



SE^{CT}ION
MONTE ROSA 1865
LA CORDÉE / DIE SEILSCHAFT



IMPRESSUM

RÉDACTION ET ADMINISTRATION

Christophe Biolaz
La Cordée
Chemin du Bredaz 7
1872 Troistorrens
lacordee@cas-martigny.ch
Tél. 027 722 19 31
Natel 079 263 91 93

IMPRESSION

Imprimerie du Bourg
Rue des Fontaines 6
1920 Martigny
Tél. 027 722 19 31
Fax 027 722 09 31

COUVERTURE



La Transvalaisanne, Gruben
photo: © Pascal Miéville,
www.sismic.ch

EDITIONS 2015 DÉLAI RÉDACTIONNEL

N°1	15.02.2015
Parution:	20.03.2015
N°2	15.05.2015
Parution:	20.06.2015
N°3	15.08.2015
Parution:	20.09.2015
N°4	15.11.2015
Parution:	20.12.2015

Dans le cadre du 150°
une 5^e édition paraîtra
durant l'année.

COMITÉ DE SECTION MONTE ROSA SEKTIONSVORSTAND SEKTION MONTE ROSA

PRÉSIDENT / PRÄSIDENT	François Dufour route du Rawyl 25 1950 Sion	dufour@slf.ch H 079 653 58 49 M 027 322 00 25
VICE-PRÉSIDENT, SECRÉTAIRE VIZEPRÄSIDENT, SEKRETÄR	Pierre-André Veuthey Case postale 200 1920 Martigny	etude@veuthey.ch P 027 722 21 12
VICE-PRÉSIDENT, CHEF DE COURSES VIZEPRÄSIDENT, TOURENCHEF	Philippe Chanton Bammattenweg 34 3904 Naters	PhChanton@gmx.ch H 079 221 17 25
FINANCES / FINANZEN	Peter Planche Dammweg 11d 3904 Naters	peter@planche.ch P 027 530 04 79 H 079 248 78 15
CHEF DES CABANES HÜTTENCHEF	Philippe de Kalbermatten Portes Neuves 4 1950 Sion	cocamoro@dekalbermatten-archi.ch P 027 566 70 00 H 079 416 29 88
CHEF TECHNIQUE TECHNISCHER LEITER	Christian Grütter St. Jodernstrasse 12 3930 Visp	christian.gruetter@geoverm.ch P 027 967 03 81 H 078 898 53 31
ENVIRONNEMENT UMWELT	Mireille Bertizzolo Route des Rives 10 1872 Troistorrens	m.bertizzolo@bluewin.ch H 079 654 32 81
RÉDACTION LA CORDÉE REDAKTION DIE SEILSCHAFT	Christophe Biolaz Chemin du Bredaz 7 1872 Troistorrens	lacordee@cas-martigny.ch P 027 722 19 31 H 079 263 91 93

LA CORDÉE / DIE SEILSCHAFT

RÉDACTION REDAKTION	Christophe Biolaz Chemin du Bredaz 7 1872 Troistorrens	lacordee@cas-martigny.ch P 027 722 19 31 H 079 263 91 93
RÉDACTION HAUT-VALAIS REDAKTION OBERWALLIS	Juliane Anderreggen Bleikustrasse 2 3911 Ried-Brig	juklan@gmx.ch P 027 923 76 71

BIBLIOTHÈQUE / BIBLIOTHEK

BIBLIOTHÉCAIRE BIBLIOTHEKAR	Simon Roth Avenue de Pratifiori 18 1950 Sion	simon.roth@mediatheque.ch P 027 606 45 81
--------------------------------	--	--

COMMISSION DES FINANCES / FINANZKOMMISSION

MEMBRE / MITGLIED	Stéphane Marquis Chemin du Battoir 12 1964 Conthey	stephane.marquis@firho.ch P 027 322 21 65
MEMBRE / MITGLIED	Pierre-Emile Devanthéry Route de la Gare 14 1869 Massongex	caisse@cas-martigny.ch H 079 507 61 33
CABANES / HÜTTEN	Imhasly-Planche Treuhand AG Rhonesandstrasse 24 3900 Brig	stefan@imhasly-planche.ch P 027 922 11 99 H 078 790 11 92
SECTION / SEKTION	Peter Planche Dammweg 11d 3904 Naters	peter@planche.ch P 027 530 04 79 H 079 248 78 15

M = Maison / Privat

H = Mobile / Handy

P = Professionnel / Büro

LE MOT DU PRÉSIDENT

LE PLAISIR ET LA FIERTÉ DU CHEF DE COURSE

Qui peut être assez fou pour accepter le rôle de chef de course au Club Alpin... de prendre des risques et des responsabilités alors qu'il n'est même pas payé.... d'avoir une dizaine de personnes derrière lui qui le suivent... aveuglément quand tout va bien et tels des hyènes quand ça se corse?

Cette question est certainement justifiée mais la réponse me paraît évidente.

C'est à coup sûr un amoureux de la montagne, un passionné, une personne qui aime partager, communiquer, qui se fera une joie de mettre ses connaissances au service des autres.

Mais c'est aussi quelqu'un pour qui le mot «responsabilité» représente un plus et non pas un frein. Il sera loin de cette mentalité qui veut que l'on se cache, que l'on ne prenne pas de risque - risque mûrement calculé bien entendu. Il ne suivra pas cette tendance à ne plus rien faire si le risque zéro n'existe pas, tendance qui est la plus grande illusion, voire hypocrisie, de notre société. Ça sera même pour lui une fierté de pouvoir mettre en pratique ce qu'il a longuement appris, de pouvoir gérer ce fameux risque qui fait partie intégrante de notre vie.

Mais être chef de course, c'est aussi accepter d'être mis en doute, accepter le dialogue, accepter de se remettre en cause. C'est, en plus, être capable d'avoir confiance en soi. En effet, il en faut de la confiance lorsqu'on a derrière soit, dans les moments difficiles,



une «bande» de «y'a qu'à», «t'aurait dû», «t'es sûr?» et autre «tu ne penses pas que...?». Dans ces moments-là, le premier de cordée sent la sueur du doute envahir le bas de ses reins.

Alors oui, toi, chef de course, tu peux être fier de tout le temps que tu as investi pour préparer ta course et des doutes que tu as dû surmonter lorsque le temps était incertain, fier de ta sensibilité pour faire la trace et de ta force de caractère pour décider de faire demi-tour, fier de ne pas montrer ta frustration lorsque les participants te diront, après avoir fait milles virages dans la poudreuse, «tchao, à la prochaine».

Alors vous qui avez la chance de vivre une merveilleuse journée en montagne ayez l'œil pétillant et reconnaissant pour votre chef de course pour qui ce sera une belle récompense... ■

François Dufour



Au Breithorn, vers 1900 © François Fumex, Médiathèque Valais - Martigny

VERGNÜGEN UND STOLZ DES TOURENLEITERS

Wer ist so verrückt und wird Tourenleiter beim SAC? Risiken und Verantwortlichkeiten auf sich zu nehmen und nicht einmal dafür bezahlt zu werden... Eine Gruppe hinter sich zu haben, die folgt... blind, wenn alles gut geht und die zu Hyänen werden, wenn nicht...

Diese Frage ist sicher berechtigt, aber die Antwort ist für mich offensichtlich.

Sicher ist es jemand, der die Berge leidenschaftlich liebt, jemand, der es liebt zu teilen. Jemand, der seine Kenntnisse gern anderen zur Verfügung stellt.

Aber es ist auch jemand, den das Wort „Verantwortlichkeit“ eher anspricht als bremst. Er ist weit weg von der Mentalität sich zu verstecken, kein Risiko eingehen zu wollen. Er folgt nicht der Tendenz, nichts mehr zu tun ausser wenn kein Risiko besteht. Eine Tendenz, die die reinste Illusion ist. Ihn macht es eher stolz das umzusetzen, was er seit langem gelernt hat, genau damit dieses famose Risiko zu beherrschen, was Teil unseres Lebens ist.

Des Weiteren muss man als Tourenleiter bereit sein zu akzeptieren, dass man angezweifelt wird. Man muss bereit sein zum Dialog und zur Rechtfertigung seines Handelns. Zudem braucht es Selbstvertrauen, wenn man in schwierigen Momenten hinter sich Sprüche hört wie: „Man muss nur“, „Hättest du“, „Bist du sicher?“ bis zu „Meinst du nicht, dass...?“.



In diesen Momenten spürt man den aufsteigenden Angstschweiss.

Du Tourenleiter kannst also stolz sein auf die ganze Zeit, die du investiert hast um die Tour vorzubereiten, und für die Zweifel, die du bei unsicherem Wetter hast überwinden müssen. Stolz auf dein Gefühl, die Spur zu legen und auf deine Charakterstärke auf halber Strecke umzukehren. Stolz, deinen Frust nicht zu zeigen, wenn die Teilnehmer, nachdem ihr tausende Kurven gemeinsam gemacht habt, lediglich sagen „Ciao, bis zum nächsten Mal“.

Ihr, die das Glück habt, einen wunderbaren Tag in den Bergen zu erleben, schenkt eurem Tourenleiter einen warmherzigen und anerkennenden Dank, als eine wertschätzende Entschädigung für ihn... ■

François Dufour



UNSER JUBILÄUMSPROGRAMM

Die Jahresprogramme der 8 Ortsgruppen wurden in den letzten Wochen präsentiert. Ihr findet diese auch in dieser Ausgabe der Seilschaft. Besten Dank an alle Tourenchefs, Tourenleiter und Bergführer für euer Engagement! 2015 wird ein wichtiges Jahr für unsere Sektion und wir freuen uns auf viele aktive Mitglieder an den verschiedenen Anlässen der Ortsgruppen sowie der Sektion. Um euch dieses Programm noch besser präsentieren zu können, werden wir ab 2015 einen neuen Internet-Auftritt der Sektion lancieren sowie einen regelmässigen Newsletter starten. ■

NOTRE PROGRAMME DU JUBILÉ

Les programmes des 8 groupes ont été présentés courant ces dernières semaines. Vous les trouvez également dans cette édition de la cordée. Un grand merci à tous les chefs de courses, premiers de cordée et guides pour votre engagement ! 2015 sera une année importante pour notre section. Nous nous réjouissons d'accueillir beaucoup de membres actifs lors de nos diverses manifestations des groupes et de la section. Pour mieux vous présenter ces programmes, nous allons moderniser notre site internet de la section pour 2015 et lancer une newsletter régulière. ■



NOS CHEFS DE COURSES ET LES RESPONSABLES OJ/AJ SONT DÉJÀ PRÊTS (ICI LORS DE LA SÉANCE ANNUELLE À SION)
UNSERE TOUREN- UND JO-CHEFS SIND SCHON BEREIT (HIER AN DER JÄHRLICHEN SITZUNG IN SITTEN)

UNSER JUBILÄUMSWEIN

Zusammen mit zwei renommierten Walliser Weinhäusern dürfen wir euch 2 herrliche Jubiläumsweine anbieten. Die Kellerei „Vins des Chevaliers“ in Salgesch hat den « Gipfelwein » kreiert, welcher aus einer Assemblage von Pinot Noir, Humagne Rouge und Ancelotta besteht. Die Kellerei Charles Bonvin in Sitten offeriert uns den « Trois », eine weisse Assemblage erstellt aus Pinot Blanc, Sylvaner und Heida.

Als Mitglied der Sektion habt ihr die Möglichkeit diese Weine mit einer Jubiläumsetikette zu erwerben. Für jede verkaufte Flasche erhält die Sektion 150 Rappen zur Finanzierung der Jubiläumsaktivitäten. Die Bestellungen könnt ihr an info@cevins.com senden.

Im Namen des Vorstandes der Sektion Monte Rosa wünsche ich euch tolle Festtage und einen guten Rutsch ins neue Jahr. ■

Philippe Chanton, Jubiläumsverantwortlicher

NOTRE VIN DU JUBILÉ!

En collaboration avec deux caves réputées nous vous présentons deux fantastiques crus pour marquer le coup. La maison « Vins des Chevaliers » à Salquenen a créé le « Gipfelwein » issu d'un assemblage de Pinot Noir, d'Humagne Rouge et d'Ancelotta. La Cave « Charles Bonvin » à Sion a créé le « Trois », un assemblage blanc original de Pinot Blanc, de Sylvaner et d'Heida.

En tant que membre de la section, vous avez la possibilité d'acquérir ces vins avec étiquettes spéciales du 150ème. Chaque bouteille vendue contribuera à la caisse du jubilé à hauteur de 150 centimes. Les commandes peuvent être envoyées à info@cevins.com.

Au nom du comité de la section Monte Rosa je vous souhaite de bonnes fêtes et un excellent passage au nouvel an. ■

Philippe Chanton, responsable du jubilé



6 Bouteilles de blanc, frais de port exclus
6 Flaschen Weisswein, exklusive Versand
6 Bouteilles de rouge, frais de port exclus
6 Flaschen Rotwein, exklusive Versand

Prix / Preis
CHF 117.-
Soit 19.50 par bte
CHF 117.-
Soit 19.50 par bte

TVA: 8% comprise | MwSt: 8% inbegriffen
Participation aux frais de port en Suisse: MAX CHF 10.- | Pauschale für Versandkosten in der Schweiz: MAX CHF 10.-
Païement: 30 jours net | Zahlung: 30 Tage netto



TRIANGLE DE L'AMITIÉ DU 13/14 SEPTEMBRE 2014

Depuis des temps lointains, les clubs Alpains de Martigny, Chamonix et Aoste se réunissent deux fois par année pour passer un week-end de convivialité entre amoureux de la montagne. En septembre, c'était le tour du club Alpin de Martigny d'organiser les réjouissances dans la région des Dents du Midi. Les participants d'Italie, de la France et naturellement du Valais, sont arrivés à 14h à Martigny et tous prirent

plaisir à déguster un petit apéro de bienvenue offert par la banque Coop de Sion. Curdin notre responsable adjoint du Triangle a fait un discours présentant le déroulement du week-end en Italien alors que Séverine responsable du Triangle a présenté ce même discours de bienvenue pour les Francophones.

Une fois les verres vides, nous nous sommes rendus au château d'Aigle pour une visite. Les participants ont été divisés en groupes de trois, composés d'un français, d'un suisse et d'un Italien et un petit quiz a été remis à chaque équipe pour animer la visite. C'est surtout l'exposition „L'amour et le vin“ dans la tour du château qui a suscité un grand intérêt, jusque tout en haut au sommet du donjon.

En fin d'après-midi, l'auberge de Chindonne sur les hauts de Monthey et l'accordéoniste

Cédric nous attendait pour animer la soirée. Durant l'apéro, les résultats du quiz ont été annoncés et il a fallu départager les deux groupes gagnants avec un jeu „planter du clou“. La soirée s'est poursuivie dans la joie et la bonne humeur avec le souper, la remise du premier prix du quiz et comme toujours la très attendue soirée dansante



Le lendemain deux randonnées ont été organisées. La grande, menée par Pierre-Emile, au refuge de Chalin et l'autre, menée par Curdin et Séverine, à la Dent de Valerette. Tous les deux ont été beaucoup appréciés par les participants, et surtout les rayons de soleil sur la mer du brouillard enchantaient les alpinistes. Au sommet de la Dent de Valerette, un verre d'amitié était partagé et on profitait de la vue splendide sur les Dents du Midi.

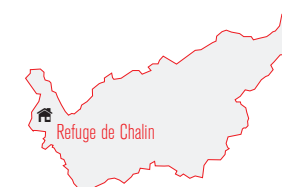
Partis à l'aube, 3h30 furent nécessaires pour atteindre le refuge. Magnifique course qui part dans les alpages, se poursuit sur les arêtes herbeuses de la Dent de Valère et se termine par un chemin de haute montagne qui demande un pied sûr. Le refuge de Chalin semble écrasé par la Cime de l'Est et paraît tout minuscule au pied des dents du Midi. Le paysage est à couper le souffle et offre un 360° de Genève au Cervin.



Vers 13h, nous nous sommes de nouveau tous retrouvés à Chindonne pour le repas de midi. Après le passage du drapeau et les discours officiels, chacun est rentré chez soi et se réjouit d'ores et déjà du prochain Triangle qui aura lieu fin mars 2015 au Val d'Aoste. Le programme sera bientôt sur le site www.cas-martigny.ch. Invitation à tous les membres de la section Monte Rosa. ■

Curdin

TRIANGLE DE L'AMITIÉ DER ORTSGRUPPE MARTINACH



Seit vielen Jahren führt die Ortsgruppe Martinach zweimal pro Jahr ein Wochenende mit den Alpenclubs von Chamonix (FR) und dem

Aostatal (IT) durch. Turnusgemäss war es die Schweizer Sektion, welche das Treffen vom 13.-14. September organisierte.



Am Samstag, pünktlich um 14 Uhr, trafen sich die rund 40 Teilnehmer in Martinach. Dort erwartete sie ein kleiner (von der Bank Coop Sitten offerierter) Apero und damit die Gelegenheit, alte Bekanntschaften aufzufrischen, neue zu machen und ganz einfach gemütlich ins Wochenende zu starten. Per Auto ging es dann nach Aigle. Eine Standard-Schlossbesichtigung wäre uns zu simpel gewesen, daher mussten die Teilnehmer in 3er-Gruppen ein nicht ganz triviales Quiz lösen. Nebst diesem Quiz sorgte vor allem die Ausstellung „Wein und Erotik“ im Schlossturm für Erheiterung.

Nach der Besichtigung ging es weiter zur Cabane de Chindonne, wo wiederum ein Begrüssungsapero wartete und die Quiz-Siegergruppe in einem Stechen (bzw. Nagel einschlagen) auserkoren wurde. Cédric, der eigens für diesen Anlass organisierte Akkordeonist, sorgte zusätzlich für Unterhaltung, bevor die Zimmer bezogen und der Znacht serviert wurde. Nach dem Spaghetti-Plausch spielte wiederum Cédric

zum Tanz auf. Zahlreiche Mitglieder schwangen ausgelassen und nimmermüde das Tanzbein, bevor um 23 Uhr Nachtruhe einkehrte.

