenge.

En effet, si la cotation PD, dans des conditions idéales, ne laisse pas présager de difficulté particulière, la réalité a été tout autre en ce début septembre 2026.

Pour ma part, j'ai été poussé hors de ma zone de confort comme rarement auparavant. Dans ces conditions, le travail d'équipe a été essentiel pour en venir à bout.

Une belle aventure qui rappelle ce qui devrait, à mes yeux, être l'essence même des courses CAS : l'apprentissage qui ouvre des perspectives d'objectifs toujours plus ambitieux, et l'esprit de cordée.

Damien Zurmuehle



BOIS DE FEU
Frédéric Guenin
Rue du Pelaz 4 -1269 Bassins
079 212 86 27 gueninfrederic@gmail.com

pharmacieplus
du marché aubonne
Solange Barbay - Linda Cretegny - 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

Visitez nos cabanes!

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!

BSR
IMPRIMEURS

CONSEIL
CRÉATION
IMPRESSION
RELIURE

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