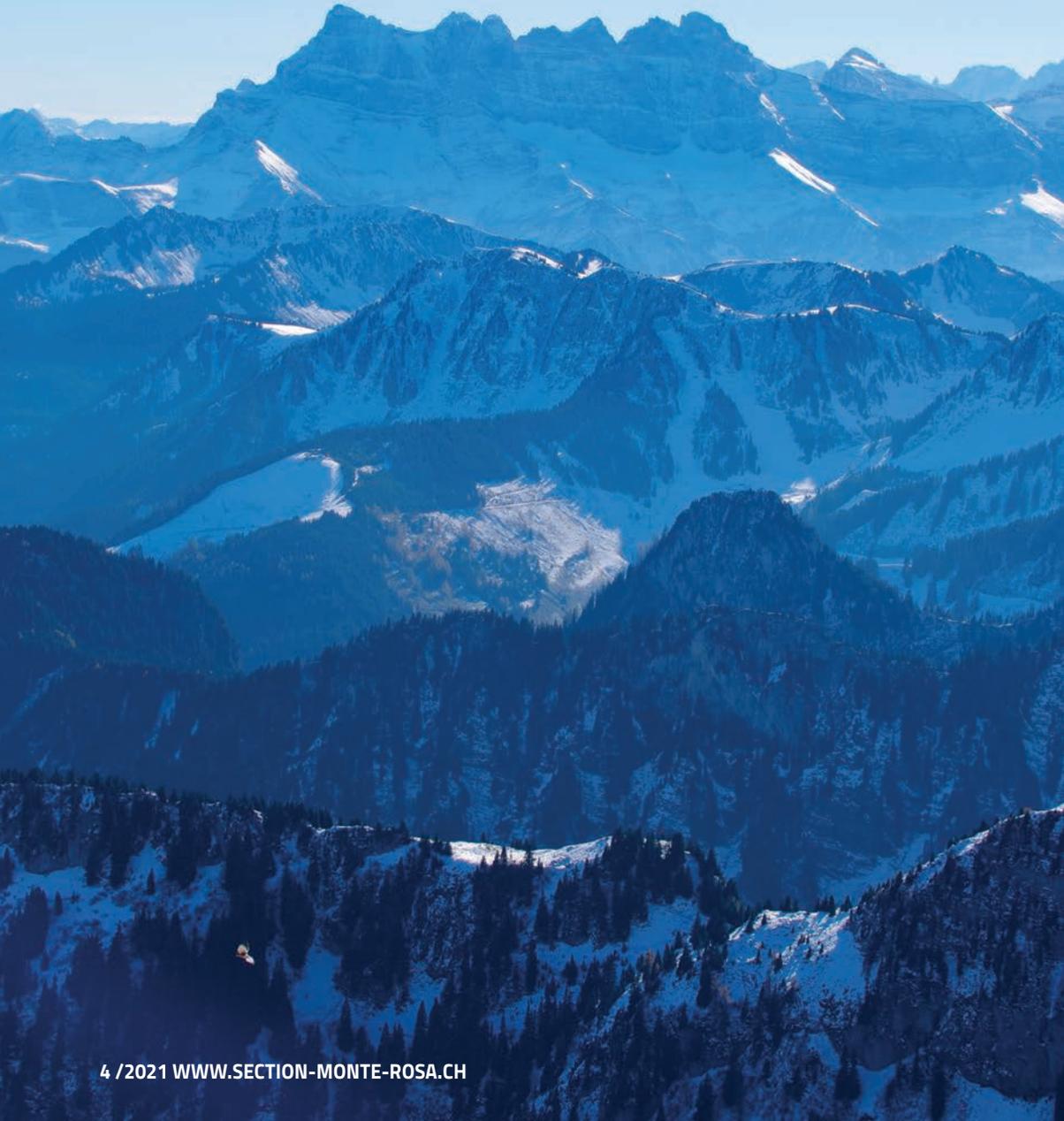




TOURENPROGRAMM 2022
PROGRAMME DES COURSES 2022

SECTION
MONTE ROSA 1865
LA GORDÉE / DIE SEILSCHAFT



IMPRESSUM

RÉDACTION ET ADMINISTRATION

Christophe Biolaz
Rue du Village 1
1922 Les Granges/Salvan
lacordee@cas-martigny.ch
079 263 91 93

IMPRESSION

Imprimerie du Bourg Sàrl
Rue des Fontaines 6
1920 Martigny
Tél. 027 722 19 31
imprimé en
valais

COUVERTURE



Vue depuis les hauts de Tanay
Photo: © Christophe Biolaz

COMITÉ DE SECTION MONTE ROSA SEKTIONS-VORSTAND SEKTION MONTE ROSA



PRÉSIDENT, CHEF DE COURSES PRÄSIDENT UND TOURENCHIEF

Philippe Chanton
Bammattenweg 34
3904 Naters
✉ phchanton@gmx.ch
☎ 079 221 17 25

VICE-PRÉSIDENT VIZEPRÄSIDENT

Curdin Thür
Dorfplatz 4
3957 Erschmatt
✉ curdin.thuer@gmx.ch
☎ 078 740 76 01

CHEF FINANCES FINANZCHEF

Martin Wehrli
Rte de la Télécabine 63
1997 Haute-Nendaz
✉ martin_wehrli@hotmail.com
☎ 079 628 43 76

CHEF DES CABANES HÜTTENCHEF

Frédéric Revaz
Rue du Pré-d'Amédée 27
1950 Sion
✉ frederic.revaz@hevs.ch
☎ 076 340 24 54

CHEF TECHNIQUE TECHNISCHER LEITER

Christian Grütter
St. Jodernstrasse 12
3930 Visp
✉ christian.gruetter@geoverm.ch
☎ 027 967 03 81
☎ 078 898 53 31

SECRÉTARIAT, ENVIRONNEMENT SEKRETARIAT, UMWELT

Mireille Bertizzolo
Route des Rives 10
1872 Troistorrens
✉ m.bertizzolo@bluewin.ch
☎ 079 654 32 81

RÉDACTION LA CORDÉE REDAKTION DIE SEILSCHAFT

Christophe Biolaz
Rue du Village 1
1922 Les Granges/Salvan
✉ lacordee@cas-martigny.ch
☎ 079 263 91 93

BIBLIOTHÈQUE / BIBLIOTHEK

BIBLIOTHÉCAIRE SCIENTIFIQUE WISSENSCHAFTLICHER BIBLIOTHEKAR

Dr Joël Lonfat
Rue de Lausanne 45
1950 Sion
✉ joel.lonfat@admin.vs.ch
☎ 027 606 45 96

☎ Mobile/Handy

☎ Professionnel/Büro

REMISE DES TEXTES ARTIKELEINGABE	N°1 10.02.2022	N°2 10.05.2022	N°3 10.08.2022	N°4 10.11.2022
PARUTION ERSCHENUNG	N°1 15.03.2022	N°2 16.06.2022	N°3 16.09.2022	N°4 20.12.2022

PUB

Thermalbaden 20% Rabatt für die SAC Mitglieder

BÄDER VON 30° BIS 42°
SAUNAS - DAMPFBÄDER
MASSAGEN - FITNESS
RESTAURANT

BRIGERBAD
www.brigerbad.ch

DAS WORT DES PRÄSIDENTEN

WANN IST DER RICHTIGE MOMENT FÜR EINEN WECHSEL?

Schon stehen wir wieder am Ende eines turbulenten Jahres. Dank verschiedener Massnahmen konnten wir unsere Outdoor-Aktivitäten praktisch immer durchführen: Je nach gerade gültigen behördlichen Vorgaben mit mehr oder weniger Einschränkungen. Das brachte uns neue Mitglieder; sowohl der SAC wie auch die Sektion Monte Rosa sind grösser geworden. In unseren Nachbarländern Österreich und Deutschland sieht das ganz anders aus: Hier sinken die Mitgliederzahlen.

Am Jahresende finden jeweils die Generalversammlungen statt. Die Ressort-Verantwortlichen präsentieren dort ihre Jahresergebnisse in kurzen Zusammenfassungen. Die grosse Arbeit, die sich hinter den präsentierten Zahlen und Bildern verbirgt, kann man nur erahnen. Die Tourenchefs und die JO-Chefs müssen nicht nur ein attraktives Jahresprogramm präsentieren. Sie stehen während dem Jahr auch im ständigen Austausch mit den Tourenleitern und bieten Unterstützung bei Fragen und Problemen. Auch die stetige Weiterbildung der Tourenleiter dürfen sie dabei nicht ausser Acht lassen. Zudem müssen sie das gesprochene Budget einhalten und verschiedene Rapporte für J+S oder die Ortsgruppe erstellen.

Vorstandspositionen wie Tourenchef, Jugendverantwortliche oder Präsident sind mit viel Verantwortung und Fachwissen verknüpft. Wenn eine solche Person abtritt, geht jeweils viel Wissen verloren. Deshalb sollten Nachfolgeregelungen langfristig geplant werden. Gelingen Wechsel nicht, ist es



schwierig, die Aktivitäten im gewohnten Rahmen aufrecht zu erhalten. Dann ist viel Goodwill der Mitglieder sowie der restlichen Vorstandsmitglieder gefragt.

Wann ist nun der richtige Zeitpunkt für einen Wechsel? Wer zu lange im Vorstand bleibt riskiert, die Entwicklung des Vereins zu bremsen. Jedes Vorstandsmitglied muss deshalb aufpassen nicht seine Person sondern den Verein in den Vordergrund zu stellen. Eine frühzeitige Einbindung von jungen frischen Kräften verbunden mit einer gezielten Einführung in die jeweiligen Ämter hilft schlussendlich allen Beteiligten und ermöglicht langjährigen Vorstandsmitgliedern einen ehrenvollen Abgang.

Damit wir unsere Ortsgruppen und die Sektion langfristig weiterentwickeln können und attraktiv für unsere Mitglieder bleiben, benötigen wir neue Kräfte, welche Verantwortung übernehmen wollen. Aus eigener Erfahrung kann ich euch sagen, dass man dabei sehr viel lernen kann. Mein Wunsch fürs neue Jahr liegt deshalb auf der Hand: Ich hoffe, dass wir viele engagierte Frauen und Männer finden, die bereit sind, sich neu in Vorständen zu engagieren. Dabei spielt das Alter keine Rolle.

Bevor wir aber das neue Jahr in Angriff nehmen, wünsche ich euch zunächst ein besinnliches Weihnachtsfest, frohe Festtage und einen erfolgreichen Rutsch ins 2022. ■

Philippe Chanton



FOLLOMI
sports

**PARTAGEONS
NOTRE PASSION.**

Rue du Scex 45 • Sion
027 323 34 71 • magasin@follomi.ch • follomi.ch



NEZ NOIR
LE NOUVEAU ASSEMBLAGE BIC DE LA FAMILLE ROUVINEZ

ROUVINEZ
LES DOMAINES

LE MOT DU PRÉSIDENT

QUEL EST LE BON MOMENT POUR LE CHANGEMENT?

Nous voici déjà arrivés à la fin d'une année qui fut mouvementée. Nous avons dû appliquer les réglementations en vigueur et les restrictions en découlant, mais grâce à diverses mesures, nous avons pu pratiquer nos activités en plein air pratiquement tout le temps. Cela nous a amené de nouveaux membres au niveau du CAS suisse, ainsi qu'à notre section Monte Rosa qui a vu ses effectifs augmentés. Dans nos pays voisins, tel que l'Autriche et l'Allemagne, la situation est bien différente avec un nombre de membres en baisse.

En cette fin d'année, les assemblées générales des groupes se succèdent pour relater les diverses activités. Les chefs de course et le responsable J+S présentent leurs résultats annuels dans de brefs résumés. Les responsables des courses des adultes et jeunes ne doivent pas seulement dévoiler un programme annuel attrayant, ils sont également en contact permanent avec les moniteurs tout au long de l'année et offrent leur soutien en cas de questions ou de problèmes. Ils doivent également tenir compte de la formation continue des moniteurs, respecter le budget et préparer divers rapports pour J+S ou pour le groupe. Difficile de s'imaginer l'énorme quantité de travail qui se cache derrière les chiffres et les photos présentés.

Les postes au sein du comité, comme ceux de chef des courses, responsable de la jeunesse ou président s'accompagnent de nombreuses responsabilités et demandent une grande expertise. Lorsqu'une telle personne part, beaucoup de connaissances sont perdues. Par conséquent, les plans de succession doivent être établis sur le



long terme, car si un changement n'est pas réussi, il sera difficile de maintenir les activités dans le cadre habituel. Beaucoup de bonne volonté serait alors nécessaire de la part des membres et autres collègues restants du comité.

Quel est finalement le bon moment pour un changement? Si quelqu'un reste trop longtemps au comité, il risque de ralentir le développement de l'association. Chaque membre du comité doit donc s'assurer de mettre au premier plan l'association et non sa personne. Une intégration précoce de forces jeunes et fraîches, combinée à une introduction ciblée dans les domaines respectifs, aide finalement toutes les personnes concernées et permet aux membres de longue date du comité de partir avec honneur.

Pour que nous puissions développer nos groupes et la section à long terme et ainsi rester attractifs pour nos membres, nous avons besoin de nouvelles forces qui veulent prendre des responsabilités. Mon souhait pour l'an prochain est donc évident: j'espère que nous trouverons beaucoup de femmes et d'hommes engagés, peu importe l'âge, prêts à assumer de nouvelles responsabilités au sein des comités. Selon ma propre expérience, je peux vous assurer que vous pourrez apprendre beaucoup de choses et développer de nouvelles compétences au cours de cette expérience.

Mais avant de se lancer dans la nouvelle année, je vous souhaite un joyeux Noël, de bonnes fêtes et une transition réussie vers 2022. ■

Philippe Chanton



PRAROCHET ET L'OLDENHORN

SECTION
MONTE ROSA 1865
SIERRE

SORTIE DES 10 ET 11 JUILLET PRAROCHET ET L'OLDENHORN

Participant·es: Anne-Lyse, Christiane, Debbie, Jane, Claire
Chef de course: Philippe Graf



La traversée des lapiés de Genièvre et Tsanfleuron permet de voir les effets variés de la force de l'eau sur la pierre. On enchaîne les dolines et les rigoles. La roche est lisse, accueillante avec sa mousse chantilly de neige qui remplit les creux.

Arrivée en début d'après-midi à la cabane de Prarochet à 2556 m d'altitude, au pied du glacier de Tsanfleuron. J'apprends au passage que Tsanfleuron signifie « pré fleuri ». Il y a une foule de promeneurs à la cabane.

Debbie et Philippe profitent de l'après-midi pour grimper dans les voies au sud de la cabane.

Nuit de tempête au dehors. Nul ne sait ce qui nous attend au matin, mais les prévisions sont bonnes.