Am Sonntag standen 2 Wanderungen auf dem Programm. Die kleine Tour führte auf den Dent de Valerette. In knapp 1 1/4 Stunden war der Gipfel erklommen und die Rundumsicht auf Genfersee, Dents du Midi und das Nebelmehr im Rhonetal fantastisch. Entsprechend wurde der Gipfelwein von allen Teilnehmern sehr genossen. Die grosse Tour führte zum Refuge de Chalins am Fusse der Cime de l'Est, des östlichsten Gipfels der Dents du Midi. In knapp 5 Stunden war auch diese Tour geschafft und alle Mitglieder wohlbehalten und hungrig zurück in Chindonne. Nach dem Mittagessen wurde die Fahne des Triangle de l'Amitié feierlich an die Sektion Aostatal übergeben, welche das nächste Weekend Ende März 2015 organisieren wird. Und wohin selbstverständlich auch eine (hoffentlich grosse) Delegation der Sektion Monte Rosa reisen wird. ■

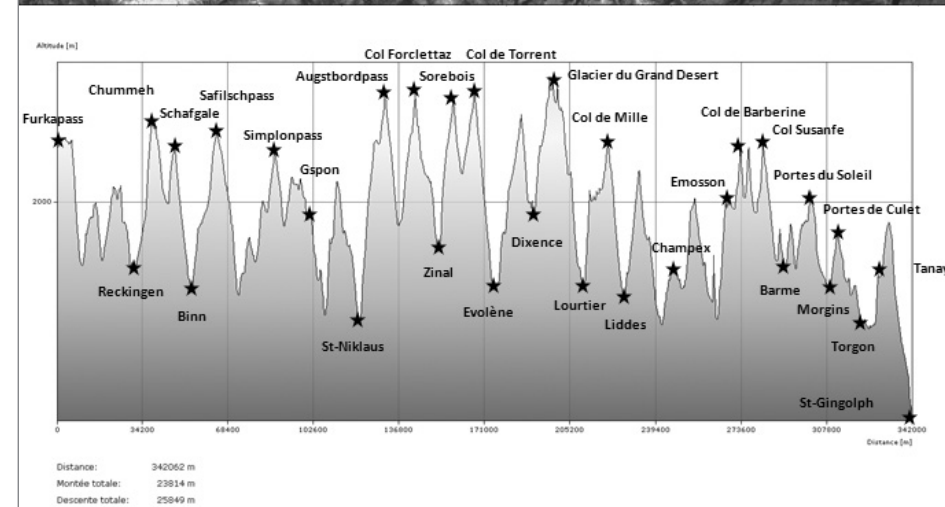
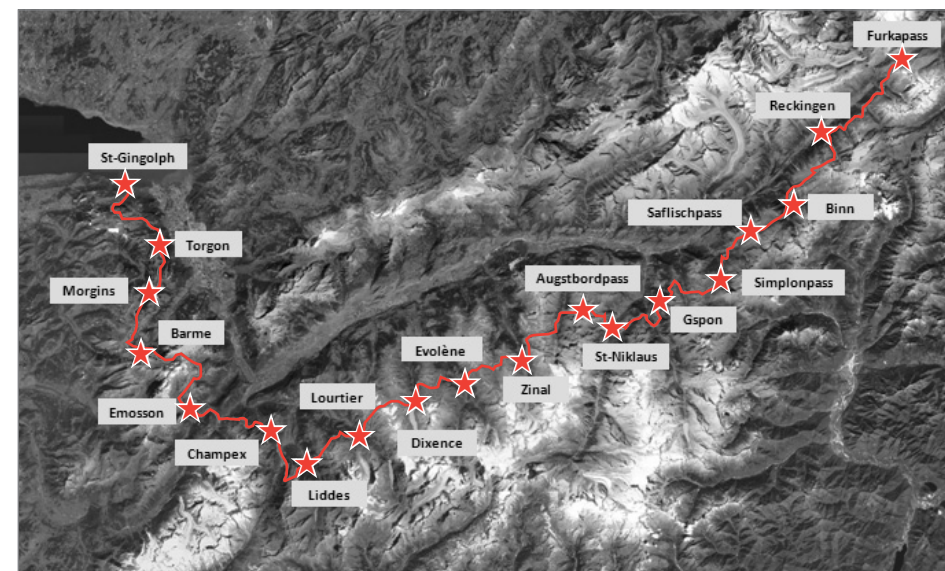
Curdin



LA TRANSVALAISANNE

En septembre dernier, Yann et Ryan, bien connus dans le monde du Trail longue distance, ont repris le projet et tenté à leur tour

de rallier les deux bouts du canton. Habités à ce genre d'exercice, ils ont décidé de parcourir les 336 km de cette aventure





Yann et Ryan à Reckingen



Ravitaillement dans les toilettes du Col du Simplon

d'une traite, jour et nuit, avec uniquement de courtes pauses de 20 minutes à 1h30 de sommeil, pour pouvoir réaliser ce défi en 4 jours.

Avant de prendre le départ et pendant une année, Yann et Ryan ont procédé à la reconnaissance de la quasi-totalité du parcours car lors de ce défi, aucun balisage ne serait

installé pour éviter de se perdre, de même que pour ne pas perdre trop de temps à chercher les chemins. Bien que déjà très entraînés, Yann et Ryan ont préparé leur condition physique et ont orienté leur planning de compétition 2014 en prévision de cette aventure. Relever un tel défi requiert une préparation conséquente.

Sur le parcours, différents points de ravitaillement avaient été organisés par la famille et les amis, repas chauds, soins, repos et habits chauds. Tout cet entourage a participé avec passion à ce défi, s'est démené pour organiser au mieux chaque ravitaillement, déguster des endroits chauds en pleine nuit, comme par exemple dans les WC publics au col du Simplon ou dans un abri de bus à Eisten, offrant aux deux compères des instants extraordinaires de bonheur, ce qui les a motivé dans les moments de doute et de baisse de régime.

Entre chaque arrêt, Yann et Ryan transportaient dans leur sac à dos, le ravitaillement nécessaire pour être autonomes 5 à 6 heures.

Le départ a donc été donné le jeudi matin à 4h00 du col de la Furka, dans le brouillard, ce qui a causé quelques soucis d'orientation pour trouver le sentier pour démarrer l'aventure et leur a fait perdre du temps sur le planning

qu'ils s'étaient fixés. Après quelques petites frayeurs, le temps s'est finalement levé pour laisser la place au soleil et aux étoiles qui les ont accompagnés jusqu'à la cabane de Prafleuri où ils ont décidé de s'arrêter, 58 heures après le départ et après avoir parcouru près de 200 km. Le but final était de rejoindre St-Gingolph mais pas au sacrifice de leur santé. La décision d'arrêter a été prise avec beaucoup d'émotions mais ce fut une sage décision. Les montagnes seront toujours là et le projet peut être tenté n'importe quand.

Comme eux, Ami et Raymond n'avaient pas atteint St-Gingolph lors de leurs deux tentatives, en 1990 et 1991. Cette année, ils étaient sur le parcours, non pas pour une troisième tentative, mais pour soutenir, encourager et ravitailler Yann et Ryan. Et l'émotion était intense à chaque retrouvaille, surtout très fiers d'avoir transmis le flambeau à d'autres passionnés.

Cet abandon n'est pas perçu comme un échec. Au contraire, Yann et Ryan auront pu apprendre de cette expérience et pourront planifier différemment leur prochaine tentative.



Ami Moulin

Cette aventure aura été un grand moment de partage entre Yann et Ryan bien entendu mais aussi pour les familles et les amis qui les ont suivis.

La Transvalaisanne, c'est un pays, de la montagne, de la passion, un moment intense à partager.

La prochaine tentative sera empreinte d'une forte émotion puisque Ami ne sera pas là pour la partager.

Au moment où nous écrivons ces lignes, Ami nous a quittés, à 53 ans. ■

Pascal Miéville



LOOK MONTAGNE

«MAGASIN SPÉCIALISÉ MONTAGNE DEPUIS 20 ANS»



Rue du Léman 23 / CH-1920 Martigny / 027 722 91 55
www.lookmontagne.ch



COUPS DE CŒUR

ALPINISME, LA SAGA DES INVENTIONS

GILLES MODICA

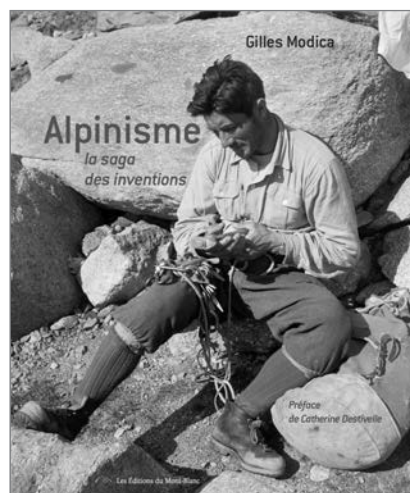
Editions du Mont Blanc, 2014

Les Editions du Mont Blanc (dirigées par Catherine Destivelle) viennent de sortir un superbe bouquin écrit par Gilles Modica qui raconte avec moult photos et illustrations l'histoire de la création de tout le matériel de grimpe et d'alpinisme.

L'histoire de l'alpinisme est indissociable de celle des outils et des techniques qui jalonnent la conquête de l'altitude, de la petite astuce improvisée jusqu'à l'instrument le plus ergonomique, le mieux profilé, le plus sophistiqué.

De quelle arme se servait Saussure à l'époque de l'ascension du mont Blanc (1787), de quels bâtons de montagne? Depuis quand s'encorde-t-on sur les glaciers, sur le rocher? À quoi ressemblaient les premiers crampons? Qui a inventé le rappel, cette technique de descente incomparable? Quels moyens ont été imaginés pour le bivouac? Que signifie la querelle du piton?

Dans ce livre d'érudition et d'expérience, l'histoire de l'alpinisme se déroule comme une saga. ■



GEHEIMTIP



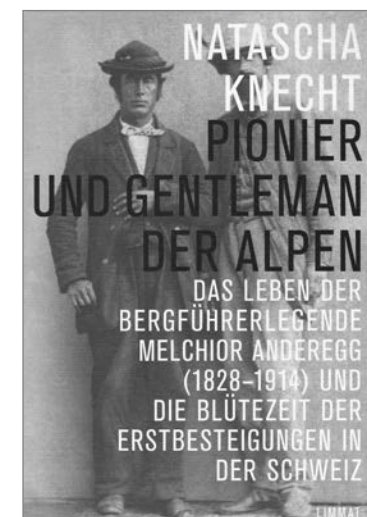
PIONIER UND GENTLEMAN DER ALPEN. DAS LEBEN DER BERGFÜHRERLEGENDE MELCHIOR ANDEREGG (1828-1914) UND DIE BLÜTEZEIT DER ERSTBESTEIGUNGEN IN DER SCHWEIZ,

NATASCHA KNECHT Limmat Verlag 2014

Im 2014 jährt sich der Todestag des legendären Oberhasler Bergführers Melchior Anderegg zum hundertsten Mal. Natascha Knecht, Journalistin und Autorin, hat sich seinem Leben angenommen und ein Buch mit dem Titel «Pionier und Gentleman der Alpen» über ihn verfasst.

Dieses behandelt ausführlich den Aufstieg von Anderegg zum «König der Bergführer» und damit gleichzeitig auch die Entwicklung des Bergsteigens in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts. «Anhand seiner Geschichte erzähle ich die Zeit von damals», so Knecht.

Bis Mitte des 19. Jahrhunderts ging fast niemand über die Vegetationsgrenze, dann kam die grosse Wende. Aus dem wissenschaftlich motivierten Bergsteigen wurde «ein touristischer Alpinismus – wie wir ihn heute noch betreiben – als reine Freizeitbeschäftigung ohne höheren Zweck», führt die Autorin aus. Allen voran trieben zu dieser Zeit die Engländer die Entdeckung und Begehung der alpinen Zone an. Ohne Führer mit aussergewöhnlichen. ■



imprimerie du bourg martigny

Depuis 1974

Paul-Henri Saudan
Olivier Morel

Rue des Fontaine 6
1920 Martigny 2
Tél. 027 722 19 31
Fax 027 722 09 31

créativité
exigence
maîtrise
service

Route du Sanetsch 11
CH-1950 Sion/Sitten

027 / 322 08 10
Fax 027 / 322 80 19

E-mail : maxzellweger@bluewin.ch
Internet : www.maxzellweger.ch

Zellweger
Fiduciaire
Treuhänder

Agence immobilière

Nous nous occupons de la vente de votre :
immeuble, restaurant, pension, hôtel, chalet, appartement, terrain

Membre du CAS depuis 47 ans



Ouvrages et DVD acquis durant le premier semestre 2013 pour la Bibliothéque de la Section Monte Rosa du C.A.S. et déposés à la Médiathéque Valais-Sion.

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

Die Bibliothek der Sektion Monte Rosa, die sich in der Mediathek Wallis-Sitten befindet, hat während des ersten Semesters 2013 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 (<http://www.mediathek.ch>) profitieren.

LIVRES – BÜCHER

Alamichel, Eric: **Faces à la mer: les plus belles escalades méditerranéennes** = Above the sea: the Mediterranean's finest rock climbs: Challes-les-Eaux: Ed. GAP, 2014, 288 p.

Asselin, Jean-Michel: **Nouvelles chroniques des hauteurs**: Grenoble: Glénat, 2014, Hommes et montagnes, 213 p,



Banzhaf, Bernhard Rudolf: **Mont Dolent, Grand Combin, Pigne d'Arolla: vom Col de Balme zum Col Collon** / Banzhaf, Fournier, Roduit ; mit einem Geologiebeitrag von Jürg Meyer und Kulturellen Texten: Bern: Schweizer Alpen-Club SAC, 2014, 928 S.

Charrie, Julien: **Planète verticale: les plus beaux sites d'escalade**: Marseille: Chemin des Crêtes, 2013, 204 p.

Colonel, Mario: **Couleurs Mont-Blanc**: Grenoble: Glénat, 2014, Coffret, 64 p.

Coulin, David: **Die schönsten Alpinwanderungen in der Schweiz**: Aarau: AT Verlag, 2014, 174 S.

Frérot, Pascal: **Altitrail Mont-blanc = Altitrail Mont-Blanc: courir en montagne: 20 itinéraires, 7 km vertical autour**



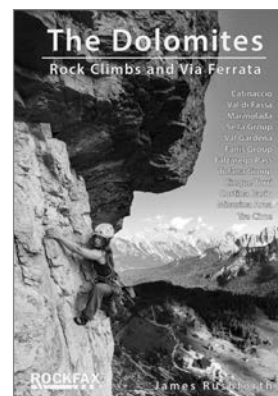
du Mont-Blanc = a trail running guide: 20 routes, 7 vertical kilometres around Mont Blanc: Chamonix: JM, 2014, 233 p.

Garcia Pascual, Miriam: **Décroche-moi une étoile**: Paris: Ed. du Mont-Blanc, 2014, 76 p.

Grévoz, Daniel: **Le murmure des cimes**: Paris: Ed. du Mont-Blanc, 2014, 122 p.

Jamen, Elodie: **Treks au Népal**: Grenoble: Glénat, 2014, 215 p.

Knecht, Natascha: **Pionier und Gentleman der Alpen: das Leben der Bergführerlegende Melchior Anderegg (1828-1914) und die Blütezeit der Erstbesteigungen in der Schweiz**: Zürich: Limmat Verl, 2014, 205 S.



Labande, François: **La saga des Ecrins**: Chamonix: Guérin, 2014, 464 p.

Ladurner, Christian: **Klettersteige in den Dolomiten**: Tappeiner AG, 2013, 160 S.

Livanos, Georges: **Au-delà de la Verticale**: Chamonix: Guérin, 2014, Collection Terra Nova, 352 p,

Messner, Reinhold: **Walter Bonatti, mon frère de cœur**: Reinhold Messner et Sandro Filippini: Chamonix: Guérin, 2014, 287 p.

Modica, Gilles: **Alpinisme: la saga des inventions et des techniques**: Paris: Editions du Mont-Blanc, 2014, 254 p.

Peysson, Yves: **Les grandes heures de l'alpinisme: anthologie: 1929-2013**: Yves Peysson, Jean-Marie Choffat, Pontarlier : Ed. du Belvédère, 2014, 445 p.

Pusch, Wolfgang: **4000 des Alpes: les plus belles courses d'alpinisme**: Wolfgang Pusch, Helmut Dumler, Willi P. Burkhardt: Grenoble: Glénat, 2014, 270 p.

Rushforth, James: **The Dolomites: rock climbs and via ferrata**: Rockfax, 2014, 500 p.

Salon, Olivier: **Trilogie des cimes: histoires de larrons perchés**: Paris: Transboréal, 2014, Voyage en poche; n° 6, 214 p.

Stocker, Adi: **Longlines: die ganz grossen Klettereien der Nördlichen Kalkalpen**, Panico Alpinverlag, 2014, 223 S.





PROGRAMME 2015 / TOURENPROGRAMM 2015

Comité de section / Sektionsvorstand

Dufour François	Président/Präsident	Route du Rawyl 25	1950 Sion	027 322 00 25	079 653 58 49	dufour@slf.ch
Veuthey Pierre-André	Vice-président/Vizepräsident Secrétaire/Sekretär	Case Postale 200	1920 Martigny	027 722 21 12		paveuthey@mycable.ch
Chanton Philippe	Vice-prés./Vizepräsident Chef de course/Tourenchef	Bamattenweg 34	3904 Naters		079 221 17 25	phchanton@gmx.ch
Planche Peter	Finances / Finanzen	Dammweg 11d	3904 Naters	027 530 04 79	079 248 78 15	peter@planche.ch
de Kalbermatten Philippe	Chef des cabanes / Hüttenchef	Portes Neuves 4	1950 Sion	027 566 70 00	079 416 29 88	cocamoro@dekalbermatten-archi.ch
Grütter Christian	Chef technique / Technischer Leiter	St. Jodernstrasse 12	3930 Visp	027 967 03 81	078 898 53 31	christian.gruetter@geoverm.ch
Bertizzolo Mireille	Environnement / Umwelt	Rte des Rives 10	1872 Troistorrents		079 654 32 81	m.bertizzolo@bluewin.ch
Biolaz Christophe	Resp. La Cordée / Verantwortlicher Die Seilschaft	Chemin du Bredaz 7	1872 Troistorrents		079 263 91 93	lacordee@cas-martigny.ch

Commission de communication / Kommunikationskommission

Biolaz Christophe	Resp. La Cordée / Verantwortlicher Die Seilschaft	Chemin du Bredaz 7	1872 Troistorrents		079 263 91 93	lacordee@cas-martigny.ch
Andereggen-Heyn Juliane	Seilschaft Oberwallis	Bleikustrasse 2	3911 Ried-Brig	027 923 76 71		juklan@gmx.ch
Chanton Philippe	Site internet / Internet	Bammattenweg 34	3904 Naters		079 221 17 25	phchanton@gmx.ch

Commission des finances / Finanzkommission

Planche Treuhand AG Imhasly	Caissier des cabanes / Kassier der Sektionshütten	Rhonesandstrasse 24	3900 Brig	027 922 11 99		info@imhasly-planche.ch
Devanthery Pierre-Emile	Représentant Bas Valais / Unterwalliser Vertreter	Rte de la Gare 14	1869 Massongex		079 507 61 33	presidence@cas-martigny.ch
Marquis Stéphane	Représentant Valais centre / Mittelwalliser Vertreter	Chemin du Battoir 12	1964 Conthey	027 322 21 65		stephane.marquis@firho.ch
Planche Peter	Caissier de la section / Kassier der Sektion	Dammweg 11d	3904 Naters		079 248 78 15	peter@planche.ch

Commission technique / Technische Kommission

Grütter Christian	Chef technique / Technischer Leiter	St. Jodernstrasse 12	3930 Visp	027 967 03 81	078 898 53 31	christian.gruetter@geoverm.ch
Chanton Philippe	Chef de course / Tourenchef	Bammattenweg 34	3904 Naters		079 221 17 25	phchanton@gmx.ch

