

PROGRAMME DES ACTIVITES 2012 (CAS groupe de Sion)

INSCRIPTION AUX ACTIVITES : PAR E-MAIL LE LUNDI PRECEDENT AUPRES DU CHEF DE COURSE RESPONSABLE

Date	Activité / Lieu		Diffic.	Nbre	Délais d'inscript.	Responsable	Adjoint	Guide
JANVIER								
sam 07	cours de sauvetage		144			François Dufour	Dominique Fellay	
dim 08	Mäderlücke, Simplon		RP	20		Jef Bringolf	Laïna Moret	
sam 14	Croix du Torgneu, Mayens de My		RP	15		Pascal Devantéry	Bernard Balmer	
sam 14	cours ski haute neige			10		J-Louis Kottelat		
dim 15	cours ski haute neige			10		J-Louis Kottelat		
sam 21	ski hors piste			30	préinscription	François Dufour	Raphaël Aymon	P. Nicollier
dim 22	Daubenhorn, Loèche-les-Bains		PD	12		Martin Wehrli	Jo Di Dio	
sam 28	Bonhomme du Tzapi, Bourg St Pierre		PD	12		Caroline Dallèves	Dominique Theytaz	
dim 29	cascade de glace (initiation et +.....)			15		Raphaël Aymon	P. Nicollier	
dim 29	col de la Forclettaz, Arolla		RP	15		François Dufour	Cédric Ravinet	
FEVRIER								
ven 03	sortie pleine lune, Illhorn					Cédric Ravinet	Laïna Moret	
sam 04-di 05	Vallée de Conches		PD	12	préinscription	Luc Dessauges	Mirka Dessauges	
sam 04	pointe de Masserey		RP	15		François Dufour	Adèle Nellen	
dim 05	La Forclaz, Val d'Hérens, raquettes		WT2	12		Hugo Chevolet		
jeu 09-di 12	Val Stura, Cuneo (Turin)		PD	14	préinscription	Annick Philippe		D. Fellay
sam 11	la tour Bonvin, Mont Noble		RP	12		Christophe Follonier	Adèle Nellen	
sam 18	La Pallanche de la Crettaz		PD	12		Jo Di Dio	Marc Emery	(Carnaval)
dim 19	ski hors piste			30	préinscription	Michel Alder	François Dufour	P. Nicollier
sam 25	Pointe d'Aufalle, Ovronnaz		PD	12		Daniela Jacot	Laïna Moret	
dim 26	Les Troutzes, Siviez		RP	12		Martin Wehrli	Dominique Theytaz	
MARS								
sam 03	Crêta de Vella, Liddes		RP	15		François Dufour	Raphaël Aymon	
dim 04	Métailler par Pralong		PD	12		Michel Alder	François Dufour	
dim 04	Petit Mountet, raquettes		WT3	12		Hugo Chevolet		
sam 10	Pointe de Tsavolire		PD	12		Christophe Follonier	Jo Di Dio	
dim 11	Le Tounô, St Luc		PD	12		Marc Emery	Cédric Ravinet	
sam 17-lu 19	Andermatt- Oberalp		PD+	14	préinscription	Annick Philippe	(St. Joseph)	P. Nicollier
sam 24-di 25	course de section (CAS-Sion), Arolla					François Dufour		P. Nicollier
sam 31	Böshorn, Simplon		AD	12		Jo Di Dio	Bernard Balmer	
AVRIL								
dim 01	Mauerhorn, Lötschental		PD+	10		Luc Dessauges	Mirka Dessauges	
sam 07-lu 09	Dômes de Miage (Chamonix)		AD+	14	préinscription	Daniela Jacot	(Pâques)	D. Fellay
sam 14-di 15	Pigne d'Arolla		RP+	12		Dominique Theytaz	Cédric Ravinet	
sam 14	Monte Leone		AD+	10		Daniela Jacot	David Marty	
sam 21-di 22	Les trois cols, Argentières		D	12	préinscription	François Dufour	Raphaël Aymon	
sam 28-di 29	Alphubel		AD+	10		Dominique Theytaz	François Dufour	
MAI								
dim 06	escalade blocs, Salvan		5b	12		Christian Kury	Didier Aeby	
sam 12	Eperon du Dard, Catogne		5b	12		Raphaël Aymon	David Marty	
dim 13	randonnée pédestre surprise		T3	15		Hugo Chevolet		
mer 16-di 20	Haute-Route aquatique (Espagne)					Monika Nicollier		P. Nicollier
jeu 17-di 20	escalade au Val d'Aoste		5a		préinscription	Jacques Salamin	Carole Bagnoud	(Ascension)
sam 26-lu 28	escalade dans le Jura		5c	12	préinscription	Christian Kury	Didier Aeby	(Pentecôte)
dim 27	Montbovon - Col de Jaman- Les Avants		T2	15		Esther Schmitt		(Pentecôte)
JUIN								
sam 02	Mille et une pattes, Barberine		5c	6		Marc Gianadda	Daniel Fellay	
dim 03	escalade en famille, Sembrancher					Daniela Jacot		
jeu 07-di 10	escalade à Omblèze, Vercors		5b		préinscription	Annick Philippe	Jacques Salamin	(Fête Dieu)
sam 09-di 10	randonnée pédestre, Hasliberg		T2	12	28.mai	Esther Schmitt		
dim 17	Fletschhorn à ski (solstice d'été)		D	12		Mirka Dessauges	Jo Di Dio	
sam 23-di 24	cours de formation été, Moiry			30	préinscription	Raphaël Aymon		D. Fellay
dim 24	Dent de Chamosenze, Ovronnaz		T4	12		Hugo Chevolet		
sam30	escalade au Rawyl		5c	12		Annick Philippe	Didier Aeby	
JUILLET								
dim 01	traversée des Crochues, Chamonix		PD	10		Marc Gianadda	Carole Bagnoud	