11 JUILLET PRAROCHET- OLDENHORN- BISTROT DE LA QUILLE DU DIABLE- COL DU SANETSCH : + 918 M/-1220 DÉNIVELÉ ET 14.4 KM

On démarre à 7h avec une météo parfaite: fraîcheur matinale avec le présage que le soleil nous réchauffera lorsqu'on aura atteint le sommet. Le départ matinal et la fraîcheur de l'air nous laissent espérer qu'on n'enfoncera pas trop. Après la traversée des plaques de neige du glacier, on attaque la montée de l'Oldenhorn du côté nord est. Très accueillant, on voit le chemin

bien dessiné dans les plaques de fragments de roches. Celui-ci disparaît sous les plaques neigeuses encore accrochées à la pente. Dans certains passages plus abrupts, des chaînes ont été installées. Le rythme tranquille du pas de Philippe nous amène facilement vers le haut, et après avoir passé une barrière rocheuse, on rejoint le sommet. Moment magique de joie partagée au sommet; le panorama est magnifique: sous nos yeux on voit le Peak Walk de glacier 3000, au loin les 4000 de nos Alpes.

On fait la traditionnelle séance photo... et repart pour la descente.

Terrain meuble donc agréable pour progresser, on rejoint rapidement le glacier qu'on va traverser. On termine la boucle par la grande glissade vers la cabane. L'heure de la soupe approche, elle est méritée et appréciée. La gardienne Tatjana et son équipe sont de vrais cordons bleus.

On termine par un retour longuet vers le col du Sanetsch...on patauge un peu dans la neige molle. Et là, c'est Daniel Dischinger qui nous attend avec l'apéro!

Merci à Philippe pour cette ascension! Merci à Anne-Lyse pour cette magnifique organisation. Et à Daniel: tu nous as manqué!

A l'année prochaine! ■

10 JUILLET GRANDE DZOUR-PRAROCHET: 1168 M DÉNIVELÉ POSITIF ET 5.6 KM

Les astres sont avec nous... c'est la première fenêtre de temps ensoleillé depuis bien longtemps... On laisse nos véhicules à la grande Dzour (alt.1400m) après avoir récupéré notre chef de course en chemin et on attaque notre montée par une balade champêtre entre pâturages et la Morge. Une première vision de la géologie nous attend au premier torrent; on découvre de magnifiques petits plans d'eau dans le lit creusé par l'érosion. Pas de doute, on va voir de belles choses aujourd'hui.

Après une heure d'ascension sur la route d'alpage, on s'engage dans le chemin pédestre pour une montée plus directe. On découvre un autre type d'érosion lors de la traversée d'une gorge abrupte dans laquelle coule le Lachon, c'est vertigineux et majestueux. On rejoint ainsi notre première étape, Genièvre, petit mayen charmant au milieu des prés à vaches.

Il faut maintenant attaquer plus directement la pente pour franchir un palier et pour cela on traverse des plages de schistes et de calcaire. Tout cela en alternance avec des visions florales colorées et diverses. Cette foison de couleurs et de formes végétales nous donne des prétextes à faire des pauses photos bienvenues vu l'enfilée du dénivelé dans la chaleur humide de l'alpage. Cela nous permet d'apprécier les talents de Philippe comme botaniste et gardien de vaches. On discerne déjà bien les sommets noirs en schiste dont la Tête noire, le Mont Gond, sommets typiques de la région du Sanetsch.

On poursuit la montée pour abandonner la partie verte du parcours et rejoindre sa partie minérale. On franchit un dernier niveau et on retrouve les plateaux de calcaire lisse du Scex Rouge. La traversée est un peu sautillante pour rejoindre la cabane en passant de neige à roche... la quantité de neige est impressionnante pour cette période de l'année.

MÉDIATHÈQUE VALAIS **DANS LE RÉTROVISEUR...**



Installé à Davos, le photographe allemand Emil Meerkämper (1877-1948) visite la cabane de Schönbiel en 1946.

Copyright: Emil Meerkämpfer, UVT, Médiathèque Valais – Martigny

HÜTTENWARTSTREFFEN 2021 **IN ZERMATT**

Die Hüttensaison 2021 ist nun bereits einige Wochen vorüber. Die Abrechnungen werden finalisiert und die Vorbereitungen für die kommende Wintersaison sind gestartet. Jeweils Anfangs Winter bietet sich die Gelegenheit sich mit den Hüttenwarten zu treffen, damit man ihre Arbeit verdanken und ihre Inputs entgegen nehmen kann. Das ist der Sektion Monte Rosa sehr wichtig, damit wir weiterhin auf motivierte und engagierte Hüttenwartinnen und Hüttenwarte zählen können.

Am 20. November 2021 durften wir die beiden Teams der Monte Rosa Hütte sowie der Schönbielhütte in Zermatt treffen. Sowohl Yolanda und Fredy Biner von der Schönbielhütte wie auch Kilian Emmenegger und Richard Lehner von der Monte Rosa Hütte berichteten von einer insgesamt guten Saison. Trotz den verschiedenen Einschränkungen lassen sich die Übernachtungszahlen in unseren beiden Zermatter Berghütten sehen: Rund 6'900 Übernachtungen in der Mon-

te Rosa Hütte und 2'600 in der Schönbielhütte. Auffallend ist, dass sich die Besucherinnen und Besucher besser über die ganze Woche verteilen, was auch für die Hüttenteams angenehmer zum Arbeiten ist.

Wir können demnach auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit zwischen den Hüttenverantwortlichen der Sektion (Peter Rudin, Mauro Ferrari und Hildebert Heinzmann) mit den beiden Hüttenwartenteams zurückblicken. Offene Punkte konnten thematisiert und pragmatische Lösungen gefunden werden. Somit sind alle Beteiligten motiviert auch die kommende Saison 2022 in Angriff zu nehmen. Der Saisonstart der beiden Hütten ist auf den 18. März 2022 geplant.

Der Vorstand der Sektion Monte Rosa bedankt sich ganz herzlich bei Yolanda, Fredy, Kilian und Richard für ihre tolle Arbeit und wünschen ihnen für die kommende Saison viel gutes Wetter und zufriedene Gäste.



RELÈVE FÉMININE

LE MOUNTAIN PERFORMANCE FAIT DE L'ŒIL AUX FILLES

La structure destinée à la relève du ski alpinisme en Valais forme actuellement 36 athlètes dont une majorité de garçons. Un constat récurrent année après année, qu'aimeraient changer les responsables de la structure en incitant les jeunes filles à se lancer le défi de ce magnifique sport en compétition.

« Nous aimerions inverser la tendance et attirer plus de filles à intégrer la structure », souhaitent les responsables du Mountain Performance: « Nous constatons en effet année après année que les filles sont moins nombreuses que les garçons à cet âge-là, c'est-à-dire dans les catégories U16, U20 et U23 ». « Si l'on observe par la suite, au niveau des dames par exemple, on retrouve moins ce manque d'athlètes féminines », analyse Marc Moulin, entraîneur responsable de la structure qui émet une hypothèse: « Nous pouvons imaginer qu'à un certain moment de leur vie, les femmes deviennent plus inspirées et attirées par ce sport en compétition. Notre objectif est clairement de les attirer bien plus jeunes. »

L'ESPRIT DE CORDÉE

« Le ski alpinisme est un sport complet qui permet un épanouissement global des athlètes qui le pratiquent. »

Marc Moulin souligne qu'il véhicule des valeurs intrinsèques fortes liées aux sports de montagne, malgré le fait qu'il soit pratiqué en compétition: « On peut avoir le sentiment que nous nous entraînons parfois sur les pistes avec les jeunes pour des raisons de sécurité. Quand bien même l'objectif in fine est d'améliorer ses performances, nous vivons à fond les grands principes qui font la beauté des sports pratiqués sur les hauteurs. Nous valorisons en effet les notions de grand air, de liberté et le fameux esprit de cordée », s'enthousiasme Marc qui ajoute que « au sein de la structure, on sent une forte solidarité entre les membres, entre les jeunes et les plus expérimentés, entre les garçons et les 8 filles que compte la structure. Une saine émulation règne lors des entraînements qui témoigne d'une parfaite intégration de nos jeunes athlètes. »



MOUNTAIN PERFORMANCE

IL FAUT VENIR TESTER!

Ouverte à tous, la structure propose un encadrement performant, un suivi adapté et un staff de qualité aux jeunes qui démarrent en compétition, aux athlètes du Centre Régional Valais, mais également aux athlètes confirmés:

« Nous apportons un soutien financier aux membres du Swiss Team qui font partie de notre association, lesquels en retour montrent l'exemple aux plus jeunes qui s'en inspirent »

explique le président Didier Ançay, qui annonce 14 membres en équipe nationale. « Si les entraînements sont clairement axés compétition », rappelle Marc Moulin, il n'en demeure pas moins que « l'entraide et la camaraderie sont au centre de toutes les sorties que nous effectuons. Il suffit de venir tester, sans aucune obligation. Nous accueillons volontiers tous les jeunes qui désirent venir voir ce que nous faisons ! »

Contact et infos:

<https://www.mountain-performance.ch/centre-regional-valais>



Marc Moulin

L'entraîneur responsable du Mountain Performance invite les jeunes filles à se joindre au groupe lors d'une session d'entraînement: « Il y a vraiment la possibilité de venir tester, voir comment nous fonctionnons, sans aucune obligation! »



Margaux



Mathilde et Robine

Mathilde Pellissier et Robine Deysen, deux jeunes athlètes motivées du Mountain Performance lors d'une session vitesse à Martigny: « C'est chouette de pouvoir partager sa passion avec d'autres filles au sein de la structure! »

Photos: @alpinephotography.ch



Mathilde

RELÈVE FÉMININE...



- › Pourquoi et comment tu as commencé le ski-alpinisme et le Mountain Performance ?
- › Qu'est-ce qui te plaît dans ce sport ?
- › Quel message adresserais-tu aux filles afin qu'elles commencent le ski-alpinisme ?
- › Quelles sont selon toi les valeurs que véhicule le ski-alpinisme ?
- › Quel est ton modèle féminin en ski-alpinisme ?

CAROLINE CORTHAY

- 📅 17 ans
- 📍 Vollèges
- 📖 Etudes en santé à l'ECCG de Martigny

MEILLEURS RÉSULTATS :

- › 3^e place avec Emma Meillard à la Patrouille des Jeunes en 2018
- › 4^e aux championnats suisses de sprint au Simplon en 2019
- › 3^e aux championnats suisses de sprint à Verbier en 2020.

› J'ai commencé à pratiquer le ski alpinisme grâce à mon frère, car il en a fait pendant plusieurs années. Je trouvais ça génial de faire du sport tout en étant dehors et pas enfermée à l'école. J'ai donc commencé par la suite le Mountain Performance, car mon papa m'en avait aussi parlé et que ça m'intéressait beaucoup de pouvoir m'améliorer dans ce domaine.



- › La liberté de ce sport me plaît énormément! Le fait d'être dehors par tous les temps et de pouvoir s'entraîner dans de magnifiques paysages est fabuleux. C'est un sport très varié avec des descentes, des montées, des changements et des plats.
- › Je leurs dirais simplement foncez et venez essayer ce magnifique sport!
- › Les différentes valeurs seraient le faire-play, l'entraide et beaucoup de partage dans les bons tout comme dans les moments difficiles.
- › Mon modèle féminin serait Marie Troillet, car elle n'habite pas très loin de chez moi et elle m'as toujours inspirée par ces nombreux résultats extraordinaires et sa personnalité toujours joyeuse et persévérante.

...LE MOUNTAIN PERFORMANCE FAIT DE L'ŒIL AUX FILLES

THIBE DEYSEN

- 📅 18 ans
- 📍 Leysin
- 📖 1^{re} année Bachelor Unil HEC

Meilleurs résultats:

- › JOJ individuelle 2^e
- › JOJ relais mixte 1^{ers}
- › Championnats du monde 2021 Andorre 2^e verticale

› Habitant en montagne et faisant partie d'un club d'athlétisme avec une section ski-alpi, la volonté d'en pratiquer est venue assez naturellement. J'ai commencé tout d'abord car je cherchais un sport d'endurance à pratiquer l'hiver, hors course à pied, car les routes sont enneigées. Le Mountain Performance : pour ses entraînements techniques et faire du sport à plusieurs!

› Ce qui me plaît c'est d'être autonome. On va où on veut (oui, bien sûr en fonction des conditions!) et les paysages ne sont jamais décevants.

› Le message que j'adresserais est: «Fais ce que tu as envie de faire! Si pour commencer tu préfères faire une

petite sortie, fais-le. Tu apprendras assez vite à aimer ce sport et tu voudras en faire plus. Aller dans un club comme le MP est aussi motivant car tu seras entourée d'autres filles qui aiment faire la même chose que toi et qui pourront te donner des conseils lors de tes premières sortie.»

› Les valeurs sont pour moi la montagne et le partage, car c'est un sport individuel mais qu'on pratique le plus souvent à plusieurs et qui permet de partager de beaux moments ensemble.

› Mon modèle féminin : Laetitia Roux



Photo: @alpinephotography.ch

JEAN PELLISSIER
SPORT

www.pellissiersport.ch

★ **Votre spécialiste montagne**

- ★ Ski
- ★ Alpinisme
- ★ Trail running
- ★ Randonnée

LA CHRONIQUE DE TONTON ALEX

LE CULTE DE L'INCONFORT

L'année dernière, durant l'été, alors que nous essayons à peine les plâtres du premier confinement, une idée germe, parmi mon groupe d'amis. Un de nos joyeux lurons doit, va se marier, et il convient donc, selon la coutume, d'enterrer sa vie de jeune homme d'une manière à passer du bon temps ensemble. Le garçon en question étant d'un naturel plutôt calme, on met assez rapidement de côté les distributions de préservatifs, strip-teaseuses et autres bizutages à cul-nu sur la voie publique. Comme ce n'est pas non plus la bonne période pour aller démonter en coup de vent une quelconque capitale européenne, notre choix, après quelques propositions et environ vingt-sept mille messages Whatsapp, s'arrête sur une petite marche dans le vallon de Réchy, accompagnée d'un bivouac rave party clandestine. J'aurais bien voulu pimenter le tout d'une petite arête, mais comme le héros du jour est sujet au vertige, je me suis vite fait taper sur les doigts. Bien sûr, à notre âge, le fléau de l'embourgeoisement nous guette comme une maladie presque incurable, en attendant la crise de la quarantaine, et certaines voix pensent justement que le manque de confort sera un frein, pire elles s'en inquiètent. Mais, on a réussi à convaincre tout le monde et on a passé une journée mémorable et une soirée



magnifique, profitant de ce tableau rempli de couleurs merveilleuses, une nuit courte la tête dans les étoiles, après que mon paquetage, alourdi d'alcool d'une façon déraisonnable m'ait cisailé mes pauvres épaules de trentenaire. Au final, ce qui restera de cette journée, c'est aussi le pseudo-inconfort de notre situation.