Cabanes de la section / Sektionshütten

Shelly Salamin & Daniel Egg	Cabane des Dix			027 281 15 23	078 722 45 17	cabanedesdix@gmail.com
Bournissen Karine & Jean-Michel	Cabanes des Vignettes		1986 Arolla	027 283 13 22	079 401 55 53	info@cabanedesvignettes.ch
Biner Yolanda und Fredy	Schönbiel-Hütte	Haus Bielti	3920 Zermatt	027 967 13 54	079 639 41 28	bielti.zermatt@gmx.ch
Rubin Brigitte, Peter und Jonas	Monte-Rosa-Hütte	Sennereiweg	3937 Baltschieder	027 967 21 15	079 416 35 06	huettemonterosa@gmail.com
Zumstein-Zenkhusen Irma	Laggin-Biwak	Litternaweg 12	3930 Visp	027 946 63 41		irma.zumstein@valaiscom.ch

Autres adresses / Andere Adressen

Roth Simon	Bibliothécaire / Bibliothekar / Médiathèque Valais	Rue des Vergers 9	1950 Sion	027 606 45 81		simon.roth@mediatheque.ch
SAC-CAS	Secrétariat / Sekretariat	Case Postale	3000 Berne 6	031.370.18.18.		info@sac-cas.ch

Programme de la section / Sektionsprogramm

14-15.03.2015	Course d'hiver de section organisée par Sierre / Sektionstour Winter	05.09 au 04.10.2015	150° Monte-Rosa: course aux témoins / Staffetenlauf «via section Monte Rosa»
01.05.2015	Assemblée des délégués de la section à St-Maurice / DV Sektion Monte Rosa in St-Maurice	04.10.2015	Fête des 150 ans de la Section Monte Rosa à Sion / Sektionsfest 150 Jahre
13-14.06.2015	Assemblée des délégués, Fête centrale à Brigue / SAC Zentralfest in Brig		



Président	Delavy Etienne	Rue du Closillon 17	1870 Monthey		079.690.15.24	cas.monthey@gmail.com
Vice-président	Mayencourt Tristan	Av de la Plantaud 16A	1870 Monthey		077.423.04.51	mayencourt7@gmail.com
Gestion des membres	Ducki Beata	Rue Clos-Novex 32H	1868 Collombey	024.472.29.45	-	cas.monthey@gmail.com
Secrétaire	Ducki Beata	Rue Clos-Novex 32H	1868 Collombey	024.472.29.45	-	cas.monthey@gmail.com
Caissier	Di Tria François	Ch de la Verna 8	1872 Troistorrents	024.477.38.07	079.200.49.50	f.ditria@netplus.ch
Préposé aux courses	Diebold Yannick	Rte du Prabys 13	1873 Val-d'Illiez	-	079.722.20.99	yannick.diebold@unil.ch
Chef OJ	Caloz Hubert	Rte du Chili 17	1870 Monthey	024.471.82.36	079.239.87.19	hub.caloz@sunrise.ch
Chef AJ	Bertrand Gavillet	Ch d'Arbignon 11	1868 Collombey	024.471.32.00	079.794.98.60	bertrandgavillet@bluewin.ch
Coach JS	Bertrand Gavillet	Ch d'Arbignon 11	1868 Collombey	024.471.32.00	079.794.98.60	bertrandgavillet@bluewin.ch
Chalet de Savolayre - intendance	Pascal Berra	Rte des Neyres 13	1872 Troistorrents	-	079.254.94.28	pascal.berra@bluewin.ch
Chalet de Savolayre - réservations	Di Tria Sylviane	Ch de la Verna 8	1872 Troistorrents	024.477.38.07	078.823.74.01	cas.monthey@gmail.com
Chalet de Savolayre - cheffe des gardiens	Brunisholz-Moyal Lynda	Rte de Gleux 21A	1874 Champéry	-	079.203.88.67	lynda.brunisholz@netplus.ch

Adresse: Case postale 1475 - 1870 Monthey 2

CAS GROUPE DE MONTHEY - PROGRAMME D'HIVER ET D'ÉTÉ - LE 150^e DE MONTE ROSA!

Date	Activité / Lieu	Course	Difficulté	Dénivellation	Délai d'inscr.	Responsable	Nbre de pers.
10.01.15	Ski	Technique de ski (sur piste)	-	-	07.01.15	Etienne	12
11.01.15	Randonnée à ski	Région de Novel	PD	1000m	07.01.15	Alain	8
18.01.15	Randonnée à ski	Walighürli	PD	900m	14.01.15	Simon	8
24.01.15	Randonnée à ski	Plan de la Douve	PD, rando pian pian	1100m	20.01.15	Robert et Lise	12
31.01.15	Randonnée à ski	Col sud-nord de Menouve	PD+	1200m	28.01.15	Maurice	12
01.02.15	Randonnée à ski	Tête à Josué	PD	1000m	28.01.15	Etienne	12
05.02.15	Rando Pleine Lune (ski ou raquette)	Fondue à Savolayre	F	350m	03.02.15	Etienne	30
07.02.15	Randonnée à ski	Valerette en variante	PD	1100m	01.02.15	Sébastien et Daniel	8
14.02.15	Randonnée à ski	La Berthe	PD	950m	11.02.14	Pascal Rey-Mermet	10
8 ou 15.02.15	Randonnée à ski	Vallée de Conche	PD	selon condition	4 ou 11.02.15	Simon	8
15.02.15	Randonnée à ski	Tête de Charousse	PD	1100m	11.02.15	Yannick Levet	12
22.02.15	Randonnée à ski	Les Grandes Otannes	PD+	1400m	25.01.15	Alain	8
28.02.15	Randonnée à ski	Simplon - Visperterminen (transport public)	PD	1100m	25.02.15	Maurice	12

CAS GROUPE DE MONTHEY - PROGRAMME D'HIVER ET D'ÉTÉ - LE 150° DE MONTE ROSA!

Date	Activité / Lieu	Course	Difficulté	Dénivellation	Délai d'inscr.	Responsable	Nbre de pers.
08.03.15	Randonnée à ski	Région Ovronnaz	PD+	1500m max	04.03.15	Yannick Levet	12
14-15.03.15	Randonnée à ski	Course de section - Pigne d'Arolla	AD	900m	fin février	Selon infos à venir	-
14.03.15	Randonnée à ski	Pointe sud de Bertol	PD+	1800m	11.03.15	Alain	8
21.03.15	Randonnée à ski	Grosses Schinhorn (Binntal)	PD	1400m	18.03.15	Maurice	12
28.03.15	Randonnée à ski	Mont d'Arpille	PD	980m	13.03.15	Pascal Rey-Mermet	10
22-28.03.15 (4 j.)	Randonnée à ski (jours à définir selon météo)	Autour de la cabane Rotondo	PD+ / D-	1000m à 1500m	05.03.15	Pascal Berra	8
29.03.15	Randonnée à ski	Val d'Entremont	PD+	1600m	25.03.15	Yannick Levet	10
07-11.04.15	Haute route en randonnée à ski	Centre des Grisons	-	-	-	Gilles	-
25-26.04.15	Sortie des chefs de course - rando à ski	Tête Blanche en variante	PD+	1300 + 400	12.04.15	Sébastien	-
01.05.15	Assemblée des délégués Monthey	AG de la section Monte Rosa	-	-	AG 2014	Etienne	8
23.05.15	Entretien, nettoyage, bois, construction	Corvée de Savolayre	F	25m	-	Pascal Berra	un max!
06.06.15	Rando à ski - la Der. des der! - Le Fourchon et un bon gros repas!	F, rando pian pian 700m	-	-	01.06.15	Robert et Lise	12
13-14.06.15	Assemblée des délégués Monte Rosa	Fête centrale à Brig	-	-	selon infos	Selon infos à venir	-
28.06.15	Randonnée à pied	Le Linleu en variante	T4	1200m	24.06.15	Etienne	8
11.07.15	Randonnée à pied - Le Grammont en traversée par la Croix de la Lé	T4	1300m	1300m	07.07.15	Robert et Lise	12
25.07.15	Randonnée à pied	Ergischhorn	T2	1000m	22.07.15	Yves	12
09.08.15	Randonnée à pied	Grand Chavalard par l'arrête nord	T5	1200	05.08.15	Etienne	6
15-16.08.15	Randonnée à pied	Mettelhorn	T4	1800m	05.08.15	Yves	12
22-23.08.15	Alpinisme	Traversée des Ruans	AD	-	12.08.15	Fabrice	6
29-30.08.15	Via Ferrata	Del Lago (en traversée)	K3	-	19.08.15	Yves	12
05.09 au 04.10.15	Rando à pied / VTT / Alpi / Grimpe	Course de section - estafette variable	variable	variable	selon infos	Selon infos à venir	un max!
05.09 au 04.10.15	Rando à pied / VTT / Alpi / Grimpe	Course de section - gr. Monthey/Brig	variable	variable	variable	Selon infos à venir	un max!
12.09 au 19.09.15	Rando à pied / VTT / Alpi / Grimpe	Course de sect. - gr. St-Maurice/St-Nicolas	variable	variable	variable	Selon infos à venir	un max!
19.09 au 26.09.15	Rando à pied / VTT / Alpi / Grimpe	Course de section - gr. Martigny/Viège	variable	variable	variable	Selon infos à venir	un max!
29.09 au 04.10.15	Rando à pied / VTT / Alpi / Grimpe	Course de section - gr. Sion/Sierre	variable	variable	variable	Selon infos à venir	un max!
03-04.10.15	Activité diverses, grimpe, slackline, ...	Fête du 150° Monte Rosa	-	-	-	Selon infos à venir	un max!
10.10.15	Randonnée à pied	Le Prabé	T4	900m	06.10.15	Robert et Lise	12
18.10.15	VTT	selon conditions	PD	max 1500m roulant	12.10.15	Etienne	8
24.10.15	Entretien, nettoyage, bois, construction	Corvée de Savolayre	F	25m	-	Pascal Berra	un max!
14.11.15	Séance, apéro, souper, animation	Assemblée générale du gr. de Monthey	selon déni.	-	«descente» - selon infos	Le Comité	730

Activités hebdomadaires:

Les lundis soirs de 19h à 22h, du 27 octobre au 13 avril : escalade en salle à Martigny; Rendez-vous sur la Place d'arme (Place Cardinale) à 18h30

Les mardis soirs du 20 avril au 22 juin: escalade en plein air avec encadrement; rendez-vous à la gare de St-Triphon à 17h30

Le Pan'Cake (pan d'escalade) est accessible à tous les membres. Plus d'informations sur <http://pan-cake.over-blog.com>

Gilles Borsato	borsato.g@netplus.ch	079.546.64.58	Maurice Fracheboud	maurice.fracheboud@netplus.ch	079.692.18.62	
Yannick Diebold	yannick.diebold@unil.ch	079.722.20.99	Pascal Berra	pascal.berra@bluewin.ch	079.254.94.28	
Alain Lutz	floal@bluewin.ch	024.485.10.46	Pascal Reymermet	pascalrm58@bluewin.ch	079.674.24.60	
Daniel Fuochi	daniel.fuochi@gmail.com	079.371.82.60	Robert Burri	robert.burri@bluewin.ch	079.304.71.84	
Etienne Delavy	e.delavy@gmail.com	079.690.15.24	Sébastien Harnisch	sebastien.h@bluewin.ch	079.346.42.57	
Fabrice Avanthey	fabrice.avanthey@admin.vs.ch	079.938.73.39	Simon Passaquay	passaksimon@hotmail.com	079.887.74.95	
Lise Burri	lise.burri@bluewin.ch	079.745.69.40	Yannick Levet	-	024.477.32.46	079.781.25.91
			Yves Ducki	yves_ducki@bluewin.ch	024.472.29.45	079.210.04.81

Consultez notre site internet www.cas-monthey.ch
et le blog des actifs cas-monthey.over-blog.com



CAS GROUPE DE MONTHEY - PROGRAMME OJ

Date	Activité / Lieu	Délai d'inscription	Prix
04.01.15	rando et cours de sauvetage avalanche	le lundi précédant la sortie	20 fr
18.01.15	rando dans le Val d'Abondance	le lundi précédant la sortie	20 fr
24.01.15	selon les conditions: escalade de glace / rando aux Diableys	le lundi précédant la sortie	20 fr
07.02.15	selon les conditions: escalade de glace / rando dans les préalpes fribourgeoises	le lundi précédant la sortie	20 fr
21.02.15	selon les conditions: escalade de glace / rando Cornettes de Bise	le lundi précédant la sortie	20 fr
07-08.03.2015	rando avec les Ojs du Valais	23.02.15	50 fr
22.03.15	rando en Valais Central	le lundi précédant la sortie	20 fr
09-12.04.2015	haute route	09.03.15	200 fr
25.04.15	escalade en falaise, Bas-Valais	le lundi précédant la sortie	20 fr
09.05.15	escalade en falaise, Bas-Valais	le lundi précédant la sortie	20 fr
14-16.05.2015	camp d'escalade de l'Ascension	27.04.15	150 fr
06-07.06.2015	alpinisme dans les Dents du Midi	le lundi précédant la sortie	50 fr
22-26.06.2015	camp d'été	05.06.15	250 fr
7-9.08.2015	week end (ven soir - dimanche) au FIFAD(Festival International du Film Alpin des Diablerets)	selon info à venir	selon infos
29.08.15	escalade en montagne, course d'arête (Becs Noirs)	le lundi précédant la sortie	20 fr
12-13-09.2015	Week end avec les Ojs du Valais	31.08.15	50 fr
10.10.15	escalade en montagne, selon conditions	le lundi précédant la sortie	20 fr
19-23.10.2015	camp d'automne dans le sud	28.09.15	250 fr



CAS GROUPE DE MONTHEY - PROGRAMME AJ

Date	Activité	Lieu	Délai d'inscription	Responsable	Téléphone
22 déc. 14	Ski de randonnée	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
11 janv.	Ski de randonnée	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
25 janv.	Ski de randonnée	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
8 févr.	Ski de randonnée	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
18-21 février	Ski de randonnée. Camp région	Lac noir	25 janv 2015	fr. 200.-	
7-8 mars	we de ski de randonnée	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 50.-	
26.03	soirée info parents	Locas du club alpin Monthey			
26 avril	Escalade/marche	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
sam.9 mai	Randonnée alpine	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
17 mai	Escalade/marche	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
24 mai	Escalade/marche	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
6/7 juin	WE Randon / escalade	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 50.-	
20-23 juin	Camp escalade / rando alpine	Région Stockhorn	31 mai 2015	fr. 200.-	
23 août	Escalade / rando.	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
6 septembre	Escalade / rando.	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
19-20 sept.	Escalade / rando.	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 50.-	
4 octobre	Escalade / rando.	Lieu selon condition	10 jours avant la course	fr. 25.-	
10-11 octobre	Escalade / rando.	Chalet CAS Savolaire	10 jours avant la course	fr. 40.-	
1 novembre	Vtt Orientation	Chablais	10 jours avant la course	fr 20.-	
27 novembre	Soirée clôture	Maison des jeunes de Monthey			



Président	Gex Damien	Chemin des Cornouillers 1	1890 Saint-Maurice	079 262 49 10	damien.gex@gmail.com
Vice président	A définir				
Gestion des membres	Chappuis Elise	Rue du Nord 9a	1907 Saxon	076 421 94 06	elise.chappuis@netplus.ch
Secrétaire	Chappuis Elise	Rue du Nord 9a	1907 Saxon	076 421 94 06	elise.chappuis@netplus.ch
Caissier	Tacchini Benoît	Chemin des Aulnes 19	1967 Bramois	079 716 10 12	benoit.tacchini@bluewin.ch
Chef de course	Gastaldi Xavier	Sur le Mont 15	1928 Ravoire	076 376 13 33	xgastaldi@netplus.ch
Chef OJ / AJ	Corthay Raphaël	Rte du Milieu 3	1933 Chamaille	079 439 62 01	rcorthay@hotmail.com
Coach JS	Gastaldi Xavier	Sur le Mont 15	1928 Ravoire	076 376 13 33	xgastaldi@netplus.ch
Membre	Allaz Emmanuel	Bois Noir 3a	1890 Saint-Maurice	078 859 36 71	emmanuel.allaz@hotmail.com
Membre	Gex Corinne	Passage de la Doey 3	1891 Vérossaz	024 485 13 89	nicolasgex@bluewin.ch

CAS GROUPE DE ST-MAURICE - PROGRAMME D'HIVER ET D'ÉTÉ

Date	Activité / Lieu	Difficulté	Délai d'inscr.	Responsable-s	Commentaires
14.12.2014	Ski et sécurité / Les Diablerets	F	10.12.2014	Xavier	Mise en jambe
21.12.2014	Loto annuel / St-Maurice	F	sur convocation	Corinne	
26-31.12.2014	Camp de Noël	F	30.11.2014	Sébastien / Raphaël	Avec OJ
03.01.14	Tête de Ferret/La Fouly	F	31.12.2014	Emmanuel	1100 D+
05.01.2015	Randonnée pleine lune / selon conditions	F	03.01.2015	Patrick / Emmanuel	Fondue à la clef
18.01.2015	Pointe de Mandelon	SM	15.01.2015	Patrick	
01.02.2015	Le Grammont	SM	29.01.2015	Xavier / Emmanuel	
05.02.2015	Randonnée pleine lune / selon conditions	F	02.02.2015	Patrick	Fondue à la clef
14.02.2015	Mont de Grange	SM	11.02.2014	Xavier / Emmanuel	
28.02-01.03.2015	Haut Val d'Hérens / Cab. des Aiguilles Rouges	SM	20.02.2015	Sébastien	
14-15.03.2015	Sortie de section / Pigne d'Arolla	BS	06.03.2015	Xavier	
19-22.03.2015	St-Joseph / à définir	BS	27.02.2015	Nicolas	
03-06.04.2015	Haute Route Mischabel	BSA	27.02.2015	Patrick	

CAS GROUPE DE ST-MAURICE - PROGRAMME D'HIVER ET D'ÉTÉ

Date	Activité / Lieu	Difficulté	Délai d'inscr.	Responsable -s	Commentaires
18-19.04.2015	Massif Monte Rosa	BSA	10.04.2015	Patrick	
14-17.05.2015	Camp Ascension /tessin		01.05.2015	Chef OJ	
02.06.2015	Via Ferrata au clair de lune / Via Nax	PD	29.05.2015	Xavier	
06-07.06.2015	Ouverture de la cabane de la Tourche	F	03.06.2015	Patrick	Journée pour notre cabane
20-21.06.2015	L'Evêque	PD	11.06.2015	Xavier	Alpinisme
04-05.07.2015	Alphubel	PD	18.06.2015	Xavier	Alpinisme
18-19.07.2015	Approche géologique /Préalpes fribourgeoises	PD	03.07.2015	Sébastien	5-6h de marche par jour
15-16.08.2015	Mönch	PD	30.07.2015	Xavier	Alpinisme
29-30.08.2015	Grand Combin (Meitin)	AD	13.08.2015	Xavier	Alpinisme
12-19.09.2015	Via Section Monte-Rosa	F	27.08.2015	Xavier	Informations à venir
04.10.2015	Fête Monte Rosa		01.10.2015	Xavier	
17.10.2015	Sortie Familles		09.10.2015	Comité	Journée sportive de rencontre

* La participation à ces courses implique une excellente condition physique et de bonnes connaissances techniques. Ces courses s'adressent à des membres du groupe à l'aise et sûrs en haute montagne, maîtrisant notamment parfaitement la matière traitée lors du WE de sécurité du mois de janvier.

