

**Contact :** Sébastien Rouiller - sebastien.rouiller@netplus.ch - 078 809 61 21  
Virgile Nanchen - virgile.nanchen@gmail.com - 079 274 72 37

## AJ / OJ

Activités J+S pour les jeunes de 10 à 22 ans, accompagnées d'un guide de haute montagne et de moniteurs J+S. Pour découvrir la montagne en toute sécurité, dans un cadre professionnel.

30.déc	Prévention avalanche	Pour tous les enfants intéressés à rejoindre ce groupe jeunesse, n'hésitez pas à prendre contact avec Sébastien Rouiller pour de plus amples informations
04-05.janv	2 jours en rando à ski	
29.janv	Glace	
19.févr		
12.mars	Rando à ski	
01-02.avr	2 x 2 jours en rando à ski	
06-07.mai		
21.mai	Escalade sur rocher	
11.juin		
17-21.juil	Camp d'alpinisme	
09.août	Escalade sur rocher	
09-10.sept	Week-end escalade	
01.oct	Via ferrata	
21-25.oct	Camp d'escalade	
17.nov	Soirée AJ-OJ	

## Devenez Moniteur JS ou alors Chef de Course du CAS

L'activité principale de notre section est l'organisation de sorties en montagne. Comme vous le savez tous, nos Chefs de Course actuels ne sont pas éternels et nous devons chaque année en trouver de nouveaux, afin de garantir la continuité et un programme de course diversifié et attrayant pour tous nos membres.

Si vous possédez cette fibre intérieure du plaisir partagé face aux beautés de nos montagnes, cette fonction est pour vous, rejoignez le groupe des chefs de course.

Le CAS de Montana-Vermala vous offre une semaine de formation... On vous y attend !