Car l'inconfort, on aime cela. Nous, englués dans notre trop grand confort trop prévisible d'occidental. On cherche cela: mal dormir, avoir froid, changer le quotidien. Bref, retrouver la vraie valeur des choses, un petit peu d'aventure, dans un laps de temps limité qui nous permettra de nous reconnecter à la nature et d'à nouveau apprécier des plaisirs simples pour nous: dormir dans un lit chaud et douillet. Alors on va passer des week-ends dans des cabanes, camp de base du sommet du lendemain; même si elles se rapprochent gentiment d'hôtels d'altitude, à part les concertos pour tronçonneuses de nos voisins de chambrée. On se met à faire du camping, des bivouacs, en restant toujours dans

des proportions raisonnables. On ne pousse bien sûr pas le bouchon trop loin, comme dans les expéditions, où ils font dodo, avec les fesses dans le vide, ou mieux encore sur la falaise... Le portaledge permettant de réaliser des records de caca-haut. Ah, ils nous font envie avec leur petit réchaud dans leur tente, avec décoration séchage de corde sur les côtés et la capuche de la doudoune bien basse sur les yeux. Ce qui est drôle, c'est que dans ce genre de situations, nous allons toujours chercher à avoir un peu plus de confort. Certains emportent des chaussettes de rechange, plusieurs paires de gants, un petit coussin gonflable ultra-léger, ou même la petite cafetière italienne (car il fait du bien ce petit café chaud le matin). Heureusement, à part si vous avez la condition physique d'un sherpa, la montagne ne tolère pas trop ces excès de zèle dans les projets ambitieux, pour notre niveau, et on a vite fait la veille du départ de virer le superflu, pour ne pas avoir la langue qui pend aux premiers mètres de dénivelé.

Il y a aussi le bivouac improvisé, qui peut laisser d'excellents souvenirs, si l'issue est heureuse. Entre grotte trouvée à l'arrache pour s'abriter, cabane abandonnée, ferme isolée (si possible avec paysan sympathique et abricotine) ou igloo quand ça se passe vraiment mal. Disons que là, l'inconfort n'est plus vraiment un choix, mais il

marque la sortie et joue son rôle de créateur des souvenirs et d'anecdotes à partager au stamm.

Pourtant, les anciens, les vrais montagnards, ceux qui vivaient là-haut pas forcément par choix et qui avaient une relation craintive avec ces sommets qui les dominaient, nourri par les contes et autres mythes, ceux-là auraient sans doute trouvé ce culte de l'inconfort des plus curieux. Ces gens-là existent-ils encore pour nous le reprocher? À la place, nous pourrions interroger des migrants clandestins, quand nous osons les approcher, leur demander ce qu'ils en pensent de tout ça. Je me vois bien leur expliquer à quel point j'aime faire un bivouac. Ils me regarderont comment, ces gens qui vivent dans l'inconfort perpétuel et qui sacrifient tout, qui risquent tout, justement pour avoir notre confort...



Si tu veux réagir à cette chronique ou une autre, tu peux écrire à Tonton directement (alexcoppey@yahoo.fr) en mentionnant dans le titre «Tonton Alex». Écris ce que tu en penses, en bien ou en pas bien, écris une de tes expériences ou anecdotes, réagis, commente, pose des questions. Un panel sera alors choisi, si des gens m'écrivent () pour le prochain numéro sous «réactions à la chronique précédente».

PUB

Cours	Date	CHF	Lieu
BD reportage	14.01.22	280.-	SN
Changer d'attitude face à ses peurs	26.01.22	78.-	MY
Ikigai, pour une vie pleine de sens	05.02.22	156.-	SN
Mandalas et doodle art	11.02.22	44.-	SN
Atelier philo: Existence, sens et liberté ?	14.03.22	180.-	SN
Dessin - la perspective	23.03.22	280.-	MY
Dessin - l'illustration	24.03.22	280.-	SN
Développer sa créativité	09.04.22	156.-	MY
Parler en public	09.04.22	156.-	SN

MY École-club Migros Martigny 027 720 41 71

SN École-club Migros Sion 027 720 65 20

école-club
MIGROS

PUB

imprimerie du bourg sàrl martigny

Atelier graphique _
Impression offset et numérique _
Production 100% régionale _

Rue des Fontaines 6
1920 Martigny
027 722 19 31
www.ibourg.ch

ibm
Depuis 1974

PORTFOLIO MARION PERRAUDIN

instagram: Marion_des_Montagnes



Bouquetin - Bas-Valais



Gypaète barbu - Haut-Valais



Aigle royal - Haut-Valais



Chamois, femelle et cabri - Valais Central

BIBLIOTHÈQUE BIBLIOTHEK



Ouvrages et DVD acquis durant le quatrième trimestre 2021 pour la Bibliothèque de la section Monte Rosa du C.A.S et déposés à la Médiathèque Valais – Sion.

En plus de l'achat de monographies, la section Monte Rosa paie les frais d'abonnement à diverses revues alpines (29). - Les ouvrages ci-dessous peuvent être empruntés à la Médiathèque Valais (<https://www.mediathèque.ch>) ainsi que tous les autres ouvrages du fonds de la bibliothèque de la section.

Die Bibliothek der Sektion Monte Rosa, die sich in der Mediathek Wallis – Sitten befindet, hat im vierten Quartal 2021 die unten aufgeführten Titel erhalten.

Neben den neu angeschaffenen Monographien besitzt die Bibliothek auch verschiedene alpine Zeitschriften (29). Der interessierte Leser kann, neben allen Büchern der Sektion, auch von der grossen Auswahl von Dokumenten (Bücher, Zeitschriften, Video, CD, DVD etc.) der Mediathek Wallis (<https://www.mediathek.ch>) profitieren.

LIVRES – BÜCHER

Buffin-Parry, Marianne: **La femme du Kilimandjaro**; Arnaud (auteur), Les Houches: Editions du Mont-Blanc, [2020], 339 p.

Chappaz, Gilles: **Le roman des guides**; Paulsen, [2021]; 380 p.

Crivellaro, Pietro: **La bataille du Cervin: la véritable histoire de la conquête**; Les Houches: Editions du Mont-Blanc, [2021]; 259 p.

Dartigue-Paccalet, Joëlle, Ravanel, David: **Compagnie des guides de Chamonix: 200 ans d'histoire(s)**; Grenoble: Glénat, [2021]; 254 p.

Finnegan, William: **Avec Mollie**; [Paris]: Editions du sous-sol, [2021]; 136 p.

Kürschner, Iris: **Die Tour Matterhorn: Trekking um den schönsten Berg der Welt**; Aarau; München: AT Verlag, [2021]; 192 S.

Modica, Gilles: **L'île-montagne: la Corse vue du GR20**; Chamonix: Paulsen, [2020]; 170 p.

Pivot, Denis: **Des piolets & des hommes**; Chamonix: Paulsen, [2021]; 191 p.

Saunders, Victor: **Une histoire d'échecs: la vie chaotique d'un alpiniste**; Bruxelles: Editions Nevicata, [2021]; 229 p.

Sorges, Jürgen: **Montagnes**; Bernhart, Udo, photographe; Paris: Place des Victoires, [2020]; 527 p.

Wenger, Rémy: **Quellen der Schweiz: Naturschauplätze im Wasserschloss Europas**; Lalou, Jean-Claude (auteur); Hapka, Roman (auteur); Blant, Michel, 19.-.... (auteur, contributeur - collaborateur); Bern: Haupt Verlag, 2021; 256 S.

Myriam Viaccoz / Décembre 2021



COUPS DE CŒUR

**LE ROMAN DES GUIDES
GILLES CHAPPAZ**
Paulsen; 2021, 380 p.

À l'été 1821, après la mort de trois de ses guides près du sommet du mont Blanc, Chamonix décide de rompre avec l'anarchie qui mine la profession et crée une Compagnie



**QUELLEN DER SCHWEIZ:
NATURSCHAUPLÄTZE IM WASSERSCHLOSS
EUROPAS
RÉMY WENGER**

Lalou, Jean-Claude (auteur); Hapka, Roman (auteur); Blant, Michel; Bern: Haupt Verlag, 2021; 256 S.

Das große Werk zum Wasserschloss Europas. Ein überaus reich illustriertes Buch über die Quellen der Schweiz. Von der Höhlenforschung über die Mythologie bis zur Bedeutung des Trinkwassers als blaues Gold. Quellen sind erinnerungsträchtige Orte, die uns mit ihren Legenden, Aberglauben und Anekdoten faszinieren und in ihren Bann ziehen. Das Gotthardmassiv ist das Wasserschloss



GEHEIMTIPP



des guides bientôt célèbre. Depuis deux siècles, ses membres hauts en couleur sont restés à la pointe des exploits et des évolutions de l'alpinisme, exportant leur savoir-faire dans le monde entier. Fils de guide, Gilles Chappaz raconte cette histoire en 30 dates clés, à la fois de l'intérieur et avec le recul de l'écrivain. ■

Europas. In ihm haben mehrere große Flüsse ihren Ursprung, die den Kontinent bewässern und in vier verschiedenen Meeren münden. An vielen anderen Orten in der ganzen Schweiz finden wir weitere spektakuläre oder auch bescheidenere Quellen. Dieser prächtige, reich illustrierte Band bietet einen Streifzug zu den bemerkenswertesten Quellen der Schweiz.

Von der Hydrologie und Höhlenforschung über die Mythologie bis zu Thermalbädern, Industriennutzung und Trinkwasserqualität werden dabei alle Aspekte beleuchtet. Eine originelle und faszinierende Reise durch die Schweiz! ■



POUR PARTIR AVANT L'AUBE ET REVENIR TARD

Vos aventures commencent chez nous. Nous vous proposons un grand choix d'articles de qualité à prix équitable et un service compétent. **La montagne, notre passion.**

Lausanne
Avenue d'Ouchy 6
1006 Lausanne
021 864 00 20

Conthey
Route des Rottes 48
1964 Conthey
027 345 21 00

baechli-sportsdemontagne.ch



PROGRAMME DES COURSES 2022

TOURENPROGAMM 2022



Comité de section / Sektionsvorstand

Chanton Philippe	Président/Präsident Chef de course/Tourenchef	St-Niklaus	079 221 17 25	phchanton@gmx.ch
Thür Curdin	Vice-prés./Vizepräsident	Martigny	078 740 76 01	curdin.thuer@gmx.ch
Wehrli Martin	Chef finances / Finanzchef	Sion	079 628 43 76	martin_wehrli@hotmail.com
Revaz Frédéric	Chef des cabanes / Hüttenchef	Sion	076 340 24 54	frederic.revaz@hevs.ch
Grütter Christian	Chef technique / Technischer Leiter	Visp	078 898 53 31	christian.gruetter@geoverm.ch
Bertizzolo Mireille	Environnement / Umwelt Secrétaire/Sekretariat	Monthey	079 654 32 81	m.bertizzolo@bluewin.ch
Biolaz Christophe	Resp. La Cordée / Verantwortlicher Die Seilschaft	Martigny	079 263 91 93	lacordee@cas-martigny.ch

Commission de communication / Kommunikationskommission

Biolaz Christophe	Resp. La Cordée / Verantwortlicher Die Seilschaft	Martigny	079 263 91 93	lacordee@cas-martigny.ch
Chanton Philippe	Site internet / Internet	St-Niklaus	079 221 17 25	phchanton@gmx.ch

Commission des finances / Finanzkommission

Imhasly-Planche Treuhand AG	Caissier des cabanes / Kassier der Sektionshütten		027 922 11 99	info@imhasly-planche.ch
Devanthery Pierre-Emile	Repré. Bas Valais / Unterwalliser Vertreter	Martigny	079 507 61 33	dp_e@bluewin.ch
Vacant	Repré. Valais centre / Mittelwalliser Vertreter	Sion		
Weiss Sabine	Repré. Valais centre / Oberwalliser Vertreter	Brig	076 493 04 93	swei@sunrise.ch
Wehrli Martin	Caissier de la section / Kassier der Sektion	Sion	079 628 43 76	martin_wehrli@hotmail.com

Commission des cabanes / Finanzkommission

Revaz Frédéric	Président et resp. Cabane des Dix et Vignettes	Sion	076 340 24 54	frederic.revaz@hevs.ch
Peter Rudin	Verantwortlicher Schönbielhütte & Monte Rosa	Visp	079 287 30 12	p.rudin@hotmail.com
Heinzmann Hildebert	Hüttenvertreter Monte Rosa Hütte	St-Niklaus	079 221 06 38	hildebert@bluewin.ch
Ferrari Mauro	Hüttenvertreter Schönbielhütte	St-Niklaus	079 500 22 62	ferrarimauro@bluewin.ch
Andrea Messerli, Ruedi Lehmann	Koordinatoren Hüttenvertreter	Brig	079 250 41 60	ruedi.lehmann@heidehus.ch

Commission technique / Technische Kommission

Grütter Christian	Chef technique / Technischer Leiter	Visp	078 898 53 31	christian.gruetter@geoverm.ch
Chanton Philippe	Chef de course / Tourenchef	St-Niklaus	079 221 17 25	phchanton@gmx.ch

Cabanes de la section / Sektionshütten

Daniel Egg	Cabane des Dix		079 197 31 14	cabanesdix@gmail.com
Vacant	Cabanes des Vignettes			
Biner Yolanda und Fredy	Schönbiel-Hütte		079 639 41 28	bielti.zermatt@gmx.ch
Kilian Emmenegger & Richard Lehner	Monte Rosa Hütte		027 967 21 15	info@monterosahuette.ch
Zumstein-Zenkhusen Irma	Laggin-Biwak		027 946 63 41	irma.zumstein@valaiscom.ch

Autres adresses / Andere Adressen

Lonfat Joël	Bibliothécaire / Bibliothekar / Médiathèque Valais	1950 Sion	027 606 45 81	simon.roth@mediatheque.ch
SAC-CAS	Secrétariat / Sekretariat	3000 Bern	031 370 18 18	info@sac-cas.ch

Programme de la section 2022 / Sektionsprogramm 2022

19-20.03.2022	Course de section hiver (groupe de Viège) / Sektionstour Winter (OG Visp)
06.05.2022	Assemblée des délégués de la section à Brigue / DV Sektion Monte Rosa in Brig
18.06.2022	Assemblée des délégués CAS à Berne / Delegiertenversammlung des SAC in Bern
27-28.08.2022	Course de section été (groupe de St-Nicolas) / Sektionstour Sommer (OG St-Niklaus)

Président	Mathias Cornut	079 265 34 52	president@cas-monthey.ch
Vice président	Tristan Mayencourt	077 423 04 51	president@cas-monthey.ch
Gestion des membres	Nadège Lambert	079 755 28 37	info@cas-monthey.ch
Secrétaire	Nadège Lambert	079 755 28 37	info@cas-monthey.ch
Caissier	Maxime Dubosson <i>en cours de remplacement</i>	079 440 41 52	caissier@cas-monthey.ch
	<i>attente de l'AG par Stéphane Monnier</i>	079 459 36 94	
Chef de course	Lise Burri	079 745 69 40	lise.burri@bluewin.ch
Chef OJ	Simon Passaquay	079 887 74 95	simon.passaquay@outlook.com
Chef AJ	Robin Lenzser	079 631 93 44	robinlenzser@gmail.com
Coach JS	Bertrand Gavillet	079 794 98 60	bertrandgavillet@bluewin.ch
Adresse postale CAS Monthey: Club Alpin Suisse Groupe de Monthey, 1870 Monthey			

Le programme est évolutif et la dernière version est celle du site web, consultez le régulièrement pour être à jour!
Les inscriptions aux sorties se font via le site.