F Facile
 SM Skieur moyen
 BS Bon skieur
 BSA Bon skieur alpiniste
 PD Peu difficile
 AD Assez difficile

Les inscriptions sont les bienvenues sur le site en priorité. Merci de remplir complètement.
 Il est également possible de s'inscrire par téléphone. L'inscription est définitive.
 Dans tous les cas, merci de respecter les délais.
 Inscriptions maximum 6 à 7 personnes par chef de course. Priorité aux 1^{er} inscrits



Date	Activité / Lieu	Délai d'inscription
14.12.14	Perfectionnement technique de ski	10.12.14
26-31.12.2014	Camp de Noël à Uri / Altdorf	01.11.14
04.01.15	Rando Région Ovronnaz - Tita Séri	31.12.14
17.01.15	Cascade de Glace, lieu selon les conditions	13.01.15
31.01.15	Mont Rogneux, par l'arête	26.01.15
14.02.15	Vallon de Réchy	09.02.15
7-8.03.15	Sortie section Jeunesse Monte Rosa	23.02.15
21-22.03.15	Grand Paradis	16.03.15
7-10.04.15	Oberland Bernois	20.03.15
25-26.04.15	Mont-Blanc de Cheilon	13.04.15
14-17.05.15	Camp grimpe Tessin	01.05.15
22-26.06.15	Camp d'été région Arolla	08.06.15
4-5.07.15	La Ruinette / Val de Bagnes	22.06.13
18-19.07.15	Wiwannihorn Rocher/Grimpe	06.07.15
7-9.08.15	Activités OJ dans le cadre du FIFAD	Voir site suisse
15-16.08.15	Traversée Fletschhorn-Lagginhorn	02.08.15
29-30.08.15	Hohberghorn-Nadelhorn	17.08.15
12-13.09.15	Sortie section Jeunesse Monte Rosa	31.08.15
27.09.15	Pointe de Mourti ou Grimpe longueurs, selon condis	21.09.15
11.10.15	Daillet Longueurs	05.10.15
19-24.10.15	Camp d'automne Omblèze	05.10.15
07.11.15	Grimpe Longueurs à la Dyure	02.11.15

Merci de vous inscrire dans les délais via le site internet: www.cas-st-maurice.ch
ou auprès de Yannick Richard: 027 / 767 10 07 - 079 / 583 51 69 - richardy@bluewin.ch



Président	DEVANTHERY Pierre-Emile	Rte de la Gare 14	1869 Massongex	presidence@cas-martigny.ch	079 507 61 33
Vice-présidente	BOCHATAY Anne	Rue des Prés-Magnin 6	1920 Martigny	vice-presidence@cas-martigny.ch anne.bochatay@bluewin.ch	079 425 28 48
Secrétaire / gestion. des membres	DELEZE Véronique	Rte de la Cantine 5	Epinassey / 1890 St-Maurice	secretariat@cas-martigny.ch	079 210 84 70
Trésorier	GROSS Gaël	Rue du Rhône 1	1920 Martigny	tresorier@cas-martigny.ch	079 649 21 95
Responsable formations	RODUIT Laura	Rue Saint-Ours 11	1926 Fully	responsable.formations@cas-martigny.ch	079 810 32 51
Responsable été	Poste à repourvoir				
Responsable hiver	JEKER Eric	Chemin du Calvaire 4	1950 Sion	responsable.hiver@cas-martigny.ch	078 644 06 14
Responsable jeunesse	MAILLARD Benoît	Rue de Vinseau 23	1926 Fully	responsable.jeunesse@cas-martigny.ch	079 282 46 37
Responsable salle escalade	HUBERT Pierre-Yves	Route de la Caux 13	1922 Salvan	salle.escalade@cas-martigny.ch	076 719 63 51
Webmaster	VANDEN-BIL Ted	Chez Moren 17	1955 Grugnay / Chamoson	webmaster@cas-martigny.ch	079 294 47 44
Réservation salle d'escalade	Look Montagne	Rte du léman 23	1920 Martigny		027 722 91 55
Adresse: Case postale 142 – 1920 Martigny					

CAS GROUPE DE MARTIGNY - PROGRAMME D'HIVER ET D'ÉTÉ

Date	Nom de l'activité	Chef	Tél.	Difficulté	Dénivelée	Durée	Nb max.
04.12.14	STAMM 20h00 au local du CAS	Jeker Eric	078 644 06 14				Illimité
06.12.14	Cours Avalanche chef(fe)s de course et adjoints	Hottinger Stéphane	079 261 86 73				18
20.12.14	Cours Avalanche A	Hottinger Stéphane	079 261 86 73				14
21.12.14	Cours Avalanche A	Hottinger Stéphane	079 261 86 73				14
23.12.14	Névé des Capucins / Pointe de Drône	Maillard Benoît	079 282 46 37	S3 / PD +	1000m	3h	8
27.12.14	Initiation rando à ski pour débutants / peu expérimentés	Stäuble Barbara	079 282 22 75	F ou PD-	400m - 800m	2h - 3h	Illimité
28.12.14	Initiation randonnée à ski pour débutants	Roduit Laura	079 810 32 51	F	800m	3h	10
08.01.15	STAMM 20h00 au local du CAS	Jeker Eric	078 644 06 14				Illimité

17.01.15	Gros Châtillon	Beecroft Gaëlle	076 310 49 89	F/S2	900m	3h de montée	15
21.01.15	Test Webmaster	Vanden-Bil Ted	079 294 47 44				0
31.01.15	La Crevasse	Ansermet Pascal	079 768 12 25	facile	650m	4h	10
01.02.15	Horlini depuis Albinen	Von Arx Jean-Michel	079 606 5327	PD	1000m	5h	12
05.02.15	STAMM 20h00 au local du CAS	Jeker Eric	078 644 06 14				Illimité
08.02.15	Ski de fond vallée de Conches	Delaloye Françoise	077 406 49 67	aucune		1 jour	Illimité
14.02.15	Sasseneire	Berguerand Médéric	079 738 10 17	D	1500m	7h	6
14.02.15	Traversée Dotze-Tête de Ferret	Thomas Emilie	079.735.14.50	PD/S3	1200m	5h	8
15.02.15	Chaux-Derray-Mont chevreuil en traversée	Von Arx Jean-Michel	079 606 53 27				12
21.02.15	Grand Chavalard (Couloir)	Thurre Willy	079 246.90.29	AD - S4	1400m	7h	6
28.02.15	Pointe de Beaufort	Stäuble Barbara	079 282 22 75	PD /S3	1500m	7h	10
28.02.15	Breithorn du Simplon entraversée NS	Von Arx Jean-Michel	079 606 53 27	PD	1000m	7h	8
28.02.15	Cascade de glace	Gard Daniel	079 257 42 03				10
01.03.15	Cabane du Petit-Mountet	Vouillamoz Séverine	078 741 88 37		300	5h	20
05.03.15	STAMM 20h00 au local du CAS	Jeker Eric	078 644 06 14				Illimité
06.03.15	Sortie pleine lune avec fondue	Delaloye Françoise	077 406.49.67		600 à 800 selon cond.		Illimité
07.03.15	Col Annibal descente sur Etroubles	Roduit Laura	079 810 32 51	PD	1065m	3h30	8
14.03.15	Sortie de section à la Pigne d'Arolla	Jeker Eric	078 644 06 14	PD			Illimité
19.03.15	4 jour en Valpeline	Von Arx Jean-Michel	079 606 53 27				0
21.03.15	Pointe d'Aufalle	Stäuble Barbara	079 282 22 75	AD- /S4	1300m	6h	8
21.03.15	Initiation ski en haute-montagne	Chablos Cécile	079 754 11 77	F			12
28.03.15	Triangle de l'Amitié (org. par Aoste)	Vouillamoz Séverine	078 741 88 37				0
02.04.15	STAMM 20h00 au local du CAS	Jeker Eric	078 644 06 14				Illimité
11.04.15	Sortie 2 jours Région Tête Blanche	Thurre Willy	079 246 90 29	AD- / S3	1j 1300 m / 2j 600 m - 1j 4h / 2j 6h		8
11.04.15	Aletschhorn SW	Berguerand Médéric	079 738 10 17	AD	1600m	10h	5
25.04.15	Escalade Haut-Valais (Rotchnubel et Trämel)	Dorsaz Denis	077 432 07 65	5c			14
26.04.15	Autour de St-Moss	Délèze Véronique	079 210 84 70	Facile	700m	3-4 h	Illimité
01.05.15	Assemblée des délégués à St-Maurice	Devanthery Pierre-Emile	079 507 61 33				14

CAS GROUPE DE MARTIGNY - PROGRAMME D'HIVER ET D'ÉTÉ

Date	Nom de l'activité	Chef	Tél.	Difficulté	Dénivelée	Durée	Nb max.
02.05.15	Mt-Durand Traversée Zinal-Zermatt	Von Arx Jean-Michel	079 606 53 27	AD	1210m	8h	8
14.05.15	Escalade à Finale Liguria	Dorsaz Denis	077 432 07 65	Tous niveaux			14
21.05.15	Soirée NCEUDS	Thurre Willy	079 246 90 29	aucune			Illimité
23.05.15	Week-end en VTT	Perez Roland	079 746 63 44		Entre 800 et 1200m / entre 3h30 et 5h.		12
31.05.15	Sortie trail	Patricia Joris	41796645833		1000m	7h	Illimité
04.06.15	La Tzoumaz - Verbier	Délèze Véronique	079 210 84 70	facile	1500m	6h	Illimité
04.06.15	STAMM 20h00 au local du CAS	Chabloz Cécile	079 754 11 77				Illimité
13.06.15	La Vire de dessous	Ansermet Pascal	079 768 12 25	T3	700m	5h	8
13.06.15	Grimpe Barberine-Vallorcine	Constantin Alexandra	079/245.59.59	5c en 2 ^e	100-200m	1 jour	8
13.06.15	Fête centrale du CAS à Brig	Devanthéry Pierre-Emile	079 507 61 33				Illimité
20.06.15	Initiation haute-montagne été	Chabloz Cécile	079 754 11 77	F			12
28.06.15	Bisses du Nanztal	Von Arx Jean-Michel	079 606 53 27	T3	500 m	7h	0
11.07.15	Kaiseregg en traversée	Dorsaz Denis	077 432 07 65	T4	800m	7h	10
12.07.15	Roc du Châtelet - La Motte	Beecroft Raphaëlle	078 690 67 39	T2	600m	4h	Illimité
18.07.15	Les Diablerets par Pierredar	Von Arx Jean-Michel	079 606 53 27		1100 m	7h	9
16.08.15	Escalade à la Barne (Champéry)	Dorsaz Denis	077 432 07 65	Tous niveaux			14
22.08.15	Grimpe vers cabane d'Orny	Maillard Benoît	079 282 46 37	5b (ou plus)	650 m jusqu'à la cabane / un weekend		10
29.08.15	Pain de Sucre: Arête SE - Zucchero	Maillard Benoît	079 282 46 37	D	600m	6h	8
29.08.15	Escalade dans les Gastlosen	Constantin Alexandra	079/245.59.59	6a en 2eme	200-300m	2 jours	8
05.09.15	Col du Pacheu	Ansermet Pascal	079 768 12 25	PD	J1 +1000m J2 +1000 -2000m	2h30 9h	6
05.09.15	Mittaghorn - via ferrata	Perez Roland	079 746 63 44	KS3	+570m - 1300m	5h00	10
05.09.15	Dent Favre (rando + VTT)	Vanden-Bil Ted	079/294.47.44	F	1000m	4h30	12
06.09.15	Le Fou en traversée	Plan Eric	079 435 82 87	T3	1000m	6 heures	Illimité
12.09.15	Dent d'Oche en traversée	Dorsaz Denis	077 432 07 65	T4	1100m	7h	10
13.09.15	Les Rodomonts	Beecroft Raphaëlle	078 690 67 39	T2	900m	5h	Illimité

19.09.15	150° Monte-Rosa: course aux témoins	Devanthery Pierre-Emile	079 507 61 33				20
20.09.15	La Dent de Nendaz	Patricia Joris	079.664.58.33		1300m	8h	Illimité
26.09.15	Arpelistock	Beecroft Gaëlle	076 310 49 89	T3-T4	800m	6h	15
04.10.15	Fête des 150 ans de Monte Rosa	Devanthery Pierre-Emile	079 507 61 33				Illimité
10.10.15	VTT sortie d'automne	Perez Roland	079 746 63 44	PD	env. 1200m	env. 5h00	12
16.10.15	Programme des courses	Jeker Eric	078 644 06 14				0
24.10.15	Brisolée (samedi au lieu de dimanche)	Devanthery Pierre-Emile	079 507 61 33		Ravoire		Illimité
21.11.15	Assemblée générale	Devanthery Pierre-Emile	079 507 61 33				Illimité
03.12.15	STAMM 20h00 au local du CAS	Jeker Eric	078 644 06 14				Illimité

Indispensable: Tous les participants et tous les chefs de courses doivent avoir une assurance-accident

Stamm: Lieu de rendez-vous local du Club Alpin. Renseignement : www.cas-martigny.ch

Escalade du jeudi soir: Renseignement Pierre-Yves Hubert 076 719 63 51



Arcos'Arre Architecture S.A.

' CH - 1920 Martigny ' Place de Plaisance 2

' Tél. +41 (0)27 723 29 17 ' Fax +41 (0)27 723 29 38

' www.arcosarre.ch ' Email info@arcosarre.ch



Date	Nom de l'activité	Délai des inscriptions	Chef
20.12.14	Cours avalanche A (avec les adultes)	14.12.14	Vouilloz Jacques
21.12.14	Cours avalanche A (avec les adultes)	14.12.14	Vouilloz Jacques
03.01.15	Activité n°1 / cascade de glace	28.12.14	Derivaz Maxime
06.01.15	Escalade en salle Jeunesse / hiver printemps 2015 Groupe I	04.01.15	Maillard Benoît
06.01.15	Escalade en salle Jeunesse / hiver printemps 2015 Groupe II	04.01.15	Maillard Benoît
10.01.15	Activité n° 2 / cascade de glace	04.01.15	Vouilloz Jacques
31.01.15	La Crevasse	25.01.15	Ansermet Pascal
31.01.15	Activité n°3 / ski de randonnée Freeride	25.01.15	Derivaz Maxime
18.02.15	Activité n° 4 / randonnée à ski	08.02.15	Derivaz Maxime
01.03.15	Activité n°5 / randonnée à ski freeride	22.02.15	Vouilloz Jacques
15.03.15	Activité n°6 / randonnée à ski	08.03.15	Vouilloz Jacques
28.03.15	Triangle de l'Amitié (org. par Aoste)	20.03.15	Vouillamoz Séverine
07.04.15	Activité n° 7 / Camp d'escalade de Pâques au Tessin	29.03.15	Vouilloz Jacques
25.04.15	Activité n° 8 / escalade de longues voies	01.03.15	Vouilloz Jacques
14.05.15	Activité n°8 / Camp de l'Ascension, escalade Haut-Valais	03.05.15	Vouilloz Jacques
23.05.15	Activité n° 9 / Pentecôte, 3 jours d'escalade dans les Gastlosen	03.05.15	Derivaz Maxime
13.06.15	Fête centrale du CAS à Brig	08.06.15	Devanthery Pierre-Emile
19.09.15	150 ^e Monte-Rosa: course aux témoins	17.08.15	Devanthery Pierre-Emile
04.10.15	Fête des 150 ans de Monte Rosa	03.10.15	Devanthery Pierre-Emile
24.10.15	Brisolée (samedi au lieu de dimanche)	21.10.15	Devanthery Pierre-Emile
21.11.15	Assemblée générale	18.11.15	Devanthery Pierre-Emile

Responsable du groupe jeunesse: Benoît Maillard - 079 282 46 37 / e-mail jeunesse@cas-martigny.ch

Responsables techniques : Maxime Derivaz 079 386 43 13 et Jacques Vouilloz 079 603 13 31

Renseignements et inscriptions: www.cas-martigny.ch/index.php/activites



Président	Gianadda Marc	Rue des Fermes 35	1971 Grimisuat	027 720 61 68	079 486 80 36	gianaddamarc@yahoo.fr
Vice président	Emery Marc	Rue du Scex 32	1950 Sion		079 262 69 44	marc.emery@amnis.ch
Gestion des membres	Salamin Jacques	Petit Chasseur 11	1950 Sion		077 206 53 51	tribu.salamin@gmail.com
Secrétaire	Fabienne Marcelli	Rue de Cotsette 4	1950 Sion		079 729 62 67	fab.marcelli@gmail.com
Caissière	Kohli Aline	Rte de Choin, Résidence	Richemont / 1966 Ayent		076 561 43 79	kohlialine@gmail.com
Préposé aux courses été	Aymon Raphaël	Richemont	1967 Bramois		079 643 30 75	aymonraph@hotmail.com
Préposé aux courses hiver	Ravinet Cédric	Route de Sion 22	3960 Sierre	027 455 18 01	079 688 63 32	cedric.ravinet@gmail.com
Chef AJ	Nicollier Pierre	Rue du Grand-Pont 23	1950 Sion	027 322 73 60	078 839 78 49	picollier@bluewin.ch
Chef OJ	Allexandre Muller				079 432 83 59	mulleralexandre@bluewin.ch
Coach JS	Nellen Adèle	Route de Vissigen 82	1950 Sion	027 203 34 19	078 860 64 64	adele.nellen@bluewin.ch
Préposé à l'Igloo	Dayer Jean-Marc	Ch. Des Mirabelles 9	1967 Bramois	027 203 43 21	078 609 42 00	jemada@netplus.ch
Préposée au stamm	Mengis Johanna	Les Jaheux	1996 Nendaz		079 232 04 06	johanna.mengis@cmsr-shc.ch

CAS GROUPE DE SION - PROGRAMME D'HIVER ET D'ÉTÉ

Date	Activité / Lieu	Diffic.	Nbre	Délai d'inscript.	Responsable	Adjoint	Guide
Janvier							
dim 04	Creux de Tsava	RP	16	préinscription	Martin Wehrli	Franca Vasella	
sam 10	Formation avalanche				Cédric Ravinet	Christophe Follonier	
dim 11	La Fava	RP	16		Caroline Dallèves	P.-François Schmid	
sam 17	Bec de Lovegno	RP	16		Jérôme Barras	Stéphane Morel	
dim 18	Cascade de glace	RP	16	préinscription	Raphael Aymon	Pierre Nicollier	
dim 18	Les Dents Rousses	RP	16		François Dufour	Fabienne Marcelli	
sam 24	Ski hors piste	PD			Franca Vasella		Geiser Christophe
sam 24	Cours de ski haute neige	PD			Jean-Louis Kottelat		
dim 25	Crêta de Vela	RP	16		Pascal Bossanne	Jérôme Barras	
dim 25	Cours de ski haute neige	PD			Jean-Louis Kottelat		
sam 31	Emshorn	PD	12		Laïna Moret		