INSCRIPTION AUX ACTIVITES : PAR E-MAIL LE LUNDI PRECEDENT AUPRES DU CHEF DE COURSE RESPONSABLE

Date	Activité / Lieu		Diffic.	Nbre	Délais d'inscript.	Responsable	Adjoint	Guide
sam 07-di 08	course de chefs de course, Chardonnet		AD+			Raphaël Aymon		D. Fellay
dim 08	Croix de Fer - col de Balme		T3	12		Esther Schmitt		
sam 14-di 15	Grand Combin, face sud (mixte)		AD	12	préinscription	Marc Emery		P. Nicollier
sam 21-di 22	Rosablanc par Pantalons Blancs		PD+	9		Dominique Theytaz	Bernard Balmer	
sam 28-di 29	Allalin par Hohlaubgrat		AD-	9		Raphaël Aymon	Daniel Fellay	
dim 29-lu 01	Aiguilles Rouges de Chamonix		T3	12		Hugo Chevrolet		
AOÛT								
sam 04	le Scex des Nombrieux, Yvorne		6a	6		Christian Kury	Didier Aeby	
dim 05	la Grande Chenalette, Gd St Bernard		D	6		Jacques Salamin	Carole Bagnoud	
sam 11	Via ferrata, Rochers de Naye		TD	10		François Dufour	Jacques Salamin	
dim 12	Dent de Fenestral, Emosson		AD-	6		Marc Emery	Cédric Ravinet	
sam 18-di 19	Portjengrat, Dri Horlini		AD	12	préinscription	Annick Philippe		D. Fellay
sam 18-di 19	Grand Tavé, Panossière		T4		06.août	Esther Schmitt		
sam 25-di 26	course de section (St-Maurice), La Tourche					Raphaël Aymon		
SEPTEMBRE								
sam 01-di 02	Tête Blanche par Bertol		PD	12		Dominique Theytaz	Jo Di Dio	
sam 01	la Flégère Gaspard 1er, Chamonix		5c+	6		Annick Philippe	Cédric Ravinet	
sam 08-me12	Valpelline, val d'Aoste		T4	10	28.août	Esther Schmitt		
sam 08-di 09	Jäghorn et Weissmies		PD+	8		Raphaël Aymon	Caroline Dallèves	
sam 15	miroir d'Argentine		5c	6		Daniela Jacot	Laïna Moret	
dim 16	Le Luisin, Salvan		AD	6		Marc Gianadda	Bernard Balmer	
dim 16	grotte de Naye		T3	10		Hugo Chevrolet		
sam 22	Via ferrata, Moléson		D	10		François Dufour	Adèle Nellen	
dim 23	Pisse Chèvre		6a+	6		Christian Kury	Didier Aeby	
sam 29	La suite logique Troubayet, Bagnes		5b	6		Jacques Salamin	Laïna Moret	
dim 30	Tschawinersee, Zwischbergen		T3	12		Esther Schmitt		
OCTOBRE								
dim 14	Fafleralp Aanenhütte		T3	12		Esther Schmitt		

= "rando-plaisir"
 = randonnée à ski
 = cascade de glace

= raquettes
 = ski haute neige
 = sortie pleine lune

= randonnée pédestre
 = escalade
 = haute montagne

= via ferrata
 = canyoning

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

=> Escalade en salle tous les lundis soirs de 19 à 20 hres à la salle de gym des Creusets à Sion (novembre - décembre). Les débutants sont les bienvenus
=> Gymnastique tous les lundis à 18h30 à la salle de gym des Creusets à Sion

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

mercredis	02 mai	09 mai	23 mai	30 mai	06 juin
lieu	Bramois	Dorénaz	Bramois	Arbaz	Satarma
avec	Raphaël Aymon	Jacques Salamin	Marc Gianadda	David Marty	Christian Kury

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

CHEFS DE COURSE	No TEL	E-MAIL	CHEFS DE COURSE	No TEL	E-MAIL
Alder Michel	027 398 32 32	michel.alder@netplus.ch	Follonier Christophe	027 346 14 55	chrisfollonier@bluewin.ch
Aymon Raphaël	079 643 30 75	aymonraph@hotmail.com	Gianadda Marc	079 486 80 36	gianaddamarc@yahoo.fr
Bringolf Jef	079 684 30 40	jef.bringolf@bluewin.ch	Jacot Daniela	079 456 90 34	danyalainjacot@yahoo.com
Chevrolet Hugo	027 281 33 39	hchevrol@gmail.com	Kottelat Jean-Louis	079 419 80 16	follomisports@netplus.ch
Dallèves Caroline	079 301 19 31	dalleves@bluewin.ch	Kury Christian	079 276 90 22	lesbrisiers@gmail.com
Dessauges Luc	079 255 06 07	Luc.Dessauges@bluewin.ch	Nicollier Monika	027 322 73 60	picollier@bluewin.ch
Dessauges Mirka	024 466 12 77	miroslava.dessauges@unige.ch	Philippe Annick	027 398 57 53	argnou@bluewin.ch
Devantéry Pascal	076 724 74 00	pascdev@yahoo.fr	Salamin Jacques	027 323 25 91	tribu.salamin@gmail.com
Di Dio Joseph	079 447 30 69	joseph.didio@netplus.ch	Schmitt Esther	027 398 48 44	Esther.Schmitt@hevs.ch
Dufour François	079 653 58 49	dufour@sif.ch	Theytaz Dominique	079 471 71 72	theytaz.step@bluewin.ch
Emery Marc	079 262 69 44	marc.emery@amnis.ch	Wehrli Martin	079 628 43 76	martin@wwwwehr.li