PROGRAMME CAS

DATE	ACTIVITÉ	CONTACT
09.12.21	Initiation ski de rando	Nathalie Bider Carrupt, Lise Burri
15.12.21	Rando à ski (lieu selon conditions)	Giliane Trisconi
16-17.12.2021	Formation avalanches actifs	Robin Lenzser
18.12.21	Formation ski de descente, station de ski, station du Magic pass	Vincent Huther
08-09.01.22	Région Eischoll	Sandrine Georges Bentzen
08-09.01.22	Formation avalanches actifs	Yannick Diebold
11.01.22	Rando à ski (lieu selon conditions)	Nathalie Bider Carrupt
15.01.22	Formation avalanches pour chefs de course	Simon Passaquay
16.01.22	Aiguille de Mex (Rando à ski)	Pierre Deléglise
16.01.22	Aiguille de Mex (raquette)	Etienne Delavy
17.01.22	Formation avalanches	Robin Lenzser
19.01.22	Savalène	Giliane Trisconi
21.01.22	RandoBurri (Rando à ski)	Robert et Lise Burri
28.01.22	RandoBurri (Rando à ski)	Robert et Lise Burri
29.01.22	Chaux de Mont	Giliane Trisconi
31.01.22	RandoBurri (Rando à ski)	Robert et Lise Burri
05.02.22	Creta di Vella	Sandrine Georges Bentzen
11-13.02.22	Diemtigal	N Bider Carrupt, S Harnisch, R+L Burri
16.02.22	Lanchenaire	Giliane Trisconi
19-20.02.22	Galmihornhütte	Maurice Fracheboud
25.02.22	RandoBurri (Rando à ski)	Robert et Lise Burri
27.02.22	Pointe Ronde	Etienne Delavy
28.02.22	RandoBurri (Rando à ski)	Robert et Lise Burri
05.03.22	Visperterminen	Maurice Fracheboud

12.03.22	Pointe de Combette	Giliane Trisconi, Sandrine Georges Bentzen
16.03.22	Fondue pleine lune à Savolayre	Giliane Trisconi, Robert et Lise Burri
19-20.03.22	Course de section (organisateur : groupe de Viège)	Lise Burri
26-27.03.22	Simplon	Maurice Fracheboud
01.04.22	RandoBurri (Rando à ski)	Robert et Lise Burri
03.04.22	Le Rogneux	Pierre Deléglise
04.04.22	RandoBurri (Rando à ski)	Robert et Lise Burri
06.04.22	Région Arolla	Giliane Trisconi
09-10.04.22	Sortie chefs de courses	Robin Lenzser
18-24.04.22	Haute route	Yannick Diebold
29.04.22	Rando à ski (lieu selon conditions)	Nathalie Bider Carrupt
03.05.22	Formation escalade (en soirée)	Yannick Diebold
06.05.22	AD de la section Monte Rosa à Brigue	Mathias Cornut
07-08.05.22	Rando à ski (lieu selon conditions)	Maurice Fracheboud
10.05.22	Formation escalade (en soirée)	Yannick Diebold
17.05.22	Formation escalade (en soirée)	Yannick Diebold
21.05.22	Corvée au chalet de Savolayre	Pascal Berra
21.05.22	Escalade, Sembrancher secteur Tera	Olivier Gachoud
22.05.22	Rando à ski, Avant Der, région Terrasse	Robert et Lise Burri
24.05.22	Formation escalade (en soirée)	Yannick Diebold
10.06.22	Alpi, Les Gais Alps	Vincent Huther
11.06.22	Ski de Rando, Der des Der, Fourchon	Robert et Lise Burri
11.06.22	Escalade, Gastlosen, voie Salamander	Olivier Gachoud
11-12.06.22	Alpi, Tour Sallière	Wilhem Perdrix
18-19.06.22	Formation alpi	Robin + Simon
01.07.22	Rando, After work, Dent de Jaman	Sandrine Georges Bentzen
02.07.22	Alpi, Dent de Fenestral	Pascal Derivaz
09.07.22	Escalade, Gastlosen, voie pappy's turm	Olivier Gachoud
16-17.07.22	Alpi, Aiguille de la Tsa	Sandrine Georges Bentzen, Pascal Derivaz
22-23.07.22	Alpi, Allalin par Hohlaubgrat	Vincent Huther
06-07.08.22	Alpi, Mont Blanc de Cheilon en traversée	Vincent Huther
19.08.22	Alpi, Cornette de Bises	Sandrine Georges Bentzen
20-21.08.22	Alpi, La Ruinette	Maurice Fracheboud
27-28.08.22	Course de section (organisateur : groupe de St-Nicolas)	Lise Burri
27-28.08.22	Alpi, Sustlihütte	Maurice Fracheboud
03.09.22	Escalade, Gastlosen, voie Nikita, 1 partie, 8 longueurs	Olivier Gachoud
03-04.09.2022	Alpi, Arête sud du Lagginhorn	Pascal Derivaz
05.09.22	Alpi, Le Bonhomme	Nathalie Bider Carrupt
10-11.09.22	Formation alpi	Yannick Diebold
17-18.09.22	Alpi, Aiguilles d'Arpettes	Wilhem Perdrix
24-25.09.22	Rando et via ferrata, Sonigpass	Nathalie Bider Carrupt
23.10.22	Rando, Arpelistock	Etienne Delavy
05.11.22	Formation lecture de carte et orientation	Nathalie Bider Carrupt, Lise Burri

CAS GROUPE DE MONTHY

GROUPE OJ

Simon Passaquay, 079 887 74 95

DATE	ACTIVITÉ
18.12.2021	Cours avalanche
09.01.2022	Rando à ski ou glace
23.01.2022	Rando à ski ou glace
29-30.01.2022	Rando à ski au Simplon
12.02.2022	Rando à ski
27.02.2022	Rando à ski
12-13.03.2022	Rando à ski Lämmerenhütte
19-20.03.2022	Rando à ski
09-10.04.2022	Rando à ski
18-22.04.2022	Haute route

GROUPE AJ

Robin Lenzser, 079 631 93 44

DATE	ACTIVITÉ
19.12.2021	Ski de randonnée
09.12.2022	Ski de randonnée
22-23.01.2022	Weekend ski de randonnée
29-30.01.2022	Weekend ski de randonnée
13.02.2022	Ski de randonnée
26.02 - 01.03.2022	Camp de Carnaval
12-13.03.2022	Weekend ski de randonnée
01.05.2022	Escalade/marche
15.05.2022	Escalade/marche
29.05.2022	Escalade/marche
11-12.06.2022	Weekend esclade / rando
25-28.06.2022	Camp d'été
21.08.2022	Escalade / rando
04.09.2022	Escalade / rando
10-11.09.2022	Weekend rando / escalade
24-25.09.2022	Weekend escalade / rando
13-16.10.2022	Camp d'automne
30.10.2022	Escalade / rando
06.11.2022	VTT Orientation



CAS GROUPE DE ST-MAURICE

www.cas-st-maurice.ch

Président	Gary Jacquier	Rue Arthur Parchet 1, 1896 Vouvry	079-336 72 45	gary.jacquier@gmail.com
Vice président	Emmanuel Allaz	CAS St-Maurice, 1890 St-Maurice	078-859 36 71	emmanuel.allaz@hotmail.com
Gestion des membres	Naomie Volluz	CAS St-Maurice, 1890 St-Maurice	077-428 85 73	naomie.volluz@gmail.com
Secrétaire	Naomie Volluz	CAS St-Maurice, 1890 St-Maurice	077-428 85 73	naomie.volluz@gmail.com
Caissier	Augustine Saugy	CAS St-Maurice, 1890 St-Maurice	079-595 12 15	augustine.saugy@hotmail.fr
Chef de course hiver	Romain Aymon	CAS St-Maurice, 1890 St-Maurice	077-402 73 25	romain.aymon@gmail.com
Chef de course été	Romain Aymon	CAS St-Maurice, 1890 St-Maurice	077-402 73 25	romain.aymon@gmail.com
Chef OJ	Yann Décaillet	CAS St-Maurice, 1890 St-Maurice	079-341 63 48	yann.decaillet@hotmail.com
Chef AJ	Yann Décaillet	CAS St-Maurice, 1890 St-Maurice	079-341 63 48	yann.decaillet@hotmail.com
Coach JS	Yann Décaillet	CAS St-Maurice, 1890 St-Maurice	079-341 63 48	yann.decaillet@hotmail.com

PROGRAMME CAS

DATE	ACTIVITÉ	CONTACT
02.01.2022	Ski rando light	Nils, 079 527 29 29
08/09.01.2022	WE formation hiver (2 jours)	Romain, 077 402 73 25
18.01.2022	Pleine lune - Fondue à la Tourche	Romain, 077 402 73 25
23.01.2022	Région Etivaz	Sébastien, 079 354 23 40
06.02.2022	Pointe d'Aufalle	Nils, 079 527 29 29
16.02.2022	Pleine lune - Fondue à la Valerette	Gary, 079 336 72 45
20.02.2022	Région Chablais	Nicolas, 079 471 74 46
05-06.03.2022	Région Taney (2 jours)	Gary, 079 336 72 45
18.03.2022	Pleine lune - Fondue à Bovinette	Sébastien, 079 354 23 40
19-20.03.2022	Sortie section	Romain, 077 402 73 25
02-03.04.2022	Traversée Realp - Rotondohütte - Oberwald (spécial 100 ans)	Romain, 077 402 73 25
15-18.04.2022	Pâques - Région Aoste (4 jours)	Nicolas, 079 471 74 46
30.04-01.05.2022	Ski de printemps - Région Aletsch	Romain, 077 402 73 25
21-22.5.2022	Ski de printemps - Strahlhorn	Nils, 079 527 29 29
26-29.05.2022	Ascension dans le Jura (escalade et fée verte) 4 jours	Romain, 077 402 73 25
25-26.06.2022	Sortie initiation alpinisme Saas-Fee (2 jours)	Romain, 077 402 73 25
09-10.07.2022	Alpinisme - Alpes bernoises (2 jours)	Romain, 077 402 73 25
23-24-07.2022	Alpinisme - Région Zermatt (2 jours)	Romain, 077 402 73 25
13-15.08.2022	Mini Haute-Route (3 jours) (spécial 100 ans)	Romain, 077 402 73 25
27-28.08.2022	Sortie section (2 jours)	Romain, 077 402 73 25
03-04.09.2022	Rocher région Furka	Sébastien, 079 354 23 40
10-11.09.2022	100 ans du Club	Comité
02.10.2022	Grimpe et brisolée	Romain, 077 402 73 25

CAS GROUPE DE ST-MAURICE

GROUPE OJ

Yann Décaillet, 079 341 63 48

DATE	ACTIVITÉ
29/30.01.2022	Ski de randonnée au Simplon
12.02.2022	Ski de randonnée au col des Mosses
19.03.2022	Ski de randonnée à Bruson
09.05.2022	Ski de randonnée à Ovronnaz
18-20.05.2022	3 jours de ski à la Gemmi
15.05.2022	Escalade à Chemin
26/27.05.2022	2 jours de Grimpe, Ascension, dans l'Oberland bernois
12.06.2022	Escalade à Saleinaz
18-22.07.2022	Camp d'escalade et alpinisme à Arolla
03.09.2022	Escalade à Champex
24.09.2022	Escalade à Bramois
17-21.10.2022	Camp d'escalade au Tessin
05.11.2022	Escalade en Valais
03.12.2022	Escalade en Valais



CAS GROUPE DE MARTIGNY

www.cas-martigny.ch

Président	Denis Dorsaz	Passage de l'Eugène 9, 1902 Evionnaz	077 432 07 65	presidence@cas-martigny.ch
Vice président	Gaëlle Beecroft	Av. de la Fusion 114, 1920 Martigny	076 310 49 89	vice-presidence@cas-martigny.ch
Gestion des membres	Laurence Tornay Bonvin	Route des Pras-Longs 22 A, 1907 Saxon	078 911 80 83	secretariat@cas-martigny.ch
Secrétaire	Laurence Tornay Bonvin	Route des Pras-Longs 22 A, 1907 Saxon	078 911 80 83	secretariat@cas-martigny.ch
Caissier	Sébastien Piccand	Rue des Prés-Aubert 34, 1920 Martigny	079 175 84 79	tresorier@cas-martigny.ch
Responsable formation	Tanguy Lainé	Som la Proz 69, 1937 Orsières	079 203 93 16	responsable.formations@cas-martigny.ch
Responsable escalade	Laszlo Nyitray	Ch. des Barrières 7, 1920 Martigny	079 956 65 81	salle.escalade@cas-martigny.ch
Chef de course hiver	Sarah Udriot	Rue de la Délèze 14, 1920 Martigny	079 815 10 32	responsable.hiver@cas-martigny.ch
Webmaster	Eric Jeker	Ch. du Calvaire 4, 1950 Sion		webmaster@cas-martigny.ch
Chef de course été	Médéric Berguerand	Rue Marc Morand 22, 1920 Martigny	079 738 10 07	responsable.ete@cas-martigny.ch
Chef OJ	Michael Kimber	Route de Mauvoisin 447, 1948 Fionnaz	079 581 16 61	responsable.jeunesse@cas-martigny.ch
Chef AJ	Michael Kimber	Route de Mauvoisin 447, 1948 Fionnaz	079 581 16 61	responsable.jeunesse@cas-martigny.ch

PROGRAMME CAS

DATE	ACTIVITÉ	CONTACT
05.12.2021	Initiation ski de randonnée (si enneigement suffisant)	Hugues De la Boussinière, 076 589 39 53
14.12.2021	Stamm d'hiver : rappel avalanche	Médéric Berguerand, 079 738 10 07
29.12.2021	Sortie raquettes Valerette & fondue entre chien et loup	Yorick Biselx, 076 802 30 57
08.01.2022	Pointe de la Terrasse : Traversée Emosson - Loriaz - Le Buet	Hugues De la Boussinière, 076 589 39 53
08.01.2022	Avalanche A (1) - Niveau basic: Donner alerte, recherche, sécuriser la situation, premier secours	Médéric Berguerand 079 738 10 07
09.01.2022	Avalanche A (2) - Niveau basic: Donner alerte, recherche, sécuriser la situation, premier secours	Médéric Berguerand 079 738 10 07
15.01.2022	Col d'Ugeon	Roland Perez, 079 746 63 44
15-16/01/2022	Formation continue: Avalanche B - Niveau avancé	Sarah Udriot, 079 815 10 32
23.01.2022	Cours technique ski hors piste 1 - Niveau débutant	Yorick Biselx, 076 802 30 57
23.01.2022	Les Capucins (Bagnes)	Tanguy Lainé, 79 203 93 16
28-30/01/2022	Traversée à ski du Beaufortin / 3 jours	Hugues De la Boussinière, 076 589 39 53
29.01.2022	Initiation ski de randonnée	Laura Roduit, 079 810 32 51
29.01.2022	ALFA - La Crevasse (raquettes et fondue)	Lionel Perret, 079 219 53 98
30.01.2022	Cours technique ski hors piste 2 - Niveau avancé	Yorick Biselx, 076 802 30 57
12.02.2022	Pointe de Tourtemagne	Hugues De la Boussinière, 076 589 39 53
12.02.2022	Six Manouvray	Roland Perez, 079 746 63 44
19.02.2022	Traversée Finhaut - Col de Fenestral - Epaule Fontanabran - Emaney - Marécottes	Fanny Viret, 076 379 04 12
20.02.2022	Palanche de la Cretta : versant SE	Laura Roduit, 079 810 32 51
25-27/02/2022	3 jours autour de la Etlzhütte	Sarah Udriot, 079 815 10 32
26.02.2022	Pointe de Boveire	Benoît Maillard, 079 282 46 37
03.03.2022	Pointe de Bellevue	Yorick Biselx, 076 802 30 57
05.03.2022	Rosablanc 3336m et Grand Désert	Arnaud Eggimann, 079 393 70 02
05.03.2022	Sés des Madeleines et Touenno: versants nord	Sarah Udriot, 079 815 10 32
06.03.2022	Pointe d'Aufalle	Gautier Rast, 079 731 66 27