CAS GROUPE DE SION - PROGRAMME D'HIVER ET D'ÉTÉ

Date	Activité / Lieu	Diffic.	Nbre	Délai d'inscript.	Responsable	Adjoint	Guide
Février							
dim 01	Pointe de Tsavolire	 RP	12		Christian Bréthaut	Christophe Follonier	
mar 03	Sortie pleine lune	 RP	16		Cédric Ravinet	Raphael Aymon	
ven 06 au dim 08	Domodossola, val Bognanco	 PD	14	préinscription	Marc Emery		Nicollier Pierre
sam 07	Dent de Nendaz	 RP	16		François Dufour	Martin Wehrli	
dim 08	Sasseneire	 PD+	12		Caroline Dallèves	Jacques Salamin	
sam 14 au dim 15	Albristhorn	 AD	12	préinscription	Daniela Jacot	Jérôme Barras	
sam 14	La Grande Garde	 RP	12		Stéphane Lesquereux	Nadine von Aarburg	
dim 15	Signalhorn	 PD	12		Cédric Ravinet	Raphael Aymon	
sam 21	Pointe du Tsaté	 PD	14		Pascal Bossanne	Martin Wehrli	
dim 22	Ski hors piste	 		préinscription	P.-François Schmid		Muller Alexandre
sam 28	Spitzhorli - Nanztal	 PD	12		Franca Vasella	Valentine Barras	
sam 28 au dim 01	Vallée de Conches	 PD	12	préinscription	Luc Dessauges	Jo Di Dio	
Mars							
dim 01	Rothorn de Turtmagne + fondue extrême	 PD	12		Cédric Ravinet		
sam 07 au dim 08	Raquettes plus raclette à l'A Vieille				Hugo Chevrolet		
sam 07	Pointe d'Allèves	 AD	10		Caroline Dallèves	Jacques Salamin	
dim 08	Genepi	 AD	10		Marc Emery	Christian Bréthaut	
sam 14 au dim 15	Sortie de section groupe de Sierre à Arolla				Cédric Ravinet		
sam 14	Aiguilles de Beaufort	 PD	12		Stéphane Morel	Laina Moret	
dim 15	La Vouasson	 PD	12		Christophe Follonier	Pascal Bossanne	
dim 15	Touno, couloir nord	 D	6		Cédric Ravinet	Raphael Aymon	
jeu 19 au dim 22	traversée Binntal Val Bedretto	 PD+	14	préinscription	Annick Philippe		Nicollier Pierre
sam 21	Tête de Ferret	 PD	12		Etienne Valentin	Jérôme Barras	
dim 22	Arpelistock	 AD-	10		Stéphane Morel	Nadine von Aarburg	
sam 28 au dim 29	Pigne d'Arolla	 AD	12		Jacques Salamin	P.-François Schmid	
dim 29	Mauerhorn	 AD+	10		Daniela Jacot	David Marty	
sam 28 au dim 29	Pigne de la Lé, couloir nord	 D	6		Cédric Ravinet	Raphael Aymon	
Avril							
ven 03 au lun 06	Haute Route Val d'Anniviers	 AD	12	préinscription	Christophe Follonier		Nicollier Pierre

dim 12 au lun 13	Dolent		AD+	10	Marc Emery	Bernard Balmer
sam 11 au dim 12	Arolla Zermatt		PD	14	Dominique Theytaz	Sabrina Perinetti
dim 12	Breithorn du Simplon		PD+	10	Franca Vasella	Jérôme Barras
sam 18 au dim 19	Aiguille de la Tsa		AD,4b	8	Raphael Aymon	Cédric Ravinet
sam 18	Pointe des Grands		PD+	10	Marc Emery	Valentine Barras
dim 19	Steghorn		PD	12	Jo Di Dio	Fabienne Marcelli
sam 25 au dim 26	Alphubel		PD+	14	Caroline Dallèves	Dominique Theytaz
dim 26	Grande Lui		AD	10	Christophe Follonier	Stéphane Lesquereux

Mai

ven 01	AG Monte Rosa (pour info)					
sam 02	Col de la Dent Jaune		AD	8	Stéphane Morel	Etienne Valentin
sam 02	Escalade en famille				Marc Gianadda	
dim 03	Loetschberg Sudrampe		T2		Esther Schmitt	
dim 03	Dent sud de Bertol		AD+	10	Christophe Follonier	Jérôme Barras
sam 09	Escalade Drapel, Aigle		5c	12	Christian Kury	Pascal Devantéry
dim 10	Saleinaz		4b	12	Jacques Salamin	Sabrina Perinetti
jeu 14 au dim 17	Escalade au val d'Aoste		5a	12	Jacques Salamin	François Dufour
lun 18	Via ferrata pleine lune				Raphael Aymon	Cédric Ravinet
sam 23	Dent de Fenestral		PD+	8	David Marty	Raphael Aymon
dim 24	Pierre Avoi		5b	8	Stéphane Lesquereux	
sam 23 au lun 25	Escalade au Jura		5c	8	Marc Gianadda	Christian Kury
sam 30	Epaule du Grand Cornier		AD	8	Stéphane Morel	Jo Di Dio
sam 30	Les Singes		5a	8	Marc Emery	Daniel Fellay
dim 31	Alpes Vaudoises		T3		Esther Schmitt	

Juin

jeu 04 au dim 07	Escalade Buis les Baronnie		5b	10	Annick Philippe	Jacques Salamin
sam 06	Le Nain Jaune attend		5b	6	Nadine von Aarburg	Fabienne Marcelli
sam 06 au dim 07	Aiguille du Tour plus escalade		PD	8	Stéphane Lesquereux	Cédric Ravinet
sam 06 au dim 07	Tour du Chavalard		T2		Jean-Marc Dayer	
sam 13 au dim 14	Fête centrale CAS Suisse à Brigue					
sam 20 au dim 21	Cours de formation été, Moiry			préinscription	Raphael Aymon	David Marty
						Feusier Yann

CAS GROUPE DE SION - PROGRAMME D'HIVER ET D'ÉTÉ

Date	Activité / Lieu	Diffic.	Nbre	Délai d'inscript.	Responsable	Adjoint	Guide
dim 21	Tour du Mont Gond	 T3			Hugo Chevrolet		
sam 27	Les Gais Alps	 4c	8		Etienne Valentin	Stéphane Morel	
dim 28	Les Eandies	 5c	6		Daniela Jacot	Laïna Moret	

Juillet

sam 04 au dim 05	Weissmies en traversée	 PD+	10		Marc Emery	Silvia Vigna	
dim 05	Riederhorn	 T2			Esther Schmitt		
sam 11 au dim 12	Course de chef de course, Grossfiescherhorn	 AD		préinscription			Nicollier Pierre
sam 18 au dim 19	Wasenhorn - Monte Leone	 PD	10		Franca Vasella	Bernard Balmer	
sam 25 au dim 26	Festigrat, Dom	 AD	12	préinscription	Jo Di Dio		Muller Alexandre
dim 26	Dent de Nendaz	 PD	6		Nadine von Aarburg	Stéphane Morel	

Août

sam 01	Grand Muveran - Arrête de Sail	 6a	6		Daniel Fellay		
dim 02	Pain de Sucre, Grand-St-Bernard	 AD, 5a	6		Franca Vasella	Marc Emery	
sam 08 au dim 09	Bruneggorn	 PD	14		Dominique Theytaz	Pascal Bossanne	
sam 15	Aiguille de Loriaz depuis Emosson	 F	10		Bernard Balmer	Marc Emery	
dim 16	Miroir d'Argentine	 5c	6		Laïna Moret	Christian Kury	
sam 22 au dim 23	Dent d'Oche	 T3			Jean-Marc Dayer		
sam 22 au dim 23	Bergseeschijen, Göschenen	 5a	12	préinscription	Annick Philippe		Geiser Christophe
sam 22 au dim 23	La Ruinette	 PD	12		Dominique Theytaz	Jérôme Barras	
sam 29 au dim 30	Aiguille de la Tsa	 AD	8		Stéphane Lesquereux	Bernard Balmer	
dim 30	Zermatt Oberrothorn	 T3			Esther Schmitt		
sam 29 au dim 30	Longues voies Aravis	 5c	8		Jacques Salamin	Sabrina Perinetti	

Septembre

sam 05	Départ course de témoin 150°						
sam 05 au dim 06	Wellenkuppe	 AD	9		Dominique Theytaz	Jérôme Barras	
sam 05	Escalade Meteorire	 5c	6		Annick Philippe	Marc Emery	
sam 05 au mar 08	Walsertour, Simplon	 T3			Hugo Chevrolet		
sam 12 au dim 13	Escalade au creux du Van, rappel 200m	 6a	8	préinscription	Stéphane Lesquereux	Laïna Moret	

sam 12 au dim 13	Castor		AD	8	Raphael Aymon	Cédric Ravinet
sam 12 au dim 13	Schönbielhütte - Trift		T2		Esther Schmitt	
sam 19 au dim 20	Balmhorn		PD	10	Bernard Balmer	Franca Vasella
sam 19	Aiguilles de la Lé		AD	6	Etienne Valentin	Marc Emery
dim 20	Canyoning			préinscription	Monika Nicollier	Nicollier Pierre
dim 20	Cornettes de Bises		5c	8	Daniela Jacot	
lun 28 au ven 02	Semaine du groupe de Sion 150°				Jean-Marc Dayer	Esther Schmitt
ven 25 au dim 27	Wildhorn 150°				Raphael Aymon	Cédric Ravinet

Octobre

ven 02	Descente du Rhône 150°				Pierre Nicollier	
dim 04	Fête du 150° Monte Rosa			150	Marc Gianadda	Marc Emery
sam 10 au dim 11	Entretien Igloo Pantalon Blanc				Jean-Marc Dayer	
sam 10	Tête de Vertsan, Haut de Cry		T4		Bernard Balmer	

 = rando-plaisir

 = raquettes

 = randonnée pédestre

 = via ferrata

 = randonnée à ski

 = ski haute neige

 = escalade

 = canyoning

 = cascade de glace

 = sortie pleine lune

 = haute montagne

Difficultés:

RP = « rando plaisir » PD = peu difficile

AD = assez difficile

D = difficile

TD = très difficile

T2 = rando en montagne

T3 = rando en montagne exigeante

T4 = itinéraire alpin

T5 = itinéraire alpin exigeant

► Escalade en salle tous les lundis soirs de 19h15 à 22h à la salle de gym de l'EPTs à Sion (novembre - décembre). Les débutants sont les bienvenus.

► Gymnastique tous les lundis à 18h30 à la salle de gym de l'EPTs à Sion

Escalade extérieure: rendez-vous au parking du tennis de Valère à 17h30

Mercredis	20 mai	27 mai	10 juin	17 juin	24 juin
Lieu	Bramois	Arbaz	Dorénaz	Vétroz	Bramois
avec	Marc Gianadda	Marc Emery	Jacques Salamin	David Marty	Moret Laïna

Les personnes désirant s'initier à l'escalade sont les bienvenues lors de ces sorties à l'extérieur.

CHEFS DE COURSES

Aymon Raphael	079 643 30 75	aymonraph@hotmail.com
Balmer Bernard	079 273 55 86	bernard.balmer@bluewin.ch
Barras Jérôme	079 831 60 21	jerome.barras@admin.vs.ch
Barras Valentine	079 765 81 07	valentine.barras@gmail.com
Bossanne Pascal	079 194 99 05	pascalbossanne@bluewin.ch
Bréthaut Christian		christian.brethaut@gmail.com
Chevrolet Hugo	027 281 33 39	hchevrol@gmail.com
Dallèves Caroline	079 301 19 31	dalleves@bluewin.ch
Dayer Jean-Marc	078 609 42 00	jemada@netplus.ch
Dessauges Luc	076 616 34 99	luc.dessauges@bluewin.ch
Devantéry Pascal		pascdev@yahoo.fr
Di Dio Jo	079 870 44 09	joseph.didio@netplus.ch
Dufour François	079 653 58 49	dufour@slf.ch
Emery Marc	079 262 69 44	marc.emery@amnis.ch
Fellay Daniel	078 709 59 03	daniel.fellay@gmail.com
Follonier Christophe	027 346 14 55	chrisfollonier@bluewin.ch
Gianadda Marc	079 486 80 36	gianaddamarc@yahoo.fr
Jacot Daniela	079 456 90 34	daniela.jacot@gmail.com
Kottelat Jean-Louis	079 419 80 16	info@follomi.ch
Kury Christian	079 276 90 22	lesbrisiers@gmail.com
Lesquereux Stéphane	079 660 23 02	stephane@chezlesteph.ch
Marcelli Fabienne	079 729 62 67	fab.marcelli@gmail.com
Marty David	078 658 84 64	marty_david@bluewin.ch
Morel Stéphane	078 698 70 89	morelst@auraph.ch
Moret Laina	079 273 46 19	lainalou@windowslive.com
Nicollier Monika	027 322 73 60	picollier@bluewin.ch
Perinetti Sabrina		
Philippe Annick	027 398 57 53	argnou@bluewin.ch
Ravinet Cédric	079 688 63 32	cedric.ravinet@gmail.com
Salamin Jacques	077 206 53 51	tribu.salamin@gmail.com
Schmid P.-François	079 340 7268	pf.schmid@transportplan.ch
Schmitt Esther	027 398 48 44	esther.schmitt@hotmail.com
Theytaz Dominique	079 471 71 72	theytaz.step@bluewin.ch
Valentin Etienne	079 489 30 22	eti.val@hotmail.com
Vasella Franca	079 686 00 08	francavasella@gmail.com
Vigna Silvia	079 454 49 23	silvia_vigna@hotmail.com
Von Aarburg Nadine	078 890 36 04	nadine.vonaarburg@gmail.com
Wehrli Martin	079 628 43 76	martin@wwwehr.li





Les activités du programme ont lieu par tous les temps! Le but peut changer parfois...

Renseignements: Pierre Nicollier – Guide – Grand-Pont 23 – 1950 Sion – 079 739 78 49
picollier@bluewin.ch www.clubalpinsion.ch, « blog de l'AJ » : infos + photos...

Randonnée à ski: il faut savoir skier, le reste s'apprend!...

Les débutants doivent obligatoirement participer à quelques activités du début du programme.

Sur le «blog», infos importantes concernant la «randonnée à ski 2014»

Pour les sorties «rando à ski» ou «cascade», infos détaillées sur le blog de l'AJ dès le mercredi précédent.

Cascade de glace: c'est de l'initiation... Tout le matériel peut être prêté.

Escalade: les chaussons peuvent être loués 30 francs par année et le baudrier peut être prêté.

Un casque est obligatoire (vélo ok); il peut être prêté. **Le matériel pour les camps est prêté sur demande.**

Sur le «blog l'AJ», infos importantes concernant l'escalade. www.clubalpinsion.ch A lire !!!

Il y a une liste d'attente pour les nouveaux. Patience!

Date	Activité	Lieu	Délai d'inscription	Départ	Retour	Prix
2 + 3.01	Randonnée à ski	En Valais central...	28.12.2014	+/- 8h30	+/- 16h00	50.-
10.01	Randonnée à ski	Freeride et « petite peau » à Nax...	7.01	+/- 8h30	+/- 16h00	25.-
17.01	Initiation cascade de glace	Les Haudères	14.01	+/- 8h30	+/- 16h00	25.-
24.01	Randonnée à ski	Siviez Petite « peau » et poudreuse	21.01	+/- 8h00	+/- 16h00	25.-
31.01	Initiation cascade de glace	La Sage ou La Gouille	28.01	+/- 8h30	+/- 16h00	25.-
7.02	Randonnée à ski	Ginals, royaume des jumps	4.02	+/- 8h30	+/- 16h00	25.-
21.02	Randonnée à ski	Pic d'Arzinol et freeride	18.02	+/- 8h30	+/- 16h00	25.-
28.02	Randonnée à ski	Vers le Sanetsch	25.02	+/- 8h30	+/- 16h00	25.-
7-8.03	Rando. à ski + cabane	Week-end AJ-OJ du Valais Surprise	2.03 !!!	+/- 12h00	+/- 16h00	40.-
14.03	Randonnée à ski	Le Touno (St Luc)	11.03	+/- 8h30	+/- 16h00	25.-
22.03	Randonnée à ski	Des belles pentes à Ovronnaz	18.03	+/- 8h30	+/- 16h00	25.-
28-29.03	Rando. à ski + cabane	Simplon, Tochuhorn	25.03	+/- 8h30	+/- 16h00	60.-

CAS GROUPE DE SION - PROGRAMME AJ

Date	Activité	Lieu	Délai d'inscription	Départ	Retour	Prix
2-9-30.05 + mercr.20.05	Samedis grimpe Après-midi grimpe	Bramois + Valais central Mur des Iles	Mercredi précédant Lundi précédant	9h00 +/- 13h00	14h00 +/- 18h00	6 x 10.-
15-16-17.05	Mini-camp de grimpe : Ascension (sous tente)	Tessin	3.06	+/- 7h00	+/- 18h00	60.-
6-13.06	Samedis escalade	Valais central Voies en plusieurs longueurs aussi	Mercredi	+/- 9h00	16h00	
6 au 10.07	Camp d'alpinisme Aussi pour débutants	Cabane des Diablerets escalade-alpinisme-glacier	14.06	+/- 7h30	+/- 18h00	250.-
27 au 31.07	Camp d'alpinisme	Cabanes Tourtemagne et Tracuit: escalade, glacier...	14.06	+/- 7h30	+/- 18h00	250.-
5.09	Samedi escalade	Bramois	Mercredi	9h00	14h00	3x10.-
12.09 ou...	Samedi escalade ou...	Bramois ou...	7.09	9h00	14h00	10.-
12-13.09	Escalade + cabane	Week-end AJ – OJ du Valais		+/- 12h00	+/- 17h00	40.-
19 + 26.09	Samedis escalade	Valais central	Mercredi	9h00	16h00	
2.10(soir) + 3.10	Bivouac + ...	Vallée de la Borgne	Mercredi	17h30	14h00	10.-
Di. 4.10	Fête 150°	Les Îles	Info sur le blog	Dès 10h...		—
11.10	Samedi escalade	Valais central	Mercredi	9h00	16h00	10.-
7 jours entre les 17 et 25.10 Congés d'autonmne	Camp d'escalade Sicile	Grimper près de la mer, dormir sous tente Infos sur le blog	Le plus tôt est le mieux! Billets d'avion! Avant 20.09	+/- 7h00	+/- 20h00	350.-
7.11	Du bloc ? De la falaise ?	Au soleil...	Lundi précédant	9h00	16h00	10.-
14.11	Sortie surprise	Surprise...	Lundi précédant	+/- 9h00	16h00	

Pour les samedis d'escalade, il est indispensable de t'inscrire au moins 1 fois au début de la série du printemps et 1 fois au début de la série d'automne !!! Et il suffit de t'excuser par mail si tu ne viens pas...