CAS GROUPE DE MARTIGNY

12-13/03/2022	Triangle de l'Amitié (date à confirmer)	Anne Berguerand, 079 301 05 80
12.03.2022	Col Nord Darbonnières et sommet	Roland Perez, 079 746 63 44
13.03.2022	Mont Rogneux depuis Champsec	Tanguy Lainé, 079 203 93 16
19-20/03/2022	Sortie de section d'hiver	Sarah Udriot, 079 815 10 32
19-20/03/2022	2 jours dans le Binntal (Ofenhorn)	Fanny Viret, 076 379 04 12
26.03.2022	Pointe de la Vouasson (la Gouille - Lanna)	Hugues De la Boussiniere, 076 589 39 53
26-27/03/2022	Mont Blanc de Cheilon	Ewan Roche, 076 479 73 34
02.04.2022	Couloir du Val d'Arpette	Hugues De la Boussiniere, 076 589 39 53
03.04.2022	Escalade dans le Haut-Valais (aussi ALFA)	Denis Dorsaz, 077 432 07 65
05.05.2022	Manipulations, noeuds, grillade	Médéric Berguerand, 079 738 10 07
06.05.2022	Assemblée des Délégués	Denis Dorsaz, 077 432 07 65
07-08/05/2022	Dômes de Miage / Traversée des Dômes - Descente Armancette	Hugues De la Boussiniere, 076 589 39 53
07.05.2022	ALFA – Ferret-La Peule en boucle	Gautier Rast, 079 731 66 27
14.05.2022	Sortie VTT AE	Roland Perez, 079 746 63 44
21.05.2022	A la découverte des plantes médicinales	Gaëlle Bersacola-Beecroft 076 310 49 89
28-29/05/2022	Doldenhorn sur 2 jours depuis la Doldenhornhütte	Fanny Viret, 076 379 04 12
11.06.2022	ALFA - Dent de Nendaz	Laszlo Nyitray, 079 956 65 81
11.06.2022	Randonnée du côté d'Evolène	Michelle Weinstein, 079 298 04 85
12.06.2022	Escalade Pierre Avoir	Benoît Maillard, 079 282 46 37
16-19/06/2022	Escalade autour d'Arnad	Denis Dorsaz, 077 432 07 65
16-19/06/2022	Initiation à l'alpinisme - 4 jours fête - dieu	Médéric Berguerand, 079 738 10 07
24-25/06/2022	Brunegghorn : voie normale	Hugues De la Boussiniere, 076 589 39 53
24.06.2022	Pointe de Cray	Raphaëlle Beecroft-Gillioz, 078 690 67 39
24-26/06/2022	Perfectionnement - alpinisme	Médéric Berguerand, 079 738 10 07
25-26/06/2022	Allalinhorn : Arête SW (AD-)	Mathias Thétaz, 079 627 81 40
30/06-01/07/2022	Aiguille de la Lex Blanche : Versant E et traversée vers le Dôme des Glaciers	Hugues De la Boussiniere, 076 589 39 53
02-03/07/2022	Tête de Milon : Arête WSW AD+	Mathias Thétaz, 079 627 81 40
10.07.2022	Breithorn W Voie normale (PD-)	Mathias Thétaz, 079 627 81 40
14-15/07/2022	Traversée Fletschhorn -> Lagginhorn	Hugues De la Boussiniere, 076 589 39 53
16.07.2022	Sortie VTT AE	Roland Perez, 079 746 63 44
16-17/07/2022	Wildhorn Germannrippe	Ewan Roche, 076 479 73 34
29-31/07/2022	Jungfrau et Mönch AD	Mathias Thétaz, 079 627 81 40
06.08.2022	Laggin bivouac	Roland Perez, 079 746 63 44
13-14/08/2022	La Ruinette - Arête SW	Olivier Genolet, 077 413 41 60
20.08.2022	Col de Sovereu	Roland Perez, 079 746 63 44
21.08.2022	Escalade à Leysin (aussi ALFA)	Denis Dorsaz, 077 432 07 65
27-28/08/2022	Sortie de section d'été (cabane Topali)	Médéric Berguerand, 079 738 10 07
10-11/09/2022	ALFA - Week-end à Emosson, sur les traces des ancêtres des dinosaures	Sébastien Piccand, 079 175 84 79
15.09.2022	Traversée Bourg-St-Pierre - Bruson	Isabelle Dorsaz-Bender, 077 403 51 25
17-18/09/2022	Triangle de l'Amitié (date à confirmer)	Anne Berguerand, 079 301 05 80
18.09.2022	Alpage de Fluealp/Leukerbad	Raphaëlle Beecroft-Gillioz, 078 690 67 39
29.09.2022	Randonnée dans le Haut Val de Bagnes	Michelle Weinstein, 079 298 04 85

CAS GROUPE DE MARTIGNY

01.10.2022	Dent de Fenestral arête ouest	Hugues De la Boussiniere, 076 589 39 53
02.10.2022	Arête SE du Pain de Sucre	Gautier Rast, 079 731 66 27
08.10.2022	Brisolée	Laurence Tornay Bonvin, 078 911 80 83
11.10.2022	Soirée des chefs de courses	Médéric Berguerand, 079 738 10 07
15-16/10/2022	Formation longue voie - escalade en longue voie	Médéric Berguerand, 079 738 10 07
01.11.2022	Escalade et vélo (aussi ALFA)	Denis Dorsaz, 077 432 07 65
26.11.2022	Assemblée Générale 2022	Denis Dorsaz, 077 432 07 65

GROUPE OJ

DATE	ACTIVITÉ	CONTACT
23.01.2022	Ski de randonnée en Entremont	Michael Kimber, responsable.jeunesse@cas-martigny.ch
06.02.2022	Rando Freeride : Arolla	Michael Kimber, responsable.jeunesse@cas-martigny.ch
20.02.2022	Ski de randonnée : Ovronnaz ou autre	Jacques Vouilloz, jvguide@gmail.com
13.03.2022	Ski de randonnée : Haut Valais	Michael Kimber, responsable.jeunesse@cas-martigny.ch
26-27.03.2022	Ski de randonnée : Camp de 2 jours au Simplon	Michael Kimber, responsable.jeunesse@cas-martigny.ch
23-24.04.2022	Objectif : 4000 m à ski ! Pour participer à cette sortie le participant devra avoir participé à au moins 5 sorties au programme	Jacques Vouilloz, jvguide@gmail.com
18-21.04.2022	Camp d'escalade de Pâques !	Jacques Vouilloz, jvguide@gmail.com

GROUPE AJ

DATE	ACTIVITÉ	CONTACT
19.01.2022	1/2 journée ski de randonnée	Jacques Vouilloz, jvguide@gmail.com
30.01.2022	Ski de randonnée : 300-400m de dénivelé	Jacques Vouilloz, jvguide@gmail.com
09.02.2022	1/2 journée ski de randonnée	Michael Kimber, responsable.jeunesse@cas-martigny.ch
27.02.2022	Ski de randonnée : 300-400m de dénivelé	Michael Kimber, responsable.jeunesse@cas-martigny.ch
16.03.2022	1/2 journée ski de randonnée	Michael Kimber, responsable.jeunesse@cas-martigny.ch
26-27.04.2022	Ski de randonnée : Camp de 2 jours au Simplon	Michael Kimber, responsable.jeunesse@cas-martigny.ch
18-21.04.2022	Camp d'escalade de Pâques !	Jacques Vouilloz, jvguide@gmail.com

Retrouvé le programme jeunesse sur www.cas-martigny.ch/activite/jeunesse !

Le programme d'été y paraîtra bientôt !

Contact : Michael Kimber, 079-581 16 61 / Jacques Vouilloz, 079-603 13 31

Président (adresse du club)	Marc Emery	Rue du Scex 32, 1950 Sion	079 262 69 44	marc.emery@amnis.ch
Vice président	Mathieu Biselx	-	079 289 05 05	biselx.mathieu@gmail.com
Gestion des membres	Jacques Salamin	Petit Chasseur 11, 1950 Sion	077 206 53 51	tribu.salamin@gmail.com
Secrétaire	Janique Luyet	-	-	janique.luyet@bluewin.ch
Caissier	Stéphane Fumeaux	-	-	-
Chef de course été	Stéphane Lesquereux	-	079 660 23 02	stephane@chezlesteph.ch
Chef de course hiver	Stéphane Morel	-	078 698 70 89	-
Chef OJ (si élu par l'AG)	Lionel Corboz	Av. Du petit chasseur 17, 1950 Sion	079 769 93 11	lionel.corboz@icloud.com
Chef AJ (si élu par l'AG)	Virgile Nanchen	Chemin du meitin 3, 1973 Nax	079 274 72 37	virgile.nanchen@gmail.com
Coach JS	Maurice Genoud	Rue de St-Germain 118, 1965 Savièse	079 322 33 18	maurice.genoud@gmail.com

Informations et inscriptions en ligne sur notre site clubalpinsion.ch

PROGRAMME CAS

DATE	ACTIVITÉ	CONTACT
28.12.2021	Rando du mardi, F	Jérôme Barras
04.01.2022	Rando du mardi, F	Dominique Theytaz
08-09.01.2022	Formation hiver, F	Stéphane Morel
11.01.2022	Rando du mardi, F	Philippe Graf
15.01.2022	La Brinta depuis St-Jean, F	Odile Blondel
16.01.2022	Initiation cascade de glace, F	Fabien Monori
16.01.2022	La Dotze - Tête de Ferret, PD+	Daniela Jacot
18.01.2022	Rando du mardi, F	Jérôme Barras
22.01.2022	Hors piste, PD	Christophe Follonier
22.01.2022	Le Tarent, PD+	Laetitia Michellod
23.01.2022	Mont Noble, RP	Christophe Follonier
25.01.2022	Rando du mardi, F	Philippe Graf
29.01.2022	Binntal - Punta di Valdeserta (Grosses Schinhorn), PD	Dominique Theytaz
30.01.2022	LOTO, SF	Mathieu Biselx
01.02.2022	Rando du mardi, F	Philippe Graf
05.02.2022	Col de la Couronne de Bréonna, PD	Dominique Theytaz
06.02.2022	Pointe de Tsevalire, PD	Laetitia Michellod
06.02.2022	Hors piste, PD	Damien Evequoz
08.02.2022	Rando du mardi, F	Dominique Theytaz
11.02.2022	Sortie Fondue, F	Martin Wehrli
12.02.2022	Crête de Lodze, PD	Joseph Di Dio
13.02.2022	Initiation et perfectionnement skating & classique, F	Olivier Denis
13.02.2022	Cornettes de Bise, PD+	Daniela Jacot
15.02.2022	Rando du mardi, F	Jacques Salamin
18-20.02.2022	Diemtgital, PD-AD	Annick Philippe
19.02.2022	Pointe Boveire, AD-	Amélie Claivaz
20.02.2022	Cascade de glace, WI3	Marc Emery
20.02.2022	Pointe des Pavis, PD+	Stéphane Morel
22.02.2022	Rando du mardi, F	Jérôme Barras

26-27.02.2022	Vallée de Conches, PD+	Olivier Denis
27.02.2022	Pointe de Masserey, PD	Christophe Follonier
01.03.2022	Rando du mardi, F	Philippe Graf
05.03.2022	Trou de Bougnonne, AD	Stéphane Morel
06.03.2022	Bec de la Montau, PD	Pascal Bossanne
08.03.2022	Rando du mardi, F	Dominique Theytaz
13.03.2022	Epaule Sasseneire depuis Eison, PD+	Christophe Follonier
15.03.2022	Rando du mardi, F	Jérôme Barras
19.03.2022	Mont de l'Etoile, PD+	Joseph Di Dio
19-20.03.2022	Course de section organisée par le groupe de Viège, -	Stéphane Morel
20.03.2022	Pointe de Combette, PD+	Jean Decaix
22.03.2022	Rando du mardi, F	Philippe Graf
25-27.03.2022	Binntal en étoile depuis cabane, PD-AD	Stéphane Lesquereux
26.03.2022	Génépi, PD+	Amélie Claivaz
29.03.2022	Rando du mardi, F	Jacques Salamin
02-03.04.2022	Anniviers -Turtmanntal en traversée, PD	Dominique Theytaz
03.04.2022	Wildstrubel depuis la Gemmi, PD	Odile Blondel
05.04.2022	Rando du mardi, F	Dominique Theytaz
09.04.2022	Galenstock depuis Realp, AD	Philippe Graf
10.04.2022	Testa Grisa, PD	Jean Decaix
12.04.2022	Rando du mardi, F	Jérôme Barras
15-18.04.2022	Trav. Grison au Tessin. Rheinwaldhorn-Läntahütte, AD+	Martin Wehrli
17.04.2022	Traversée Gemmi Montana, PD+	Stéphane Morel
19.04.2022	Rando du mardi, F	Philippe Graf
23-24.04.2022	L'Evêque, AD+	Marc Emery
23.04.2022	Grand Lui, AD	Amélie Claivaz
26.04.2022	Rando du mardi, F	Philippe Graf
30.04.2022	Course pour chefs de course. Castor, Schwarztor., AD	Stéphane Morel
01.05.2022	Dent de Nendaz, AD+	Amélie Claivaz
06.05.2022	AD de la section Monte Rosa à Brigue, -	Marc Emery
07.05.2022	Nettoyage des voies d'escalade + grillades, F	Stéphane Lesquereux
08.05.2022	Escalade en famille, F	Marc Gianadda
14.05.2022	Pointe de la Terrasse & environs, PD+	Joseph Di Dio
15.05.2022	Stellhorn Mattmark, AD+	Stéphane Morel
21.05.2022	Tour du Mont Collon, PD+	Jacques Salamin
22.05.2022	Coup de Brosse - Sé Veillin, 5b	Odile Blondel
26-29.05.2022	Canyoning arrière pays Niçois, AD+	Pierre Nicollier
26-29.05.2022	Escalade dans la région d'Aoste, 5a	Jacques Salamin
28.05.2022	Sortie avec un biologiste spécialisé en ornithologie dans la région Serin., T1	Jérôme Barras
29.05.2022	Spéléo facile à skis ou à pieds selon conditions., PD	Stéphane Lesquereux
04.06.2022	Sisyphus Heureux - Les Trappistes, 5c	Odile Blondel
05.06.2022	Via ferrata fondue, PD	Stéphane Lesquereux
11.06.2022	Tara Sembrancher initiation longues voies, 4a-5c	Odile Blondel
12.06.2022	Dent de Broc, arête W, AD+	Daniela Jacot
18-19.06.2022	Formation été, F	Janique Luyet
25.06.2022	Dent de Ruth, T5	Jérôme Barras

CAS GROUPE DE SION

25.06.2022	Couronne Bréonna, AD	Laetitia Michellod
26.06.2022	Gais Alpins, AD-	Marc Gianadda
02.07.2022	Bonhomme du Catogne, éperon SW, AD-/4	Bernard Balmer
03.07.2022	Sanetsch escalade, 5a-6b	Philippe Graf
09-10.07.2022	Course pour chefs de course. Traversée Blüemlisalp, AD	Valeria Ferrari
09-10.07.2022	Dom des Mischabel par Festigrat (arête NW), AD	Olivier Denis
16-17.07.2022	Allalin-Feekopf, Alhubel par arête nord. Täschütte, PD+,AD	Stéphane Lesquereux
23-24.07.2022	Le Pleureur depuis la cabane des Dix, PD	Jean Decaix
30-31.07.2022	Le Vêlan par l'arête de la Gouille, PD+	Marc Emery
06-07.08.2022	Traversée Grand Cornier, AD	Fabien Monori
06.08.2022	Allmagellerhorn, T4+	Jérôme Barras
14.08.2022	Magicien d'Oz, Châtelard, 6a	Laïna Moret
20-21.08.2022	Grimpe longues voies alpines Siedelenhütte, 5a-5c	Stéphane Morel
20.08.2022	Pont de Nant-Ovronnaz (traversée), T4+	Jérôme Barras
27-28.08.2022	Burghütte escalade (Fiesch), 4b-6a	Philippe Graf
27-28.08.2022	Grand Tour Mt-Fort et Bec des Rosses, T4+	Dominique Theytaz
27-28.08.2022	Sortie de section été, organisé par le groupe de St-Nicolas, PD	Stéphane Lesquereux
28.08.2022	Fondue sur un sommet, PD	Stéphane Lesquereux
03-04.09.2022	Miroir et traversée de l'Argentine, AD/5b	Fabien Monori
04.09.2022	Canyoning soft, F	Pierre Nicollier
05-11.09.2022	Via Alta Maggia, T4+	Jérôme Barras
10-11.09.2022	Refuge du lac Blanc, 5	Stéphane Meallier
11.09.2022	Aiguilles du Van nord et sud, PD	Jean Decaix
17.09.2022	Anenhütte - Jegichnubel, T5	Dominique Theytaz
18.09.2022	Les Jardins de la Dame, 5c	Odile Blondel
24-25.09.2022	Escalade sur Neuchâtel, 5a-5c	Stéphane Lesquereux
24.09.2022	Emosson, Col de la Terrasse, T3	Jacques Salamin
01.10.2022	Pigne de la Lé, PD	Stéphane Morel
02.10.2022	Escalade aux Cornettes de Bise, 5c	Daniela Jacot
09.10.2022	Suite Logique, Vens, 5b	Bernard Balmer
15.10.2022	Le Luisin arête nord est, AD-	Laetitia Michellod
15.10.2022	Faldumrothorn 2832m, T5	Bernard Balmer
22-28.10.2022	Grimpe dans les Calanques, 5b+	Pierre Nicollier
22.10.2022	Course de clôture & apéro repas, SF	Stéphane Lesquereux
04.12.2022	Spéléo, AD	Stéphane Lesquereux

GROUPE OJ

Lionel Corboz, 079 769 93 11, lionel.corboz@icloud.com

DATE	ACTIVITÉ
07.05.2022	1 ^{er} grimpe Valais central dalle à Bonvin-Petit St-Bernard
14.05.22	Prise d'eau de Saleinaz (Val Ferret) grimpe
21.05.2022	Vent d'en Haut (région les Marécottes) grimpe
04-06.06.2022	Haut Valais grimpe
11.06.2022	Rawyl longues voies
18.06.2022	Région Bas Valais longues voies, course d'arrête
2-3.07.2022	Un 4000 d'été (Nadelhorn-Strahlhorn...)

CAS GROUPE DE SION

11-15.07.2022	Dans la région des Grisons, Bernina... alpinisme
03.09.2022	Grimpe au Simplon
10-11.09.2022	A définir
17.09.2022	Grimpe à St Tryphon
24.09.2022	Grimpe à Evolène
30-01.10.2022	Grimpe et bivouac
08.10.2022	Grimpe à Miéville
15.10.2022	Grimpe à Dorénaz
17-22.10.2022	Grimpe en Grèce, Leonidio, dans le Péloponèse
29.10.2022	Grimpe au soleil
05.11.2022	Via ferrata-Grimpe-Pendule

GROUPE AJ

Nanthen Virgile, 079 274 72 37, virgile.nanthen@gmail.com

DATE	ACTIVITÉ
07.12.21-15.03.22	Grimpe en salle, Mur de grimpe du CAS Sion Infos sur le blog de l'AJ
03-04.01.22	Randonnée à ski, En Valais central...
08.01.22	Randonnée à ski, Freeride et « petite peau »
15.01.22	Initiation cascade de glace, Les Haudères
22.01.22	Randonnée à ski, La Sage pointe du Tsaté
29-30.01.22	Randonnée à ski, Au Simplon
05.02.22	Randonnée à ski, Arolla- Mel de la Niva
12.02.22	Initiation cascade de glace, La Sage
19.02.22	randonnée à ski, St Luc- Turtmann
26.02.22	Rando ski confetti, Albinen Schafberg
12-13.03.22	Rando à ski et cabane, Sortie de section
19.03.22	Randonnée à ski, Col N de Menouve
26-27.03.22	Rando. à ski + cabane, Cab. Lammeren – Montana
07.05.22	Samedi grimpe Bramois et Valais central
14.05.22	Samedi grimpe Bramois et Valais central
21.05.22	Samedi grimpe Bramois et Valais central
25.05.22	Après-midi grimpe
04-06.06.22	Mini-camp de grimpe Pentecôte (sous tente), vallee d'Aost
11.06.22	Samedi grimpe Bramois et Valais central
18.06.22	Samedi grimpe Bramois et Valais central
11 au 15.07.22	Camp d'alpinisme, Cabane Moiry escalade-alpinisme-glacier
25 au 29.07.22	Camp d'alpinisme, Bachlitalhütte grimpe + petit sommet + glacier
03.09.22	Samedi grimpe Bramois et Valais central
10-11.09.22»	bivouac et escalade dans la borgne
17.09.22	Samedi grimpe Bramois et Valais central
24.09.22	Samedi grimpe Bramois et Valais central
30.09(soir)+ 1.10	Bivouac et escalade dans la borgne
08.10.22	Samedi grimpe Bramois et Valais central
13-16.10.22	Camp d'escalade, Grimper, dormir sous tente, la mer...
29.10.22	Escalade, bloc
05.11.22	Sortie surprise

Président	Marcel Délèze	Ch. de Nendaz 7, 1991 Salins	079 818 68 59	pointde-fuite@bluewin.ch
Vice président	Jean Bernard Rouvinez	Ch. des Bernardine 45, 3960 Sierre	079 230 67 86	jb@rouvinez.com
Gestion des membres	Ottília Waser	Rue St-Charles 21, 3960 Sierre	079 205 38 79	waser.ottilia@bluewin.ch
Secrétaire	Anne-Françoise Clavier	Route des Champs 6, 3972 Miège	079 781 00 12	anne2rouaz@gmail.com
Caissier	Fernand Pellaton	Batterie St-Jean 415, 3961 St-Jean	076 391 73 87	fernandpellaton@bluewin.ch
Caissier-adjoint	Christine Bonnet	Batterie de la Fortsey/CP121, 3972 Miège	079 478 53 22	surle@bluewin.ch
Préposé aux chefs de course	Anne-Lyse Neyroud	Chemin des Ceps 6, 3960 Sierre	079 515 17 31	neyroudal@gmail.com
Responsable AJ/OJ	Daniel Ruppen	Route de Zinal, 3961 Ayer	079 689 78 52	daniel.ruppen@netplus.ch
Responsable GDR + webmaster	Pier Giorgio Redaelli	Ruelle du Banc de Cour 5, 3977 Granges	079 242 57 34	pigire@clubalpinsierra.ch
Préposé à la cabane de l'Ilhorn	Olivier Schalbetter	Ch. des Chêne 8, 3960 Sierre	079 629 17 46	schalby@msn.com
Assesseur conseiller	Pierre-Hervé Tavelli	Rue de Planzette 65, 3960 Sierre	078 667 60 98	ph.tavelli@netplus.ch

PROGRAMME CAS

DATE	ACTIVITÉ	CONTACT
11.12.21	Randonnée à ski - Hospice du Gd-St-Bernard	Adrien Perruchoud, 079 469 20 77
08.01.22	Cours avalanche avec DVA (cabane Illhorn) Prix: Fr. 50.- avec repas chaud	Adrien Perruchoud 079 469 20 77 + guide
15.01.22	Randonnée à ski - Schafberg	Joël Pernet, 079 724 46 68
28.01.22	Sortie claire de lune à Chandolin + fondue à la cabane Illhorn	Adrien Perruchoud, 079 469 20 77
12.02.22	Randonnée à ski - Col de la Roue	Ottília Waser, 079 205 38 79
12-13.03.22	Randonnée à ski - Suen, cabane Beccs de Bosson, Sasseneire	Adrien Perruchoud, 079 469 20 77
19-20.03.22	Course de section d'hiver - Organisé par le Groupe de Viège	Groupe de Viège
08-09-10.04.22	Randonnée à ski - Haute route (Région à définir)	Laurent Grichting guide, 079 725 73 72
06.05.22	AD de la section Monte Rosa à Brig	Voir site internet de la section
02-03.07.22	Alpinisme AD - Cabane Moiry, Pointe de Mourty, Dent des Rosses	Jimmy Schalbetter, 079 336 13 09
09-10.07.22	Randonnée T3 - Col de la Forclaz, Fenêtre d'Arpette, Champex	Anne Lyse Neyroud, 079 515 17 31
26.08.22	Soirée chefs course à Sierre (Préparation prg 2023) - raclette	Anne Lyse Neyroud, 079 515 17 31
27.08.22	Randonnée T2 - Fafleralp, Anenhütte, Fafleralp (Région Lötschental)	Debbie Haslimann, 078 774 85 85
27-28.08.22	Course de section d'été- Organisé par le Groupe de St-Nicolas (Topali)	Groupe de St-Nicolas
03-04.09.22	Randonnée T3+ - Cabane Tourtemagne, Barrhorn	Fabien Dierckx, 079 154 46 66
10-11.09.22	Randonnée (Région à définir)	Ottília Waser, 079 205 38 79
17.09.22	Randonnée T2 - Chemin panoramique Märjelen Stausee Fiescheralp	Debbie Haslimann, 078 774 85 85
01.10.22	Via Ferrata K4 - Kandersteg, Allmenalp	Olivier + Jimmy Schalbetter, 079 629 17 46
18.11.22	AG Groupe de Sierre - Restaurant Le Bourgeois à Sierre	Ottília Waser - 079 205 38 79
21.11.22	Foire Ste Catherine à Sierre	-
14.12.22	Verrée de Noël (lieu à définir, voir site internet)	-
Avril-octobre	17h, escalade	Marcel Délèze rassembl, 079 818 68 59

PROGRAMME AJ/OJ

DATE	ACTIVITÉ	CONTACT
18-19.12.21	Réunion des jeunes AJ-OJ	Daniel Ruppen, 079 689 78 52
18.12.21	Soirée, présentation de la nouvelle structure et programme 2022	Daniel Ruppen - Samedi
19.12.21	Journée du dimanche : formation avalanche, théorie, pratique avec DVA	Daniel Ruppen - Dimanche
08.01.22	Cascade de glace	Daniel Ruppen - Samedi
14.01.22	Randonnée raquettes à la pleine lune et fondue	Daniel Ruppen - Vendredi
22.01.22	Randonnée à skis	Daniel Ruppen - Samedi
05.02.22	Randonnée à skis	Daniel Ruppen - Samedi
18.02.22	Visite de la grotte glacière de Zinal, à la pleine lune et fondue	Daniel Ruppen - Vendredi
12.03.22	Cascade de glace	Daniel Ruppen - Samedi
26.03.22	Randonnée à skis	Daniel Ruppen - Samedi
09.04.22	Randonnée à skis	Daniel Ruppen - Samedi
19-23.04.22	5 jours d'escalade au Jura en camping ou auberge de jeunesse	Daniel Ruppen, 079 689 78 52
Mi mars à juin	Les mercredis après-midi escalade	Daniel Ruppen, daniel.ruppen@netplus.ch
26-29.05.22	4 jours Ascension: escalade à la vallée d'Aoste, camping	Daniel Ruppen, 079 689 78 52
4-5-6.06.22	3 jours Pentecôte : escalade en Valais central, camping	Daniel Ruppen, 079 689 78 52
18-19.06.22	2 jours Cours de glace	Nuit au dortoir du barrage
18.06.22	1 ^e jour : glacier de Moiry	Daniel Ruppen, 079 689 78 52
19.06.22	2 ^e jour : Pigne de la Lè ou Pte de Mourty	Daniel Ruppen, daniel.ruppen@netplus.ch
04-09.07.22	6 jours Escalade et course cabane Wiwanni	Daniel Ruppen, 079 689 78 52
08-10.08.22	3 jours Almagelleralphütte, escalade et ascension Weissmies 4'027 m	Daniel Ruppen, 079 689 78 52
27.08.22	Jägerhorn, escalade	Daniel Ruppen - Samedi
24-25.09.22	2 jours Escalade au Tessin, logement auberge de la jeunesse	Daniel Ruppen, 079 689 78 52
Nov - 21.12	Les mercredis après-midi escalade	Daniel Ruppen, 079 689 78 52

PROGRAMME GDR

DATE	ACTIVITÉ	CONTACT
26.01.22	(Raquettes) - Finnen-Sättle (Selon neige)	Franz Pointner - 027 455 37 49
26.01.22	(Raquettes) - Cave du Sex (Selon neige)	Franz Pointner - 027 455 37 49
9.02.22	(Raquettes) - Rothwald-Burst-Rothwald (Selon neige)	Ingrid Brigger - 078 802 58 83
23.02.22	(Raquettes) - Nirement (Selon neige)	Monica Simonet - 079 584 45 39
09.03.22	(Raquettes) - Tour du Corbeau (Selon neige)	Pier Giorgio Redaelli - 079 242 57 34
23.03.22	(Raquettes+ski alpin) - Chandolin (avec fondue)	Fernand Pellaton - 076 391 73 87 / Pier Giorgio
06.04.22	(Pédestre) - Liddes-La Douay	Pier Giorgio Redaelli - 079 242 57 34
13.04.22	(Pédestre) - Charrat-Sapinhaut-Charrat	Roland Bourgnon - 078 648 20 88
21.04.22	(Pédestre) - Marche grillade (surprise)	Chalotte Christen 027 456 48 22 / Françoise S.