Rendez-vous des quelques premiers «samedi escalade» de chaque série: route du stand de tir de Bramois (accès facile à vélo); les rendez-vous des samedis suivants sont précisés plus tard (voir blog de l'AJ). Tous les autres départs et arrivées: gare de Sion, côté «gare marchandises».

Pour les réguliers (-ères) aux activités d'escalade, du début décembre à mi-avril, (lundis 17h45 à 19h00) **escalade en salle**.

Pour les inscriptions aux camps, seuls les formulaires distribués en temps voulu sont à utiliser.

Afin que le téléphone sonne peu..., tu peux t'inscrire aux autres activités par e-mail: picollier@bluewin.ch

Après avoir participé à quelques activités «à l'essai», l'inscription au Club Alpin est obligatoire!
www.clubalpion.ch: sous «inscription», formulaire d'inscription en ligne...



Les activités du programme ont lieu par tous les temps! Le but peut changer parfois...

Responsable OJ et renseignements: Alex Muller / natel: 079.432.83.59 / mulleralexandre@bluewin.ch

Inscriptions sur notre blog ojcas.over-blog.com, en lien sur www.clubalpinsion.ch

Informations complémentaires pour toutes les sorties sur le blog de l'OJ, www.clubalpinsion.ch

Attention aux délais d'inscription! Merci

Date	Activité	Lieu	Délai d'inscription	Prix
10.01.15	Glace	Val d'Anniviers	Mercredi avant	25.-
17.01.15	Rando Ski	Val d'Hérens- Combe de la Roussette	Mercredi avant	25.-
24.01.15	Glace	Val d'Hérens (région les Haudères-Arolla)	Mercredi avant	25.-
31.01.15	Rando ski	Val d'Héremence (les Louerettes)	Mercredi avant	25.-
07.02.15	Rando Ski	Formation Hiver (selon conditions on choisit l'endroit)	Mercredi avant	25.-
21.02.15	Glace	Val de Bagnes	Mercredi avant	25.-
28.02.15	Ski/Free Ride	4 Vallées	Mercredi avant	30.-
7-8.03.15	Camp Rando Ski	Week-end OJ-AJ	Mardi avant	50.-
14.03.15	Rando Ski	Vallée de Conches	Mercredi avant	25.-
21.03.15	Rando Ski	Simplon	Mercredi avant	25.-
28-29.03.15	Camp Rando Ski	Week-end OJ (Mont Vélan)	Mardi avant	70.-
3-5.04.15	Rando Ski	Haute route de Pâques (Région Sustenhorn)	1 semaine avant	120.-
2-3.05.15	Alpi / Rando Ski	1 dernier 4000 (Breithorn-Castor-Schwarztor)	1 semaine avant	100.-
15-17.05.15	Grimpe	Camp de l'Ascension aux Gastlosen	1 semaine avant	100.-
30.05.15	Grimpe	L'incontournable Meidji	Mercredi avant	25.-
06.06.15	Alpinisme	Formation été (technique et sécurité)	Mercredi avant	25.-
13.06.15	Grimpe	Bloc Bas Valais	Mercredi avant	25.-
27-31.07.15	Grimpe / Alpinisme	Camp été OJ (Wiwanni)	1 semaine avant	250.-
15-16.08.15	Alpinisme	Un sommet estival (Nadelhorn)	1 semaine avant	70.-
05.09.15	Grimpe	Simplon	Mercredi avant	25.-



CAS GROUPE DE SION - PROGRAMME OJ

Date	Activité	Lieu	Délai d'inscription	Prix
12-13.09.15	Grimpe / Alpi	Week-end OJ-AJ	Mardi avant	50.-
19.09.15	Grimpe	150 club Bivouac Sanetch (1 jour 1/2 pour les 150 ans du CAS)	Mercredi avant	25.-
26-27.09.15	Alpinisme	Val d'Hérens (Couronne de Bréona)	Mercredi avant	25.-
03.10.15	Grimpe	Sanetsch (bloc-Moulinettes)	Mercredi avant	25.-
04.10.15	150 ans club	Fête aux îles en faveur des 150 ans de club	—	—
10.10.15	Grimpe	Longues voies au Scex du Léman	Mercredi avant	25.-
7 jours entre 7-25.10.15	Camp	Sicile	Pour les billets d'avions avant le 20.09.2015	350.-
07.11.15	Grimpe	Grimpe au soleil sur des dalles	Mercredi avant	25.-
14.11.15	Grimpe	Dernière sortie surprise pour finir la saison	Mercredi avant	25.-
26-27.12.15	Reprise hiver	Rando et glace	Mercredi avant	25.-/jour

Si tu es venu(e) quelques fois pour voir..., il est ensuite normal que tu deviennes membre du Club Alpin de Sion.

Va sur le site www.clubalpinsion.ch sous «inscription», tu trouves la page d'inscription en ligne.

Avant chaque activité de l'OJ, va voir sous www.clubalpinsion.ch «blog de l'OJ» ou «info pour les OJ de Sion»:

tu y trouves les informations (lieu de rendez-vous, horaire, matériel et changements de programme éventuel + photos...)

- Les activités de l'OJ du Club Alpin de Sion sont ouvertes à tous et à toutes, en fonction de la place disponible.
- Les néophytes en randonnée à ski, en alpinisme ou en escalade doivent participer dès les premières activités avec un peu de régularité afin de prendre le rythme...
- Une certaine régularité dans ta participation aux activités est souhaitée ; c'est pour toi le seul moyen de progresser. C'est aussi nécessaire pour que l'OJ puisse offrir des activités d'un certain niveau.
- L'OJ dépend de « Jeunesse et sport » (J+S), un organisme national qui prête du matériel et donne de l'argent -subventions- à l'OJ pour que ta participation financière ne soit pas trop lourde. J+S fixe aussi des règles de sécurité, de nombre de participants et de comportement général.
- Ce que tu payes ne couvre qu'une partie des frais (transport, guide et moniteur, nourriture et logement pour les camps). Le reste vient du Club, de J+S, de la caisse OJ.
- Pour chaque activité, une bonne partie du matériel nécessaire peut être fourni par l'OJ (à demander).

Respecte le délai d'inscription inscris-toi sur le blog. Ne téléphone qu'en cas de nécessité. Excuse-toi si finalement tu as un empêchement...

Avant chaque sortie, va sur le site du club www.clubalpinsion.ch, sous « info pour l'OJ » ou « blog de l'OJ », voir les précisions d'horaire, de matériel, de changement de programme...

2. Le programme

Il touche les principaux domaines de l'alpinisme et de l'escalade. Il te permet donc d'être polyvalent. Au fil des activités, le niveau de difficulté s'élève un peu. Il ne sera donc pas possible de participer à certaines sorties sans un peu de régularité. Il faut au moins 4 à 5 participants pour qu'une activité ait lieu, à vous donc de vous concerter, de vous motiver les uns les autres et de vous encourager à venir ; entre portables et SMS vous avez les moyens de vous organiser...

- **La rando à ski** te permet de connaître et d'apprendre la montagne en hiver (sécurité, ski hors-piste, ...) ; si tu ne skies plus, il est toujours possible de recommencer afin de pouvoir venir...
- **La cascade de glace** est à la mode, très dynamique et intense. A essayer même si tu n'as pas de matériel spécifique ! Pas nécessaire de skier.
- **L'alpinisme**, c'est une autre dimension que l'escalade : altitude, endurance, ...
- **L'escalade**, c'est connu...
- **Le bloc**, c'est un laboratoire pour oser et découvrir les gestes de l'escalade ; cette activité convient bien à la saison froide.

3. Les camps et la Haute-Route, les longues voies:

Tu ne peux y participer que si tu es venu(e) à quelques sorties « ordinaires ».

4. Matériel

L'OJ prête si nécessaire:

- randonnée à ski : DVA (détecteur de victime d'avalanche), peaux de phoque, pelle + sonde à avalanche. Si tu débutes, tu peux utiliser tes skis de piste et l'OJ te prête une fixation de montée (pas idéal, mais permet d'essayer). Sur demande, **l'OJ peut t'aider à trouver des fixations de randonnée pour peu d'argent, à toi de trouver les skis (occasion...?).**
- cascade de glace : les crampons et les piolets ancreurs.
- alpinisme : les crampons, le piolet, le baudrier, les guêtres, les cordes.
- escalade : éventuellement le baudrier et des chaussons (pour débiter) et les crash-pads pour le bloc...

En escalade, sauf pour le bloc et la salle, le port du casque est obligatoire.

C'est un élément essentiel de sécurité qui peut aussi éviter des problèmes liés aux assurances. C'est une forte recommandation de J+S.

5. Alcool, cigarette, cannabis et autres fumées...

- Sur le principe, J+S a une option clairement sans fumée et sans alcool.
- Durant les activités d'une journée, cette règle est respectée.
- Durant les camps, en gardant la même option, les soirées peuvent bénéficier d'un régime de faveur...
- **Le cannabis et les autres drogues « douces » ou « dures » sont absolument interdits dans le cadre des activités de l'OJ.** En fait, pour des raisons évidentes de sécurité, de responsabilité et d'état d'esprit général, les personnes dépendantes ou consommatrices de telles substances n'ont rien à faire à l'OJ.

6. Les moniteurs J+S qui ont moins de 20 ans...

... peuvent participer au programme et aux courses de l'OJ, même s'ils ne sont pas « engagés » comme moniteur et ils ne payent rien. Pour un camp ou une Haute-Route, il y aura peut-être une petite participation (à voir...).



Président	Frédéric Rouvinez	Finettes 13	1920 Martigny	-	078 719 99 36	frederic@rouvinez.com
Vice-Président						
Gestion des membres	Anne-Marie Salmin-Morard	Rue du Bourg 49	3960 Sierre	-	078 604 95 44	am.salamin@hotmail.com
Secrétaire	Anne-Marie Salmin-Morard	Rue du Bourg 49	3960 Sierre	-	078 604 95 44	am.salamin@hotmail.com
Caissier	Bernard Kohler	Rue d'Orzival 4	3960 Sierre	027/455'31'13	-	bernard.kohler@netplus.ch
Chef de courses hiver / été	Mathieu Curchod	Route de la Rotse 11	3972 Miège	-	078 717 62 36	curchod3@msn.com
Représentant Mt-Rosa	Frédéric Rouvinez	Finettes 13	1920 Martigny	-	078 719 99 36	frederic@rouvinez.com
Chef AJ/OJ	Philippe Gillioz	route de Chelin 14	3978 Flanthey	027 458 18 05	079 698 44 59	philippeg@netplus.ch
Préposé à la cabane	Grichting Laurent	chemin de la Pinède 17	3977 Granges	-	079 678 86 14	l.grichting@bluewin.ch

CAS GROUPE DE SIERRE - PROGRAMME D'HIVER ET D'ÉTÉ

Date	Activité / Lieu	Responsable	Téléphone	E-mail
Tous les mercredis	Grimpe à Saxon	Marie-Jo Giannada	079 506 86 43	
25 nov	Soirée sécurité	AZ Sport	027 455 55 55	
13 déc	Cours avalanche	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com
16 déc	Verrée de Noël 18h00 au Bourgeois	Marie-Jo Giannada	079 506 86 43	
10 janv	Horlini (2451m.)	Pascal Budon	079 818 06 89	budon@netplus.ch
11 janv	Initiation peau de phoque	Françoise Ibach	079 794 32 48	francibach@yahoo.fr
17 janv	Col de la Roue	Ottília Waser	079 205 38 79	waser.ottilia@bluewin.ch
17 janv (2 jours)	Perfectionnement chef de course	Pierrot Bagnoud	079 232 08 82	pierrotbagnoud@hotmail.com
08 févr	Cascade de glace (groupe formation)	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com
14 févr	Journée hors piste (avec guide)	Stijn Vandendriessche	079 625 89 05	stijn@en-montagne.ch
15 févr	Pointe des Toules	Jean-Pierre de Greck	079 719 48 86	degreck@bluewin.ch
22 févr	Col de Bréona	Pascal Budon	079 818 06 89	budon@netplus.ch
01 mars	Grande Dent de Morcles	Jean-Pierre de Greck	079 719 48 86	degreck@bluewin.ch
07 mars	Schafberg	Ottília Waser	079 205 38 79	waser.ottilia@bluewin.ch
08 mars	Gestion d'une course (groupe formation)	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com

14 mars (2 jours)	Pigne d'Arolla (Course de section)	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com
21 mars	Spitzhorli	Sylvie Kuenzi	079 563 59 20	sylvie.kuenzi@gmail.com
Tous les mercredi soirs d'été: Grimpe à Bramois		Daniel Dischinger	079 523 48 14	
20 avr (5 jours)	Haute route Vanoise (avec Guide)	Stijn Vandendriessche	079 625 89 05	stijn@en-montagne.ch
01 mai	Assemblée des délégués de la section Monte Rosa à St-Maurice	Frédéric Rouvinez		
10 mai	Grimpe et assurage (groupe formation)	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com
13 juin (2 jours)	Fête centrale du Club Alpin Suisse à Brigue	Frédéric Rouvinez		
28 juin	Grimpe, relais, rappels (groupe formation)	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com
11 juil (2 jours)	Randonnée pédestre cab. Rossier/Bertol	Daniel Dischinger	079 523 48 14	
18 juil (2 jours)	Sortie Surprise	Ottilia Waser	079 205 38 79	waser.ottilia@bluewin.ch
15 août (2 jours)	Mönch – Jungfrau (avec Guide)	Stijn Vandendriessche	079 625 89 05	stijn@en-montagne.ch
16 août	Courses d'arête (groupe formation)	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com
23 août (6 jours)	Haute Route Walserwege dans les Grisons	Ottilia Waser	079 205 38 79	waser.ottilia@bluewin.ch
11 sept	Soirée chef de course	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com
20 sept	Glacier de Moiry, cramponnage (groupe formation)	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com
26 sept (9 jours)	Courses relais des 150 ans du CAS	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com
04 oct	Fête officielle des 150 ans Monte Rosa	Mathieu Curchod	078 717 62 36	curchod3@msn.com
20 nov	AG CAS Sierre	Frédéric Rouvinez		

Le programme actifs s'adresse aux membres entraînés et aptes à réaliser les courses proposées. Une inscription auprès des chefs de course 5 à 7 jours à l'avance est souhaitée.

Les hautes routes et courses avec guide sont subventionnées à hauteur de CHF 100.- par membre pour l'année, ce qui signifie que la section interviendra à hauteur de ce montant pour la première course que vous effectuerez en 2015.

Le programme formation est organisé par Mathieu Curchod et a une visée pédagogique. Le but est de constituer un groupe d'alpinistes réguliers qui désirent évoluer ensemble durant une année, viser l'indépendance en montagne et/ou se préparer au cours de chef de courses.

L'escalade du mercredi est organisé par Marie-Jo Giannada et Daniel Dichingertous les mercredi à Saxon. L'hiver départ groupé de Sierre à 18h00.

Date	Activité / lieu
10 janv	Cascade de Glace
31 janv	Hors piste / randonnée à ski
28 févr	Hors piste
07 mars	Randonnée à ski
21 mars	Randonnée à ski
04 avr	Randonnée à ski
02 mai	Escalade
09 mai	Escalade
14 mai	Camp escalade
23 mai	Escalade
30 mai	Escalade
06 juin	Escalade
06 juil	Camp d'alpinisme
12 sept	Escalade
19 sept	Escalade
26 sept	Escalade
03 oct	Escalade
10 oct	Escalade
17 oct	Escalade
26 oct	Camp escalade
07 nov	Escalade

CAS GROUPE DE SIERRE - GROUPE SKI-ALPINISME

Date	Activité / lieu
07 janv	Nocturne souper à la cabane des violettes
24-25 janv	Weekend dans le val d'aost reservation avant le 15 decembre
14 févr	Mauerhorn
07 mars	Grand Chavalard - Grand Château
18-19 avr	Signalkuppe - Cima di Jazzi



Route de Riddes

1950 Sion

Tél. 027 203 38 27

Fax 027 203 53 58

Natel 079 373 14 16



Grütter Christian	St. Jodernstrasse 12	3930 Visp	027.967.0381	078.898.5331	christian.gruetter@geoverm.ch
Rudin Peter	Dorfstrasse 19	3934 Zeneggen	027.946.2500	079.287.30.12	rudinpeter@gmx.ch
Herberts Karin	Usterstrasse 25	8600 Dübendorf	027.946.1209		karin.herberts@bluewin.ch
Karin Merck	Brei 81	3911 Ried-Brig	027.923.0662	079.422.1931	karin.merck@greenmail.ch
Thun Brigitte	Obere Erilgasse 10	3946 Turtmann	027 932 23 86	079 563 95 47	vbthun@bluewin.ch
Tschumi Johannes	Fischera 4b	3937 Baltschieder	027.946.7065	079.689.5038	tschumijo@bluewin.ch
Jäger Janik	Kantonsstrasse 24	3946 Turtmann		079.363.1802	janik512@hotmail.com
Biffiger Cornelius	Weitematte 8	3939 Eggerberg	027.946.1803	079.321.4014	cornelius.biffiger@lonza.com
Berchtold Michèle				079.797.3058	micheleberchtold@hotmail.com
Grütter Christian	St. Jodernstrasse 12	3930 Visp	027.967.0381	078.898.5331	christian.gruetter@geoverm.ch

SAC ORTSGRUPPE VISP - PROGRAMM WINTER + SOMMER

Datum	Aktivität / Ort	Schwierigkeit	Anmeldetermin	Verantwortlich
04.01.2015	Skitour Simplon, Hohturli	leicht	01.01.15	Friedhelm Altpeter
11.01.2015	Eisklettern nach Bedingungen	mittel	08.01.15	Christian Grütter
18.01.2015	Skitour Goms / Simplon 1000Hm	leicht	15.01.15	Johannes Tschumi
25.01.2015	Skitour Simplon, Galenhorn	leicht-mittel	22.01.15	Friedhelm Altpeter
08.02.2015	Skitour Val de Bagnes, Mont-Rogneux	schwer	05.02.15	Friedhelm Altpeter
22.02.2015	Skitour Brudelhorn oder Stockji	leicht-mittel	19.02.15	Johannes Tschumi
28.02.2015	Schneeschuhtour Oberems mit Raclette	leicht	25.02.15	Patrick Imboden
1.-6.03.2015	Skitour Südtirol, Skitourenwoche	mittel *	05.01.15	Johannes Tschumi
14.15.03.2015	Sektionstour Winter, Pigne d'Arolla	mittel *	28.02.15	Johannes Tschumi
19.-20.03.2015	Skitour Valle Formazza, Basodino	mittel	05.03.15	Friedhelm Altpeter
29.03.2015	Klettern Arbaz	mittel	26.03.15	Orlando Theler
11.-12.04.2015	Skitour Strahlhorn von der Britannia aus	mittel	28.03.15	Christian Grütter
18.-19.04.2015	Skitour Arolla von der Cab. Vignette aus	mittel *	04.04.15	Johannes Tschumi
25.04.2015	Skitour Monte Rosa	schwer *	11.04.15	Marco Andenmatten
31.05.2015	Klettern Grimsel	mittel	27.05.15	Orlando Theler
07.06.2015	Klettern Kandersteg Üschenen	mittel-schwer	03.06.15	Eddy Bruchez
13.06.2015	Klettern Argentière, Col de Montet	mittel	10.06.15	Karin Herberts
20.06.2015	Hochtour Zermatt, Breithorn	leicht	17.06.15	Friedhelm Altpeter
27.-28.6.2015	Tourenleiterfortbildung Orny	mittel-schwer *	13.06.15	Johannes Tschumi

SAC ORTSGRUPPE VISP - PROGRAMM WINTER + SOMMER

Datum	Aktivität / Ort	Schwierigkeit	Anmeldetermin	Verantwortlich
05.07.2015	Wandern Visperterminen, Mattwaldhorn	mittel-schwer	02.07.15	Christian Bregy
11.-12.07.2015	Hochtour Blüemlisalp - Morgenhorn	mittel-schwer *	27.06.15	Johannes Tschumi
18.-19.07.2015	Klettern Sidelenhütte, Schildkrötengrat	leicht-mittel	03.07.15	Stefan Schwery
25.07.2015	Hochtour Mischabel	mittel-schwer	11.07.15	Christian Grütter
8.-9.08.2015	Hochtour Alpine Kletterei	mittel-schwer	25.07.15	Christian Grütter
22.-23.08.2015	Hochtour Sustenpass, Gwächtenhorn	mittel-schwer *	08.08.15	Marco Andenmatten
29.-30.08.2015	Hochtour Dent Blanche	schwer *	14.08.15	Johannes Tschumi
5.-6.09.2015	Klettern Simmental, Stockhorn	mittel	20.08.15	Karin Herberts
5.-12.09.2015	Wandern / Hochtour Stafettenlauf Grimsel-Simplon	leicht-mittel	-	Johannes Tschumi
06.09.2015	Klettern Wiwanni	mittel	02.09.15	Brigitte Wolf
12.-19.09.2015	Wandern / Hochtour Stafettenlauf Simplon-Zermatt	leicht-mittel	-	Johannes Tschumi
12.13.09.2015	Klettern Tessin, Quinto	mittel-schwer	29.08.15	Eddy Bruchez
19.-26.09.2015	Wandern / Hochtour Stafettenlauf Zermatt-Chandolin	leicht-mittel	04.09.15	Johannes Tschumi
27.09.-4.10.2015	Wandern / Hochtour Chandolin-Sion	leicht-mittel	-	Johannes Tschumi
04.10.2015	Jubiläumsfest 150 Jahre Sektion Monte Rosa in Sion	leicht	-	Johannes Tschumi
11.10.2015	Wanderung Raron, Chischtenhorn	schwer	07.10.15	Brigitte Wolf
13.11.2015	Generalversammlung OG Visp	leicht	09.11.15	Brigitte Thun

Hallenklettern

Kletterhalle im Sand ab 18:30

19.11.2014	Einführung für Wiedereinsteiger		18.11.14	Orlando Theler
26.11.2014	Einführung für Wiedereinsteiger		25.11.14	Orlando Theler
03.12.2014	Klettern		-	Orlando Theler
10.12.2014	Klettern		-	Johannes Tschumi
17.12.14	Klettern		-	Johannes Tschumi
07.01.15	Klettern		-	Johannes Tschumi
14.01.15	Klettern		-	Charly Bertholjotti
21.01.15	Klettern		-	Charly Bertholjotti
28.01.15	Klettern		-	Charly Bertholjotti
04.02.15	Klettern		-	Christian Grütter
11.02.15	Klettern		-	Christian Grütter
18.02.15	Klettern		-	Christian Grütter
11.03.15	Klettern		-	Marco Andenmatten
18.03.15	Klettern		-	Marco Andenmatten
25.03.15	Klettern		-	Marco Andenmatten
01.04.15	Klettern		-	Orlando Theler

08.04.15	Klettern, Gamsen (outdoor)	05.04.15	Orlando Theler
15.04.15	Klettern Naters, Baji (outdoor)	12.04.15	Orlando Theler
18.11.15	Einführung für Wiedereinsteiger	17.11.15	Orlando Theler
25.11.15	Einführung für Wiedereinsteiger	24.11.15	Orlando Theler

Tourenverantwortliche und Kontakte

	Name + Vorname	Telefon Festnetz	Mobiltelefon	eMail
Tourenchef	Johannes Tschumi	027 946 7065	079 689 5038	tschumijo@bluewin.ch
Präsident	Christian Grütter	027 967 03 81	078 898 5331	christian.gruetter@geoverm.ch
	Brigitte Thun	027 932 2386	079 563 9547	vbthun@bluewin.ch
	Brigitte Wolf	079 456 9554		b.wolf@bluewin.ch
	Charly Bertholjotti	027 473 3344	079 745 9473	cbertholjotti@bluewin.ch
	Christian Bregy	027 932 2869	079 457 0694	bregychristian@bluewin.ch
	Christian Imstepf	079 574 9164		bolzi.imstepf@bluewin.ch
	Eddy Bruchez	079 460 7455		eddy.bruchez@bluewin.ch
	Friedhelm Altpeter	079 406 4469		friedhelm.alt peter@ieee.org
	Karin Herberts	027 946 1209	077 431 5864	karin.herberts@bluewin.ch
	Marco Andenmatten	027 924 1976	079 703 2935	andenmatten.marco@gmx.ch
	Orlando Theler	027 946 3511	079 689 6661	orlando.theler@bluewin.ch
	Patrick Imboden	079 418 83 45		pp.imboden@bluewin.ch
	Stefan Schwery	079 204 3178		stefan1969@bluewin.ch
	Thomas Kämpfer	078 807 7050		bietschi@yahoo.de

Ergänzungen und Erläuterungen

- Anmeldungen:** Die Teilnehmer sind gebeten, sich fristgerecht und persönlich beim Tourenverantwortlichen anzumelden und sich die erforderlichen Informationen zu Treffpunkt, Ablauf des Anlasses, Material, Erfordernisse, Spezielles etc. einzuholen.
Bei Problemen oder wenn der Tourenverantwortliche länger nicht erreichbar ist, bitte mit dem Tourenchef kontakt aufnehmen. (Tel.079/689 50 38)
- Kletterhalle:** Am Mittwoch ist die Halle ab 18:30 offen. Der/die Hallenverantwortliche ist für das öffnen der Halle und einen ordentlichen Betrieb zuständig. Nichtmitglieder vom SAC bezahlen einen Nutzungsbeitrag von Fr.10.-/Tag an den / die Hallenverantwortliche. Es besteht kein Anspruch auf Unterricht. Wer sich nicht an die Regeln und Sicherheitsgrundsätze hält, darf die Wand nicht benutzen. Während den Schulferien und bei besonderen Anlässen/Ausstellungen kann die Halle nicht benutzt werden.
- Mertägige Touren:** Bitte beachten, dass je nach Tour ca. 2 Wochen vorher angemeldet werden muss. (Siehe Termine in der Liste)
- Bergführer (*)** Bei Touren mit Bergführern wird pro Teilnehmer und Tag ein Beitrag von Fr. 20.- als Kostenbeteiligung eingezogen (2 Tage: 40 Fr). Diese Touren sind mit einem (*) gekennzeichnet.
- Aktuelles** Aktualisierungen, Tourenberichte, ev. zusätzliche Touren und Infos findet man im Internet unter www.sac-visp.ch



Datum	Aktivität / Ort	Schwierigkeit	Anmeldetermin	Verantwortlich
14.12.2014	Skitag Belalp	leicht	10.12.14	Janik Jäger
01.02.2015	Eisklettern Feeschlucht	mittel	28.01.15	Janik Jäger
21.-22.02.2015	Ausbildungswochenende Gemmi	leicht-mittel	06.02.15	Michael Werlen
7.-8.03.2015	Sektionstour Winter	mittel	25.02.15	Christian Grütter
22.03.2015	Skitour im Goms - Stockji	mittel-schwer	18.03.15	Fabian Borter
11.-12.04.2015	Skitour im verborgenen Zwischbergental	mittel	29.03.15	Fabian Borter
2.-3.05.2015	Monte Rosa Rundtour ab klein Matterhorn	schwer	19.04.15	Sebastian Briw
23.-25.05.2015	Pfingstklettern in Orpière	mittel	10.05.15	Martin Kimmig
07.06.2015	Klettern Kandersteg, Üschenen	mittel-schwer	03.06.15	Eddy Bruchez
4.-5.07.2015	Eis und Felsausbildung auf der Furka	leicht-mittel	21.06.15	Martin Kimmig
18.-19.07.2015	Cabane Bertol	mittel	05.07.15	Dominic Kimmig
8.-9.08.2015	Lagorai vom Biwak Varese	schwer	26.07.15	Sebastian Briw
29.-30.08.2015	Wilerhorn von der Bietschhornhütte	mittel-schwer	16.08.15	Michael Werlen
12.-13.09.2015	Sektionstour Sommer	mittel	30.08.15	Christian Grütter
26.-27.09.2015	Matterhorn des Südens Piz Prevat	mittel	13.09.15	Eddy Bruchez
10.-11.10.2015	Klettern und Bouldern im sonnigen Tessin	mittel	27.09.15	Janik Jäger
13.11.2015	Generalversammlung OG Visp	leicht	27.09.15	Brigitte Thun

Tourenverantwortliche und Kontakte

	Name + Vorname	Mobiltelefon		eMail
JO-Chef	Janik Jäger	079 363 18 02	027 932 29 72	janik512@hotmail.com
Präsident	Christian Grütter	078 898 53 31	027 967 03 81	christian.gruetter@geoverm.ch
	Aline Fetzer	079 759 56 02		aline.fetzer@bluewin.ch
	Brigitte Thun	079 563 9547	027 932 2386	vbthun@bluewin.ch
	Dominic Kimmig	079 395 55 92	027 927 34 16	th.u.kimmig@bluewin.ch

Eddy Bruchez	079 395 55 92		eddy.bruchez@bluewin.ch
Fabian Borter	079 375 75 03		fabi.borter@hotmail.com
Ivo Schnyder	079 485 80 77		
Martin Kimmig	079 554 74 27	027 927 28 29	
Michael Werlen	079 771 12 62		werlenmichael@bluewin.ch
Sebastian Briw	079 552 92 20		sebastian_briw@hotmail.com



SAC ORTSGRUPPE VISP - KIBE PROGRAMM WINTER + SOMMER

Datum	Aktivität / Ort	Anmeldetermin	Verantwortlich
20.12.14	Skitag Oberwallis	12.12.15	Cornelius Biffiger
10.01.15	Jeizinen Fäsulalp	07.01.15	Cornelius Biffiger
24.01.15	Visperterminen Giw	21.01.15	Cornelius Biffiger
07.02.15	Rothwald Mäderlicke	04.02.15	Cornelius Biffiger
21.02.15	Ginals Dreizehndenhorn	12.02.14	Cornelius Biffiger
7.-8.03.2015	Sektionstour Winter	25.02.15	Cornelius Biffiger
21.03.15	Oberwald Gale	18.03.15	Cornelius Biffiger
	Sommerprogramm wird auf der Webseite publiziert		Michèle Berchtold

Das Sommerprogramm ist in Bearbeitung und wird unter www.sac-visp.ch aufgeschaltet.

Tourenverantwortliche und Kontakte

Funktion	Name + Vorname	Adresse	PLZ + Wohnort	Telefon	Natel	eMail
KIBE-Chef Winter	Cornelius Biffiger	Weitematte 8	3939 Eggerberg	027.946.1803	079.321.4014	cornelius.biffiger@lonza.com
KIBE-Chef Sommer	Michèle Berchtold	Ebnetstrasse 49	3982 Bitsch		079.797.3058	micheleberchtold@hotmail.com



Präsident	Damian Gitz		3927 Herbruggen	027 924 53 93	076 528 41 46	damian.gitz@swissonline.ch
Vize-Präsident	Jan Schnidrig	Am Bach 9	3920 Zermatt	027 967 09 26	078 606 34 62	jan.schnidrig@gmx.net
Aktuar & Kommunikation	Serge Schnidrig	Thunstrasse 67	3612 Steffisburg		078 880 19 77	serge.schnidrig@gmx.ch
Tourenchef	Jean-Paul Imboden	Stahlen 27	3924 St. Niklaus		078 812 82 05	jp_imbodi@gmx.ch
Kassier & Mitgliederverwalter	Thomas Sarbach	Haltenrain 11	3713 Reichenbach		078 730 53 92	sarbachthomas@gmail.com
JO Chef / Coach	Markus Sarbach	Dorf	3924 St. Niklaus	027 956 33 86	079 230 58 24	kusi.sarbach@bluewin.ch
Materialverwalter	Damian Schnidrig	Feld 15	3924 St. Niklaus	027 956 55 35	078 603 08 77	damisch@bluewin.ch
Rettungschef	Hildebert Heinzmann	Stahlen	3924 St. Niklaus	027 956 20 27	079 221 06 38	hildebert@bluewin.ch
Beisitzer	Mauro Ferrari	Boden	3924 St. Niklaus	027 956 22 62	079 500 22 62	mauro.ferrari@freesurf.ch
Beisitzer	Brigitte Heinzmann	Stahlen	3924 St. Niklaus	027 956 20 27	079 206 89 40	hildebert@bluewin.ch

SAC ORTSGRUPPE ST. NIKLAUS - PROGRAMM WINTER + SOMMER

Datum	Anlass / Ziel	Niveau	Termin	Organisator	Telefon
09.11.14	Klettern	leicht	08.11.14	Dominik Lochmatter	079 513 41 85
23.11.14	Klettern	leicht	22.11.14	David Fux	078 894 34 49
21.12.14	Winterausbildung Hannig	Ausbildung	20.12.14	Jean-Paul Imboden	078 812 82 05
28.12.14	Schneeschutour mit Biscuit-Contest	leicht	27.12.14	Priska Dellberg Chanton	078 817 01 13
03.01.14	Vollmond Ski- / Schneeschuhtour Moosalpe mit Fondue	leicht	02.01.15	Vorstand	078 812 82 05
18.01.15	Skitour Oberwallis	mittel	16.01.15	Angelo Gruber	078 613 48 36
08.02.15	Skitour	mittel	06.02.15	Serge Schnidrig	078 880 19 77
14.-15.02.2015	Freeride Weekend	mittel	12.02.15	Nicole / Jan oder J-P	078 662 65 13
22.02.15	Skitour im Wälschu	mittel	21.02.15	Philippe Chanton	079 221 17 25
1./2.03.2015	Gipfelabfahrt	mittel	29.02.2015	Jan oder Jean-Paul	079 606 34 62
14.-15.03.2015	Sektionstour Pigne d'Arolla (OG Siders)	mittel	02.03.15	Philippe Chanton	079 221 17 25
29.03.15	Skitour Berner Oberland	leicht	27.03.15	Fabian Imboden	079 430 88 48
12.04.15	Skitour mit Sulzabfahrt	mittel	10.04.15	Jan Schnidrig	078 606 34 62
15.-19.04.2015	Skitourentage Jungfrauregion	mittel	03.04.15	Denis / Jan	076 499 31 32
01.05.15	DV Sektion Monte Rosa in St-Maurice	-	-	Damian Gitz	076 528 41 56

10.05.15	Abschlussskitour Gran Paradiso	mittel	09.05.15	Jean-Paul Imboden	078 812 82 05
23./24.05.2015	Heimattagung Zaniglas	Mitarbeit	-	Vorstand	
07.06.15	Klettern	leicht	06.06.15	Michel Lochmatter	079 326 96 00
13./14.06.2015	SAC Zentralfest in Brig und Simplon	Mitarbeit	-	Philippe Chanton	079 221 17 25
20.-21.06.2015	Sommerausbildung Alpja	Ausbildung	14.06.15	Angelo Gruber	078 613 48 36
28.06-04.07.15	Kletterlager JO	leicht	01.06.15	Kusi Sarbach	079 230 58 24
05.07.15	Klettersteig Daubenhorn	schwer	04.07.15	Adrian Köppel	079 703 47 72
09.-12.07.2015	Sommertourentage Chamonix	leicht	28.06.15	Jean-Paul / Angelo	078 812 82 05
26.07.15	Einsteiger Hochtour	leicht	25.07.15	Kusi / Denis	079 230 58 24
08.-09.08.2015	Gross Diamantstock Ostgrat	mittel	06.08.15	Myriam Aufdenblatten	079 563 78 66
23.08.15	Biketour	mittel	21.08.15	Peter Werro	079 270 23 98
04.-05.09.2015	Spezialtour Sternlauf - Bordierhütte - Abschied Pius	für alle	31.08.15	alle Führer	078 606 34 62
12. - 19.09.2015	Stafette Via Monte Rosa, Abschnitt der OG Zaniglas Simplonpass nach Zermatt	mittel	31.08.15	Damian Gitz	076 528 41 56
			Philippe Chanton	079 221 17 25	
19.09.15	Raclette Bummel	-	-	Vorstand / Brigitte	076 349 20 27
27.09.15	Herbstwanderung durch die Reben mit Weindegustation	leicht	25.07.15	Brigitte / Bärtschi	076 349 20 27
04.10.15	Sektionsfest: 150 Jahre Sektion Monte Rosa, domaine des îles, Sitten	-	15.09.15	Damian Gitz	076 528 41 56
			Philippe Chanton	079 221 17 25	
11.10.15	Herbstwanderung Goms	leicht	09.11.15	Carmen / Franz	079 319 48 71
16.-18.10.2015	Kletterweekend Italien / Frankreich	leicht	11.10.15	Nicole Truffer	078 662 65 13
24.10.15	Wanderung Naturpark Thunersee-Hohgant	leicht	17.10.15	Priska Dellberg Chanton	078 817 01 13
06.11.15	GV Ortsgruppe Zaniglas	-	-	Vorstand	

Wichtige Informationen:

- Das Tourenprogramm kann jederzeit den Verhältnissen und der Gruppe angepasst werden. Bitte um Flexibilität
- Information und Anmeldung jeweils beim Organisator / Tourenleiter oder beim Tourenchef.
- Die Anmeldung muss vor dem Anmeldetermin erfolgen. Spätere Anmeldungen können zurückgewiesen werden.
- Wenn JO-Mitglieder an einer SAC-Tour mitmachen wollen, müssen diese vorgängig mit dem JO-Chef Kontakt aufnehmen.