CAS GROUPE DE SIERRE

27.04.22	(Pédestre) - Stalden-Raftgarten	Franz Pointner - 027 455 37 49
04.05.22	(Pédestre) - Sortie botanique aux Follatères avec Rose Panchar	Pier Giorgio Redaelli - 079 242 57 34 / Rose P.
11.05.22	(Pédestre) - Bisse de Breita-Visperterminen	Marie-Jo Gianadda - 079 506 86 43
18.05.22	(Pédestre) - Martigny-Closait-La Fontaine	Pier Giorgio Redaelli - 079 242 57 34
25.05.22	(Pédestre) - Salin les deux bisses	Georges Rouvinez - 079 567 87 38
01.06.22	(Pédestre) - St.Maurice-Combes-Daviaz	Pier Giorgio Redaelli - 079 242 57 34
08.06.22	(Pédestre) - Salvan-Gorges Dailley-Salvan	Roland Bourgnon - 078 648 20 88
15.06.22	(Pédestre) - Soussillon-Ponchèt (boucle)	Fernand Pellaton - 076 391 73 87
18-25.06.22	(Pédestre) - Semaine à Pontresina (GR) - Infos sur la page web	Guy Theler - 079 417 12 58 / Pier Giorgio R.
29.06.22	(Pédestre) - Mines de St-Luc à Chandolin	Guy Theler - 079 417 12 58
06.07.22	(Pédestre) - Promenade des arolles	Fernand Pellaton - 076 391 73 87
13.07.22	(Pédestre) - Grotte de l'ours à Taney avec Basterrechea A. archéol.	Pier Giorgio Redaelli - 079 242 57 34
20.07.22	(Pédestre) - Lac des Autannes	Fernand Pellaton - 076 391 73 87
27.07.22	(Pédestre) - Pic d'Artsinol	Roland Bourgnon - 078 648 20 88
03.08.22	(Pédestre) - Wannehorn	Pier Giorgio Redaelli - 079 242 57 34
10.08.22	(Pédestre) - Sentier des 5 lacs à Zermatt	Guy Theler - 079 417 12 58
17.08.22	(Pédestre) - Villa-Tsaté-Villa	Roland Bourgnon - 078 648 20 88
24.08.22	(Pédestre) - Sentier didactique à Bouzerou + fondue	Guy Theler - 079 417 12 58
31.08.22	(Pédestre) - Finnen-Honalpa-Sättle	Franz Pointner - 027 455 37 49
07.09.22	(Pédestre) - L'A Vieille-Becs de Bosson	Guy Theler - 079 417 12 58
14.09.22	(Pédestre) - Gruben-Simmigu-Meidbach	Jean-Louis Pitteloud - 079 446 05 93
21.09.22	(Pédestre) - Cab. La Tourche par Joverne	Monica Simonet - 079 584 45 39
28.09.22	(Pédestre) - Rinderhütte (tour du Horlini)	Laurence Comina - 078 603 95 47
05.10.22	(Pédestre) - Les Mottales-Plan Châtel	Monica Simonet - 079 584 45 39
19.10.22	(Pédestre) - Susten-Radet-Brentjong	Vica Gabioud - 079 779 64 06
02.11.22	(Pédestre) - Marche vers plat de gibier (surprise)	Vica Gabioud - 079 779 64 06 / Roland B.
16.11.22	Randonnée pédestre - Réserve éventuel rattrapage (voir page web)	Pier Giorgio Redaelli - 079 242 57 34

**NOUS VOUS INVITONS À CONSULTER RÉGULIÈREMENT
NOTRE SITE INTERNET POUR LES PRÉCISIONS « DERNIÈRE MINUTE »**

Präsident	Christian Grütter	St. Jodernstrasse 12, 3930 Visp	078-898 53 31 christian.gruetter@geoverm.ch
Vizepräsident	Marco Andenmatten	Hauptstrasse 54, 3903 Birgisch	079-703 29 35 andenmatten.marco@gmx.ch
Mitgliederverwalter	Karin Herberts	Umfahrungsstrasse 20, 3953 Leuk-Stadt	077-431 58 64 karin.herberts@bluewin.ch
Aktuar	Karin Merck	Brei 81, 3911 Ried-Brig	079-422 19 31 karin.merck@greenmail.ch
Kassier	Peter Rudin	Dorfstrasse 19, 3934 Zeneggen	079-287 30 12 rudinpeter@gmx.ch
Tourenchef	Marco Andenmatten	Hauptstrasse 54, 3903 Birgisch	079-703 29 35 andenmatten.marco@gmx.ch
JO-Chef	Jérôme Beffa	Foschastrasse 55, 3970 Salgesch	079-891 37 77 jebeffa@hotmail.ch
KIBE-Chef	Michèle Berchtold	Ebnetstrasse 49, 3982 Bitsch	079-797 30 58 micheleberchtold@hotmail.com
Coach JS	Joel Gruber	Kleegärtenstrasse 11, 3930 Visp	079-751 90 35 joel.alpin@gmail.com

PROGRAMM SAC

DATUM	AKTIVITÄT	KONTAKT
09.01.2022	Skitour Hohture Ried-Brig	Altpeter Friedhelm, 079 406 4469
14.01.2022	Skitour Gandhorn Binn	Wolf Brigitte, 079 456 9554
16.01.2022	Skitour Einigs Alichji Gampel-Bratsch	Altpeter Friedhelm, 079 406 4469
22./23.01.2022	Skitour Ausbildungswochenende Simplon	Andenmatten Marco, 079 703 2935
30.01.2022	Skitour Stockji Goms	Altpeter Friedhelm, 079 406 4469
06.02.2022	Skitour Stockhorn Binn	Tschumi Johannes, 079 689 5038
13.02.2022	Schneeschuhtour Chly-Chaschtelhorn Goms	Herberts Karin, 077 431 5864
19.02.2022	Skitour Mont Rogneux Val de Bagnes	Altpeter Friedhelm, 079 406 4469
25.02.2022	Skitour Dri Mannlini Goms	Wolf Brigitte, 079 456 9554
06.03.2022	Skitour Gitzifurggu Ferden	Altpeter Friedhelm, 079 406 4469
13.03.2022	Skitour Ginalshorn Unterbäch	Tschumi Johannes, 079 689 5038
19./20.03.2022	Skitour Sektionstour Winter	Andenmatten Marco, 079 703 2935
26./27.03.2022	Skitour Jungfraugebiet Fieschertal	Andenmatten Marco, 079 703 2935
03.04.2022	Skitour Breithorn Simplon	Altpeter Friedhelm, 079 406 4469
09.04.2022	Skitour Hübschhorn Simplon	Wolf Brigitte, 079 456 9554
15.04.2022	Skitour Augstbordhorn Törbel	Altpeter Friedhelm, 079 406 4469
24.04.2022	Skitour Wilerhorn Niedergesteln	Grütter Christian, 078 898 5331
29./30.04.2022	Skitour Rimpfischhorn Saas-Almagell	Wolf Brigitte, 079 456 9554
01.05.2022	Klettern Finnen Eggerberg	Theler Orlando, 079 689 6661
05.-08.05.2022	Klettern Kletterlager Ponte Brolla	Oggier Andreas, 079 392 0412
12.06.2022	Klettern Wiwannahorn Ausserberg	Theler Orlando, 079 689 6661
25./26.06.2022	Hochtour Ausbildungswochenende	Andenmatten Marco, 079 703 2935
03.07.2022	Hochtour Pigne de la Lé Moiry	Altpeter Friedhelm, 079 406 4469
09.07.2022	Hochtour Weissmies Saas-Grund	Altpeter Friedhelm, 079 406 4469
16./17.07.2022	Hochtour Balfrin Grächen	Grütter Christian, 078 898 5331
22./23.07.2022	Hochtour Nesthorn Naters	Wolf Brigitte, 079 456 9554
30./31.07.2022	Hochtour Gspaltenhorn Reichenbach i. K.	Andenmatten Marco, 079 703 2935
06.08.2022	Wandern Brunnethorn Oberems	Bregy Christian, 079 457 0694
21.08.2022	Klettern Grimsel Obergoms	Theler Orlando, 079 689 6661
27./28.08.2022	Sektionstour Sommer St. Niklaus (Topali)	Andenmatten Marco, 079 703 2935
02./03.09.2022	Hochtour Portjengrat Saas-Almagell	Wolf Brigitte, 079 456 9554
04.-04.09.2022	Klettern Riffelhorn Zermatt	Kämpfer Thomas, 078 807 7050
17.09.2022	Wandern Glishorn Brig-Glis	Altpeter Friedhelm, 079 406 4469
25.09.2022	Klettersteig Gibidum Naters	Herberts Karin, 077 431 5864
11.11.2022	GV Visp	Merck Karin, 079 422 1931

HALLENKLETTERN AM ABEND 18:30 - 21:00		KONTAKT
17.11.2021	Klettern Hallenklettern Visp	Herberts Karin, 077 431 5864
24.11.2021	Klettern Hallenklettern Visp	Herberts Karin, 077 431 5864
01.12.2021	Klettern Hallenklettern Visp	Herberts Karin, 077 431 5864
08.12.2021	Klettern Hallenklettern Visp	Herberts Karin, 077 431 5864
15.12.2021	Klettern Hallenklettern Visp	Herberts Karin, 077 431 5864
22.12.2021	Klettern Hallenklettern Visp	Andenmatten Marco, 079 703 2935
05.01.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Andenmatten Marco, 079 703 2935
12.01.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Andenmatten Marco, 079 703 2935
19.01.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Andenmatten Marco, 079 703 2935
026.01.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Tschumi Johannes, 079 689 5038
02.02.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Tschumi Johannes, 079 689 5038
09.02.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Tschumi Johannes, 079 689 5038
16.02.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Tschumi Johannes, 079 689 5038
23.02.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Grütter Christian, 078 898 5331
02.03.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Grütter Christian, 078 898 5331
09.03.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Grütter Christian, 078 898 5331
16.03.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Grütter Christian, 078 898 5331
23.03.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Grütter Christian, 078 898 5331
30.03.2022	Klettern Hallenklettern Visp	Herberts Karin, 077 431 5864

PROGRAMM JO

Beffa Jérôme, 079 891 37 77

DATUM	AKTIVITÄT
14.01.2022	Klettern Abendklettern Bitsch
23.01.2022	Eisklettern Chalchofen Saas-Grund
28.01.2022	Klettern Abendklettern Baltschieder
06.02.2022	Skitour Freeride mit Lawinenausbildung Torrent
11.02.2022	Klettern Abendklettern Saxon
25.02.2022	Klettern Abendklettern Naters
12./13.03.2022	Skitour Sektionstour Gemmi
18.03.2022	Klettern Abendklettern Visp
01.04.2022	Klettern Abendklettern Baltschieder
15.-18.04.2022	Skitour Lukmanier Maighels
29.04.2022	Klettern Abendklettern Saxon
13.05.2022	Klettern Abendklettern Trämel
26.-29.05.2022	Klettern Auffahrtklettern Finale
25./26.06.2022	Hochtour Ausbildungswochenende Orny
17.07.2022	Hochtour Gletschertour Aletsch
06./07.08.2022	Hochtour Grand Combin Bourg-St-Pierre
10./11.09.2022	Hochtour Sektionstour Moiry
25.09.2022	Hochtour Mehrseillängenroute Sanetsch
15.-23.10.2022	Klettern Kletterwoche Calanque
11.11.2022	GV Visp - Merck Karin, 079 422 19 31

PROGRAMM AJ

Berchtold Michèle-Martine, 079 797 3058

DATUM	AKTIVITÄT
18.12.2021	Skitour Skitag Belalp Naters
08.01.2022	Skitour Wallis
29.01.2022	Skitour Wallis
19.02.2022	Skitour Wallis
12.03.2022	Skitour Wallis
12./13.03.2022	Skitour Sektionstour Gemmi
02.04.2022	Skitour Wallis
23.04.2022	Klettern Wallis
26.-29.05.2022	Klettern Auffahrtklettern Italien
18.06.2022	Klettern Wallis
09.07.2022	Klettern Wallis
30.07.2022	Klettern Wallis
20./21.08.2022	Klettern Furkapass Obergoms
10./11.09.2022	Hochtour Sektionstour Moiry
24.09.2022	Klettern Wallis
18.-22.10.2022	Klettern Herbstlager Wallis
11.11.2022	GV Visp Merck Karin, 079 422 19 31

Präsident	Jan Schnidrig	Haus Mürini 10, 3920 Zermatt	078 606 34 62	jan.schnidrig@gmx.net
Vizepräsident	Michel Lochmatter	Villenweg 8, 3900 Brig	079 326 96 00	m.lochmatter@hotmail.com
Mitgliederverwalter	Thomas Sarbach	Haltenrain 11, 3713 Reichenbach	078 730 53 92	sarbachthomas@gmail.com
Aktuar	Serge Schnidrig	Tirlerstrasse 5, 3930 Visp	078 880 19 77	serge.schnidrig@gmx.ch
Kassier	Thomas Sarbach	Haltenrain 11, 3713 Reichenbach	078 730 53 92	sarbachthomas@gmail.com
Tourenchef	Jean-Paul Imboden	Schlumattstrasse 36, 3920 Zermatt	078 812 82 05	jp_imbodi@gmx.ch
JO-Chef	Kusi Sarbach	Talstrasse 22, 3924 St. Niklaus	079 230 58 24	kusi.sarbach@bluewin.ch
Materialverwalter	Damian Schnidrig	Feld 15, 3924 St. Niklaus	078 603 08 77	damisch@bluewin.ch
Rettungschef	Rudolf Pollinger	Haus Denali, 3927 Herbriggen	079 416 35 91	info@swiss-mountainguide.ch
Beisitzer	Louis Lochmatter	Hublen 29, 3924 St. Niklaus	079 554 04 47	louis.lochmatter@hotmail.com
Beisitzer	Ken Pollinger	Feld, 3924 St. Niklaus	079 668 32 00	

PROGRAMM SAC

DATUM	AKTIVITÄT	KONTAKT
26.11.2021	Schnuppertag Boulderkeller	Jean-Paul Imboden, 078 812 82 05
02.01.2022	Schneeschuwwanderung	Priska Dellberg, 078 817 01 13
09.01.2022	Ausbildungstag Winter	Denis Gruber, 076 499 31 32
23.01.2022	Einsteigerskitour und Schneeschuhtour regional inkl. JO	Kusi Sarbach, 079 230 58 24
06.02.2022	Skitour regional	Simon Brantschen, 079 689 94 54
16.02.2022	Patrouille-Training im Vollmond	Louis Lochmatter, 079 554 04 47
20.02.2022	Skitour im Wälschu	Philippe Chanton, 079 221 17 25
06.03.2022	Skitour regional	Serge Schnidrig, 078 880 19 77
18.03.2022	Vollmondtour mit Fondue-Plausch	Michel Lochmatter, 079 326 96 00
19./20.03.2022	Sektionstour Winter, OG Visp	Philippe Chanton, 079 221 17 25
27.03.2022	Skitour mit Sulzabfahrt	Jean-Paul Imboden, 078 812 82 05
31.03.-03.04.2022	Skitourentage Schweiz	Denis Gruber, 076 499 31 32
09./10.04.2022	Spezialtour Aletschhorn	Jean-Paul Imboden, 078 812 82 05
18.04.2022	Ostertour Böshorn	Philippe Chanton, 079 221 17 25
25.04.-01.05.2022	Patrouille des Glaciers 2022	www.pdg.ch
06.05.2022	DV Sektion Monte Rosa in Brig	www.section-monte-rosa.ch
15.05.2022	Familienklettern mit Grillieren	Thomas Sarbach, 078 730 53 92
28.05.2022	Aufstellen Waldfest	Vorstand, 079 554 04 47
04./05.06.2022	Waldfest JO-SAC	Vorstand, 079 554 04 47
06.06.2022	Aufräumen Waldfest	Vorstand, 078 812 82 05
19.06.2022	Sommerausbildung	Jan Schnidrig, 078 606 34 62
26.06.2022	Klettersteig Allmenalp-Kandersteg	Adrian Köppel, 079 703 47 72
02.07.2022	Saisonöffnung Topalihütte	Georg Deck, 079 529 22 72
10.07.2022	Einstiegstour Sommer Allalin inkl. JO	Kusi Sarbach, 079 230 58 24
24.07.2022	Sonnenaufgangswanderung Seehorn	Michel Lochmatter, 079 326 96 00
30.07.2022	Trailrunning Topali	Philippe Chanton, 079 221 17 25
06./07.08.2022	Familienprojekt Alphubel (Tagestour für Trainierte auch möglich)	Jan Schnidrig, 078 606 34 62
20./21.08.2022	Bortelhorn	Serge Schnidrig, 078 880 19 77