Touren mit Bergführer und Tourenwochen:

- Diese Touren sind nach Teilnehmer beschränkt. Es gilt die Anmeldereihenfolge sowie die Vereinsmitgliedschaft.
- Jeder Teilnehmer entrichtet eine Tagesentschädigung gemäss gültigem Spesenreglement der OG St. Niklaus
- Folgende Beträge werden von den Teilnehmern (Mitglied Sektion Monte Rosa) verlangt:
- Einfache Touren (CHF 35.00/Tag), Schwere Touren (CHF 60.00/Tag), Tourenwochen (CHF 35.00/Tag)
- Teilnehmer, welche nicht Mitglied der Sektion Monte Rosa sind, zahlen einen Zuschlag von 50%

Weitere Informationen befinden sich auf unserer Homepage: www.jo-sac-zaniglas.ch



Datum	Anlass / Ziel
21.12.14	Ausbildungstag Grächen (mit SAC)
03.01.15	Mondschein-Skitour mit Fondue (mit SAC)
Januar	Skitouren / Klettern nach Ansage
24.01.15	Eisklettern Saastal / WC in Saas Fee
Februar	Skitouren / Klettern nach Ansage
März	Skitouren / Klettern nach Ansage
April	Skitouren / Klettern nach Ansage
Mai	Klettern nach Ansage
23./24.05.2015	Heimattagung Zaniglas
Juni	Klettern nach Ansage
20./21.6.2015	Ausbildungswochenende Alpja (mit SAC)
28.6.-4.7.2015	Kletterlager JO
Sommer	Hochtouren nach Verhältnissen
Herbst	Herbstklettern nach Verhältnissen
19.09.15	Raclette Bummel in Zermatt (mit SAC)
04.10.15	Sektionsfest domaine des iles in Sitten
06.11.15	GV JO-SAC Zaniglas

Alle JO-Aktivitäten werden vom JO-Coach Markus Sarbach organisiert.

Informationen und Anmeldung unter der Telefonnummer: **027 956 33 86** oder **079 230 58 24**

Weitere Informationen befinden sich auf unserer Homepage: www.jo-sac-zaniglas.ch





Präsident	Planche Peter	Dammweg 11d	3904 Naters	027 530 04 79	079 248 78 15	peter@planche.ch
Vizepräsident	Schmid Eugen	Termerweg 36	3900 Brig	027 923 14 33	079 826 51 56	e.schmid@valaiscom.ch
Aktuar	Hutter Robert	Tähischinu 17	3903 Mund	027 923 24 20	079 278 00 05	robo.news@hotmail.ch
JO Chef	Oggier Andreas	Nordstrasse 29	3900 Brig	027 923 57 02	079 392 04 12	andreasoggier@gmx.ch
Kassier	Schmid Eugen	Termerweg 36	3900 Brig	027 923 14 33	079 826 51 56	e.schmid@valaiscom.ch
Mitgliederdienst	Meichtry Jeannette	Oberer Saltnadamm 24	3902 Glis	027 923 18 09	079 522 56 00	jmeichtry@valaiscom.ch
Tourenchef	Bumann Kilian	Simplonstrasse 137	3911 Ried-Brig	027 924 20 04	078 604 20 04	kilian.bumann@sunrise.ch
Stellvertreter Tourenchef	Salzmann Philipp	Sennereigasse 8	3900 Brig	027 924 13 13	079 436 74 54	philipp.salzmann@valaiscom.ch
Vertreter Visperterminen	Studer Markus	Bitzine 19	3932 Visperterminen	027 946 64 46	079 348 05 09	gmcjs@bluewin.ch
Vertreter Sektion	Planche Peter	Dammweg 11d	3904 Naters	027 530 04 79	079 248 78 15	peter@planche.ch

SAC ORTSGRUPPE BRIG - PROGRAMM WINTER + SOMMER

Datum	Anlass / Ziel	Niveau	Teilnehmer	Verantwortlicher	Kontakt
18. Dezember 2014	Nachmittagstour Mäderlicka	L	15	Philipp Salzmann	027 924 13 13
27. Dezember 2014	Eisklettern Saas-Grund	L-S	12	Pascal Hanselmann	pascal.hanselmann@rhone.ch
4. Januar 2015	Vollmondtour mit Visperterminen	L	∞	Adolar Zimmermann	079 384 55 24
8. Januar 2015	Eisklettern Saas-Grund	L-S	12	Pascal Hanselmann	pascal.hanselmann@rhone.ch
10. Januar 2015	Winterausbildung Rothwald		∞	Andreas Oggier	079 392 04 12
11. Januar 2015	Skitour auf dem Simplon (Umsetzen des Gelernten)		∞	Andreas Oggier	079 392 04 12
15. Januar 2015	Freeriden Belgrat	L	12	Philipp Salzmann	027 924 13 13
18. Januar 2015	Schneeschuhtour Rösse - Brischeru		∞	Ewald Salzmann	079 354 83 20
24. Januar 2015	Skitour Petersgrat	WS	12	Philipp Salzmann	027 924 13 13
7. Februar 2015	Eisklettern Simplon	L-S	12	Oggier/Tscherrig /Dany	079 392 04 12
12. Februar 2015	Nachmittagstour Erner Galen	L	15	Philipp Salzmann	027 924 13 13
14. Februar 2015	Leichte Skitour im Simplongebiet nach Verhältnis	L	* 15	Andreas Oggier	079 392 04 12
22. Februar 2015	Skitour Breithorn Simplon	WS	15	Ewald Salzmann	079 354 83 20
28. Februar 2015	Skitour Wildstrubel	WS	12	Philipp Salzmann	027 924 13 13
7. März 2015	Skitour Stockhorn Binntal	L	15	Mathias Zuber	079 621 46 26
14.-15. März 2015	Sektionstour Winter Pigne d'Arolla			Vorstand	
19.-22. März 2015	Skitour Grampiole, Devero, Binntal	ZS	*9	Klaus Alpiger	079 355 98 71

SAC ORTSGRUPPE BRIG - PROGRAMM WINTER + SOMMER

Datum	Anlass / Ziel	Niveau	Teilnehmer	Verantwortlicher	Kontakt
28.-29 März 2015	Skitouren Cristallina	WS+	*9	Michael Kimmig	079 544 74 49
3. April 2015	Skiabfahrt Bella Tolla	WS	12	Andreas Oggier	079 392 04 12
11.-12 April 2015	Skitour Medelserhütte	ZS	*9	Klaus Alpiger	079 355 98 71
25.-26, April 2015	Skitour Überschreitung Monte Rosa mit Liskamm	ZS	9	Philipp Salzmann	027 924 13 13
1. Mai 2015	Delegiertenversammlung in St-Maurice			Vorstand	
9. Mai 2015	Skitour Alphubel	ZS	9	Philipp Salzmann	027 924 13 13
14.-17 Mai 2015	Tourenziel nach Verhältnis (Unterwallis)	ZS+	*9	Klaus Alpiger	079 355 98 71
23.-25.Mai 2015	Skitour Tödi	ZS	*9	Philipp Zehnder	027 923 96 08
6. Juni 2015	Sommerausbildung		∞	Andreas Oggier	079 392 04 12
13.-14. Juni 2015	Zentralfest des SAC in Brig			Vorstand	
18. Juni 2015	Klettern Oberwallis	IV-VI	15	Philipp Salzmann	027 924 13 13
11.-12. Juli 2015	Hochtour im Turmanntal	ZS	*9	Philipp Zehnder	027 923 96 08
18.-19.Juli 2015	Blüemlisalp Überschreitung	ZS+	*9	Klaus Alpiger	079 355 98 71
8. August 2015	Hohlaubgrat Allalin	ZS	10	Pascal Hanselmann	pascal.hanselmann@rhone.ch
13.-16. August 2015	Monte Viso	L	12	Klaus Alpiger	079 355 98 71
22. August 2015	Wanderung Vercorin - Grimentz		*∞	Ewald Salzmann	079 354 83 20
29. August 2015	Klettern Grimsel	IV-VI	12	Pascal Hanselmann	pascal.hanselmann@rhone.ch
5. September 2015	Staffetenlauf «via section Monte Rosa»			Vorstand	
20. September 2015	Herbstwanderung im Unterwallis		*∞	Rafaela Bregy-Tscherry	079 750 10 28
4. Oktober 2015	Sektionsfest 150 Jahre Sektion Monte Rosa, domaine des iles, Sitten			Vorstand	
14. November 2015	Generalversammlung			Vorstand	

∞	unbegrenzt	Anmeldungen über Internet www.sac-brig.ch oder beim
*	Führertour	Verantwortlichen Tourenleiter.
L	Leicht	Die Anmeldungen werden frühestens 8 Wochen vor der Tour angenommen.
WS	wenig schwierig	Die Teilnahmevoraussetzungen sind im Tourenreglement einsehbar.
ZS	ziemlich schwierig	
S	schwierig	Für Führer- und mehrtägige Touren ist eine Anmeldung aus organisatorischen
SS	sehr schwierig	Gründen (14 Tage) vorher unbedingt nötig. (Teilnehmerzahl beschränkt)
SW	Schneeschuhwandern	Bei Führertouren beträgt der Unkostenbeitrag Fr. 20.- pro Tag und Person

K	Klettern	Bei Wanderleitertouren beträgt der Unkostenbeitrag Fr. 10.- pro Tag und Person
W	Wandern	Anmeldung ist obligatorisch!
FaBe	Familien Bergsteigen	



TOURENPROGRAMM JO BRIG

Datum	Anlass / Ziel	Verantwortlicher
20.12.14	Freeriden Rothwald	Andreas Oggier
10.01.15	Winterausbildung	Andreas Oggier
11.01.15	Skitour auf dem Simplon	Andreas Oggier
24.01.15	Eisklettern im Saastal	Pascal Hanselmann
07.02.15	Eisklettern im Simplonpass	Andreas Oggier
14.02.15	Skitour im Simplongebiet	Andreas Oggier
15.02.15	Freeriden Rothwald	Andreas Oggier
28.02.-01.03.2015	Biwakieren auf dem Simplonpass	Andreas Oggier
08.03.15	Freeriden Belalp	Andreas Oggier
03.04.15	Skiabfahrt Bella Tolla	Andreas Oggier
18.04.15	Klettern Salgesch	Pascal Hanselmann
14.-17.5.15	Kletterlager in Biasca	Andreas Oggier
07.06.15	Klettern Bramois	Pascal Hanselmann
27.-28.06.2015	Kletterwochenende Wiwanni	Andreas Oggier
16.-19.07.2015	Sommerlager Ausbildung auf der Gemmi	Andreas Oggier
25.-26.07.2015	Gletschertreking Grosser Aletschgletscher	Andreas Oggier
08.08.15	Hohlaubgrat Allalin	Pascal Hanselmann
15.08.15	Canyoning Zwischbergenschlucht	Andreas Oggier
22.-23.08.15	Kletterwochenende Sustenpass	Pascal Hanselmann
29.08.15	Klettern Grimsel	Pascal Hanselmann
12.-13.9.15	Jugendsektionstour Sommer	Sektion
20.09.15	Familienanlass	Andreas Oggier
17.10.15	Klettern Jäghorn	Pascal Hanselmann

Alle Touren werden vom JO-Chef Andreas Oggier koordiniert.

Bei Fragen könnt ihr ihn wie folgt erreichen.

Andreas Oggier,

Nordstrasse 29, 3900 Brig

Natel: 079 392 04 12

eMail: andreasoggier@gmx.ch

Hallenklettern

Ein Klettertraining findet jeweils am **Freitag von 17:30 bis 19:00 Uhr in der Kletterhalle Olympica in Gamsen statt.**

Treffpunkt direkt im Olympica, bereit zum Einwärmen.



TOURENPROGRAMM DER B-GRUPPE

Datum	Aktivität / Ort	Verantwortlicher
09.04.2015	Wanderung	Ewald Salzmann
07.05.2015	Wanderung	Kurt Seiler
11.06.2015	Wanderung	Peter Planche
09.07.2015	Wanderung	Viktor Leumann
06.08.2014	Wanderung	Willi Julier
11.09.2015	Wanderung	Anni Walker
08.10.2015	Wanderung	Heinz Schmid



TOURENPROGRAMM TÄRBINU

Datum	Anlass / Ziel	Niveau	Teilnehmer	Verantwortlicher	Telefon
4.Januar	Vollmondtour (zusammen mit Brig)	L	∞	Adolar	079 384 55 24
10.Januar	Winterausbildung	L	∞	Heinz	079 599 30 37
11.Januar	Winterausbildung, anwenden des Gelernten	L	∞	Heinz	079 599 30 37
24.Januar	Freeridetour	ZS+	∞	Terbinder Bergführer	079 599 30 37
7.Februar	Brudelhorn	ZS+	∞	Gaston	077 405 02 34
21.Februar	Tschuggmatthorn	WS	∞	Philipp	079 457 44 22
28.Februar	Galehorn	ZS	∞	David	079 770 03 38
14.15 März	Sektionstour	L	∞	Heinz	079 599 30 37
28.März - 3.April	Tourenwoche Vals	ZS	10	Rafael	079 214 05 28

18.19.April	Turtmantal	ZS	10	Bernhard	079 433 44 53
6.Juni	Sommerausbildung Wiwanni	L	∞	Heinz	079 599 30 37
13.14.Juni	Eidg. Zentralfest SAC in Brig	L	∞	Vorstand	079 348 05 09
20.Juni	Klettersteig	KS	∞	Markus	079 348 05 09
27. 28. Juni	Biketour	WS	∞	Silvio	079 784 77 20
4.5. Juli	Wiwanni	K 5	10	Philipp	079 457 44 22
25.26. Juli	Täschhorn	ZS	6	Michi	079 372 53 42
1.2.August	KiBe	K	∞	Carlo und Heinz	079 599 30 37
8.9.August	Führertour	S	6	Terbinder Bergführer	079 599 30 37
8. oder 9. September	150 Jahre SAC Monte Rosa Biketour Goms-Binntal	WS	∞	Vorstand	079 599 30 37
ganzer September	150 Jahre SAC Monte Rosa	L	∞	Vorstand	079 599 30 37
November	GV SAC Brig	L	∞	Vorstand	079 599 30 37
12.Dezember	Abschlussabend	L	∞	Vorstand	079 599 30 37

∞	unbegrenzt	Anmeldung beim verantwortlichen Tourenleiter
*	Führertour	oder über Internet www.sactaerbinu.ch.vc
L	Leicht	Die Anmeldungen werden frühestens 8 Wochen vor der Tour angenommen.
WS	wenig schwierig	Die Teilnahmevoraussetzungen sind im Tourenreglement einsehbar.
ZS	ziemlich schwierig	
S	schwierig	Für Führer- und mehrtägige Touren ist eine Anmeldung aus organisatorischen
SS	sehr schwierig	Gründen unbedingt nötig. (Teilnehmerzahl beschränkt)
AS	äusserst schwierig	Bei Führertouren beträgt der Unkostenbeitrag Fr. 20.– pro Tag und Person
SW	Schneeschuhwandern	(ausgenommen Seilführer)
KS	Klettersteig	
K	Klettern	
W	Wandern	Hock und Tourenbesprechung jeweils Freitag 20.00 Uhr im
KiBe	KinderBergsteigen	Restaurant Gebidem Telefon 027 948 11 11



Art. 1 Grundlegungen

Der im Programm aufgeführte Tourenleiter übernimmt die Führung der Tour. Ist er verhindert die Tour durchzuführen, hat er nach Rücksprache mit dem Tourenchef einen Ersatzleiter zu suchen. Ersatztouren müssen im Bereich der Fähigkeiten der angemeldeten Teilnehmer und nicht schwieriger als die ursprünglich geplante Tour sein. Änderungen sind dem Tourenchef im Voraus bekannt zu geben.

Grundlage ist der Leitfaden: «Rechtliche Stellung von Tourenleiterinnen und Tourenleitern des SAC»(2003).

Art. 2 Teilnahme

Jeden Donnerstag vor der Tour findet eine Vorbesprechung im Clublokal statt. Interessierte Teilnehmer nehmen an der Vorbesprechung teil oder haben sich bis spätestens am Donnerstag vor der Tour beim Tourenleiter anzumelden.

Es obliegt der Verantwortung des jeweiligen Tourenleiters, die interessierten Teilnehmer nach den im Folgenden aufgeführten Kriterien für die Tour zuzulassen:

Anmeldung: Interessierte Mitglieder können sich frühestens 8 Wochen vor der Tour anmelden. Es wird eine Warteliste erstellt, die ein Nachrücken und somit eine Teilnahme an der Tour ermöglicht.

Anmeldefristen:

- Bei Tagestouren bis am Donnerstag vorher.
- Bei Mehrtagestouren 14 Tage im Voraus.

Erfahrung: Es werden in erster Linie Mitglieder berücksichtigt, die über ausreichende Erfahrung im ausgeschriebenen Schwierigkeitsgrad verfügen. Bei weniger anspruchsvollen Touren obliegt es der Verantwortung des Tourenleiters, einzelne Mitglieder mit weniger Erfahrung zur Tour zuzulassen.

Ausbildung: Des weitern wird denjenigen Mitgliedern der Vorrang gegeben, die ihr Wissen durch Teilnahme an Ausbildungstagen der Ortsgruppe Brig oder Kursen des SAC aktualisieren. Das Komitee empfiehlt mindestens einen Ausbildungstag im jeweiligen Bereich (Sommer/Winter).

Bei der jeweiligen Tourenanmeldung kann auf ein Formular (SAC Brig) zurückgegriffen werden, das die relevanten Kriterien umfasst. Des weitern kann sich der Tourenleiter bei den einzelnen Mitgliedern nach deren Erfahrung und Wissensstand persönlich erkundigen.

Art. 3 Sicherheit

Die Gruppeneinteilung liegt in der Verantwortung des Tourenleiters (Seilschaften).

Den Anweisungen des Tourenleiters ist Folge zu leisten.

Für alle Touren ist die Mitnahme von Rettungsmaterial gemäss aktuellem Standard obligatorisch. Zudem bestimmt der Tourenleiter die persönliche Ausrüstung der Teilnehmer.

Die Teilnahme an einer Tour erfolgt auf eigenes Risiko.

Die Unfall- und Haftpflichtversicherung ist Sache der Teilnehmer. Für Kosten von allfälligen Rettungs- und Suchaktionen haftet der betroffene Teilnehmer persönlich.

Die Ortsgruppe hat eigene Lawinenverschütteten-Suchgeräte «Barryvox», die bei Skitouren der Ortsgruppe von den Teilnehmer kostenlos benützt werden können. Der Tourenleiter holt diese vor der Tour beim Tourenchef ab und vergewissert sich über ein einwandfreies Funktionieren.

Sofern keine offizielle Skitour der Ortsgruppe stattfindet, können die LVS Geräte auch von Mitgliedern der Ortsgruppe für private Touren genutzt werden. In diesem Falle wird für die Benützung ein Unkostenbeitrag, der vom Vorstand festgesetzt wird, eingezogen.

Art. 4 Subventionen

Nicht SAC-Mitglieder, die an einer subventionierten Clubtour teilnehmen, sind von der Subvention ausgeschlossen.

Art. 5 Rapport

Der Tourenleiter erstellt spätestens 4 Wochen nach der Tour zuhänden des Tourenchefs der Ortsgruppe einen kurzen Rapport.

Aus Gründen der Lesbarkeit wurde in den Ausführungen die männliche Form verwendet, die Ausführungen schliessen selbstverständlich weibliche Personen mit ein.



JAB

1921 Martigny-Croix

Adresse inexacte
Retour à:
SEFICO Sàrl
Rue du Simplon 14
1920 Martigny



POUR **TOUTES** LES SITUATIONS

Sauvetage • Hélicski • Vol taxi • Vol de plaisance • Transport

+41 27 329 14 15

AIR-GLACIERS
COMPAGNIE  D'AVIATION

www.air-glaciers.ch

Sion • Collombey • Gampel • La Chaux-de-Fonds • Lauterbrunnen • Leysin • Gstaad-Saanenland