27./28.08.2022	Sektionstour Sommer OG Zaniglas, Topalihütte	Philippe Chanton, 079 221 17 25
03.09.2022	Spezialtour Grisighorn	Denis Gruber, 076 499 31 32
08.-11.09.2022	Sommertourentage Furkagebiet	Jean-Paul Imboden, 078 812 82 05
24.09.2022	Biketour	Peter Werro, 079 270 23 98
25.09.2022	Raclette-Bummel	Vorstand, 078 603 08 77
01./02.10.2022	Herbstwanderung Uri/Goms	Priska Dellberg Chanton, 078 817 01 13
10.-13.10.2022	Herbstklettern mit JO	Denis Gruber, 076 499 31 32
11.11.2022	GV Ortsgruppe St. Niklaus	Vorstand / Jan Schnidrig, 078 606 34 62

PROGRAMM JO

Kusi Sarbach – Talstrasse 22, 3924 St. Niklaus – 079 230 58 24 – kusi.sarbach@bluewin.ch

DATUM	AKTIVITÄT
11.12.2021	Schneeschuh-Schnuppertag Zermatt
27.12.2021	Klettern in einer Kletterhalle
29.12.2021	Neujahrsskitour - Schneeschuhtour
09.01.2022	Ausbildungstag Skitouren (mit SAC)
23.01.2022	Einsteigertour Hungerberg Oberwald (mit SAC)
06.02.2022	Skifahren / Freeriden 1
20.02.2022	Skifahren / Freeriden 2
05.03.2022	Skitour Simplon
18.03.2022	Vollmondtour (mit SAC)
02.04.2022	Klettern Mittelwallis
23.04.2022	Klettern Unterwallis
15.05.2022	Familienklettern mit SAC
28.05.2022	Klettern St. Niklaus
12.06.2022	Klettersteig Zermatt
02.07.-09.07.22	Kletterlager im Tessin
10.07.2021	Allalin für alle / Einsteigertour (mit SAC)
24.07.2022	Sonnenaufgangstour Seehorn (mit SAC)
06./7.08.22	Familienprojekt Alphubel (mit SAC)
11.09.2022	Herbstklettern Naters
25.09.2022	Herbstklettern St.Niklaus
10.-13.10.22	Klettertage im Herbst 1 (mit SAC)
17.-20.10.22	Klettertage im Herbst 2
11.11.2022	GV der Ortsgruppe St. Niklaus
Immer Mittwochs	Ende Oktober - Ostern» 17h00 bis 18h15: Hallenklettern in Herbriggen für Jugendliche und Kinder ab 10 Jahre. Jüngere melden sich beim JO-Chef»
Immer Freitags	17h30 bis 18h30: Bouldertraining im Bouldertempel St. Niklaus
Ganzes Jahr	Hallenklettern in Grächen nach Voranzeige

Präsident	Peter Planche	Dammweg 11d, 3904 Naters	079 248 78 15	peter@planche.ch
Aktuarin	Flurina Schnider	Napoleonstrasse 52, 3902 Glis	076 596 89 42	willi.julier@encon.ch
Tourenchef	Philipp Salzmann	Sennereigasse 8, 3900 Brig	079 436 74 54	philipp.salzmann@valaiscom.ch
JO Chef	Pascal Hanselmann	Holzachra 25, 3902 Glis	079 812 81 90	sac.pascal@gmail.com
Coach J+S	Kilian Bumann	Simplonstrasse 137, 3911 Ried-Brig	078 604 20 04	kilian.bumann@sunrise.ch
Kassierin	Sabine Weiss	Dorfplatz 18, 3902 Glis	076 493 04 93	swei@sunrise.ch
Mitgliederdienst	Jeannette Meichtry	Oberer Saltinadamm 24, 3902 Glis	079 522 56 00	jmeichtry@valaiscom.ch
Homepage	Christoph Pfammatter	Ragazerstr. 21b, 7320 Sargans	079 789 87 76	chrispf@bluewin.ch
UG Visperterminen	Eveline Studer	Bahnhofstrasse 5, 3904 Naters	079 436 99 28	evistuder@gmx.ch
UG Visperterminen	Philipp Summermatter	Unterstalden 129, 3932 Visperterminen	079 457 44 22	philipp.sum@gmx.ch

PROGRAMM SAC A-GRUPPE

DATUM	AKTIVITÄT	KONTAKT
04.01.2022	Leichte Abend-Skitour	Sabine Weiss, +41 76 493 04 93
08.01.2022	Eisklettern für Anfänger	Pascal Hanselmann, +41 79 812 81 90
14.01.2022	Heida Race	https://heida-race.jimdosite.com
15.01.2022	Eisklettern für Fortgeschrittene MSL	Pascal Hanselmann, +41 79 812 81 90
20.01.2022	Leichte Abend-Skitour	Uli Lennert, +41 79 529 95 90
23.01.2022	Winterausbildung	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
29.01.2022	Gandhorn	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
01.02.2022	Leichte Abend-Skitour	Sabine Weiss, +41 76 493 04 93
05.02.2022	Guggilhorn	Luca Colonna, +41 79 717 19 80
10.02.2022	Leichte Abend-Skitour	Uli Lennert, +41 79 529 95 90
12.02.2022	Daubenhorn - Roter Totz	Barbara Ceccarelli, +41 79 255 01 40
16.02.2022	Augsbordhorn	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
20.02.2022	Blashorn	Luca Colonna, +41 79 717 19 80
26.02.2022	Wildstrubel	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
01.03.2022	Leichte Abend-Skitour	Sabine Weiss, +41 76 493 04 93
05.03.22	Allalin	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
06.03.22	Grande Lui (Tagestour ab La Fouly 1900hm)	Sabine Weiss, +41 76 493 04 93
12.03.2022	Zermatter Breithorn	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
19/20.03.2022	Sektionstour Winter	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
26/27.03.2022	Basodino Skitour	Michael Kimmig, +41 79 544 74 49
02.04.2022	Pollux	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
03.04.22	Galehorn	Barbara Ceccarelli, +41 79 255 01 40
03.04.2022	Wyssgrat und Simelihorn mit Abfahrt ins Saas.	Marco Zimmermann, +41 79 829 81 34
05.04.2022	Leichte Abend-Skitour	Sabine Weiss, +41 76 493 04 93
9/10.04.2022	Monte Rosa Süd mit Capanna Marguerita	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
14.04.2022	Leichte Abend-Skitour	Uli Lennert, +41 79 529 95 90
23.04.2022	Monte Leone	Luca Colonna, +41 79 717 19 80
01.05.22	Zeneggen, Verschneidung, Mehrseiläuentour	Marco Zimmermann, +41 79 829 81 34

03.05.2022	Leichte Abend-Wanderung	Sabine Weiss, +41 76 493 04 93
21.05.2022	Sustenhorn	Sabine Weiss, +41 76 493 04 93
4/5.06.2022	Sommerausbildung	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
07.06.2022	Leichte Abend-Wanderung	Sabine Weiss, +41 76 493 04 93
18.06.2022	Klettern Pissevache «Bravo Lapp 5b+ (5a obl.)»	Jonas Bürcher, +41 79 531 84 50
02.07.22	Klettern in Bramois	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
05.07.2022	Leichte Abend-Wanderung	Sabine Weiss, +41 76 493 04 93
16.07.22	Überschreitung Sparrhorn-Hülsenhorn Belalp	Sascha Amstutz, +41 79 565 69 62
17/18.07.2022	Fletschhorn-Lagginhorn, via Bivacco de Zen	Marco Zimmermann, +41 79 829 81 34
23.07.2022	Joderhorn SE-Grat 5a (4c obl.)	Jonas Bürcher, +41 79 531 84 50
02.08.2022	Leichte Abend-Wanderung	Sabine Weiss, +41 76 493 04 93
06.08.2022	Arpelistock	Rafaela Bregy, +41 79 750 10 28
06.08.2022	Grisighorn S-Grat Belalp	Jonas Bürcher, +41 79 531 84 50
13.08.22	Breithorn Zermatt (einfacher 4000er)	Sascha Amstutz, +41 79 565 69 62
20.08.2022	Wanderung aufs Barrhorn	Uli Lennert, +41 79 529 95 90
27/28.08.2022	Sektionstour Sommer	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
03.09.2022	Lobhörner Überschreitung Berner Oberland	Sascha Amstutz, +41 79 565 69 62
17/18.09.2022	Gletschhorn Furkagebiet	Jonas Bürcher, +41 79 531 84 50
24.09.2022	Rothorn-Alpjuhorn-Baltschiederatal	Marco Zimmermann, +41 79 829 81 34
01.10.2022	Mehrseillängenroute Wiwanni	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54
08.10.2022	Klettern Italien Falesia del Paradiso	Philipp Salzmann, +41 79 436 74 54

Wöchentliche Anlässe:

Jeden Dienstagabend klettern, draussen oder in der Halle.

Jeden Mittwochabend im Winter eine Abendskitour und im Sommer trailrunning.

PROGRAMM SAC B-GRUPPE

DATUM	AKTIVITÄT	KONTAKT
07.04.22	Wanderung	Anni Walker, 078 606 47 33, uli.walker@gmx.ch
05.05.22	Wanderung	Kurt Seiler, 079 628 77 07, seiler.kurt@bluewin.ch
02.06.2022	Wanderung	Heinz Schmid, 079 286 69 43, schmidh@bluewin.ch
07.07.2022	Wanderung	Viktor Leumann, 027 934 32 61, v.leumann@bluewin.ch
04.08.2022	Wanderung	Willi Julier, 027 530 01 62, willi.julier@encon.ch
01.09.2022	Wanderung	Jeannette Meichtry, 079 522 56 00, jmeichtry@valaiscom.ch
22.09.2022	Wanderung	Ewald Salzmann, 079 354 83 20, ewald.salzmann@bluewin.ch
06.10.2022	Wanderung	Elisabeth Büchi, 079 316 98 80, buechi.e@bluewin.ch
16.09.2021	Wanderung	Ewald Salzmann, 027 923 64 71, ewald.salzmann@bluewin.ch
30.09.2021	Wanderung	Elisabeth Büchi, 079 316 98 80, buechi.e@bluewin.ch

Anmeldungen an den jeweiligen Tourenleiter oder an Anni Walker.

Anni Walker, 078 606 47 33, uli.walker@gmx.ch

PROGRAMM VISPETERMINEN

DATUM	AKTIVITÄT	KONTAKT
08.01.2022	Tour mit Abschlussabend OK	Vorstand (Evi Studer, 0794369982)
14.01.2022	Heida Race	Philipp Summermatter, 0794574422
28.-30.01.2022	Ausbildung für Tourenleiter	Gerald Zimmermann, 0792210249
14.02.2022	Vollmondtour	Adolar Zimmermann, 0793845524
19./20.02.2022	Tour im Simmental	Heinz Zimmermann, 0795993037
27.02.2022	Grand Chavalard	Bernhard Salzgeber, 0794334453
12.03.2022	Tour ab Heiligkreuz	Michael Studer, 0793725342
26./27.03.2022	Tour mit Martin Burgener und David Studer	David Studer, 0797700338
02.04.2022	Turtmannspitze von ST Luc	Rafael Zimmermann, 0792140528
17.04.2022	Raclette Osterrennen	Philipp Summermatter, 0794574422
23./24.04.2022	Tour mit Mario Zeiter und Philipp Summermatter	Philipp Summermatter, 0794574422
26.-29.05.2022	Klettertage über Auffahrt	Michael Studer, 0793725342
25.06.2022	Wandertag für Frauen Val de Bagne	Evi Studer, 0794369982
25.06.2022	Ausbildung für Männer	Meinrad Bittel, 0792136352
16./17.7.2022	Bruneggghorn	Philipp Summermatter, 0794574422
30./31.07.2022	Wanderweekend	Markus & Gisela Studer, 0793480509
06./07.08.2022	KIBE	Carlo Kreuzer, 0793782058
13.-15.08.2022	Tourenleitertour	Michael Studer, 0793725342
27.08.2022	Point de Drône	Gaston Heinzmann, 0774050234
10.09.2022	Mehrseilklettertour	Philipp Summermatter, 0794574422
24./25.09.2022	Kulinarik	
14.10.2022	Tourenleiterhock	Philipp Summermatter, 0794574422

PROGRAMM JO

DATUM	AKTIVITÄT	KONTAKT
08-09.01.2022	Eisklettern Engstligenalp	Ramona Volken
19.01.2022	Winterausbildung	Flurina Schnider / Ingrid Senn
05.02.2022	Eisklettern	Pascal Hanselmann
19.02.2022	Skitour	Pascal Hanselmann
05.03.2022	Skitour	Pascal Hanselmann
19-20.03.2022	Biwakieren	Nicole Rittiner
24.04.2022	Klettern Sidlers	Pascal Labarile
08-11.05.2022	Kletterlager Frühjahr	Pascal Labarile
29.05.2022	Klettern Fortgeschritten	Pascal Labarile
11.06.2022	Familihtag	Flurina Schnider
04-07.07.2022	Hochtourenlager	Ramona Volken
20-21.08.2022	Kletterwochenende	Pascal Hanselmann
10.09.2022	Bouldern	Pascal Hanselmann
24.09.2022	Klettern	Ingrid Senn
12-16.10.2022	Kletterlager Herbst	Pascal Hanselmann

Adresse inexacte,
retour à:
Imprimerie du Bourg Sàrl
Rue des Fontaines 6
1920 Martigny

AIR-GLACIERS

COMPAGNIE  D'AVIATION

Là pour vous, où et quand
vous en avez besoin.

Für Sie da, wo und wann
Sie es brauchen.



Commandez maintenant
votre carte de sauvetage.
Dès CHF 35.-/an



Bestellen Sie jetzt
Ihre Rettungskarte.
Schon ab CHF 35.-/Jahr

WWW.AIR-GLACIERS.CH