



CABANE DES VIOLETTES

Restaurant d'altitude - Crans-Montana

Groupe Ski-Alpinisme

Contact : Kevin Bagnoud - kevin@quick-soft.ch - 078 662 61 69

On ne présente plus aujourd'hui le groupe ski-alpinisme, monté de toutes pièces, depuis plusieurs années maintenant, par Kevin, notre ancien préposé aux courses du CAS.

Pour celles et ceux qui aiment les sorties à caractère sportif, ce groupe est fait pour vous.

Rejoignez nous... mais n'oubliez pas : « Rapidité certes, mais sécurité avant tout ! »

08.janv	Sortie nocturne - Repas à la cabane des Violettes
02.févr	Col de Torrent & Sasseneire (3253 m) Départ d'Evolène
02.mars 03.mars	Vallée de Goms - Ski de fond le samedi & Ski-alpinisme le dimanche Ritzihorn (2893 m) - 1'600 m
06.avr	Rimpfischhorn - 4199 m - En 1 jour depuis Täsch

Les Faverges dans la tempête



CAS Montana-Vermala www.casmontana.ch

Président	Xavier Robyr	076 428 03 98 xr@bisasierre.ch
Secrétaire	Edith Calonder	079 219 32 91 edith.calonder@netplus.ch
	Nicole Leprat	079 227 16 88 nicole.leprat@gmail.com
Caissier	Lionel Nanchen	076 367 05 87 lionel.nanchen@cransmontana.ch
Gestion des Membres	Patrick Bonvin	078 763 47 02 pbonvin@netplus.ch
Groupe Jeunesse	Sébastien Rouiller	078 809 61 21 sebastien.rouiller@netplus.ch
Commission des Courses	Jérôme Nanchen	079 633 36 53 jerome.nanchen60@gmail.com

Cabane des Violettes www.cabanesdesviolettes.ch

Gardiens	Franck Reynaud & Pierre-Olivier Bagnoud	027 481 39 19 info@cabanesdesviolettes.ch
----------	---	---

Sorties organisées à la Cabane des Violettes

19.mars	Spaghettis à la Cabane	Xavier Robyr
à définir	AG Club des Amis de la Cabane	Pierre Robyr
08.sept	Lapin Polenta de la Cabane	Xavier Robyr

Pierre Robyr p.robryr@bluewin.ch - 079 431 09 61

Assemblée Générale du CAS

16.nov	AG du CAS Montana-Vermala	Xavier Robyr
--------	---------------------------	--------------

Groupe Jeunesse

Contact : Sébastien Rouiller - sebastien.rouiller@bluewin.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, accompagnés d'un guide de haute montagne et de moniteurs J+S. Pour découvrir la montagne en toute sécurité, dans un encadrement professionnel.

27.déc	Rando et instruction avalanche - Montana	Pour tous les enfants intéressés à rejoindre ce groupe jeunesse, n'hésitez pas à prendre contact avec Sébastien Rouiller pour de plus amples informations	
30.déc	Freeride		
13.janv	Rando à ski		
10.févr	Rando à ski		
06-07.avr	2 jours - rando à ski / alpinisme hiver		
23-24.mars			
04.mai	Escalade sur rocher		Haut Valais
26.mai			Valais Central
16.juin			Bas Valais
15-19.juil	Camp d'alpinisme		
11.août	Escalade sur rocher		
14-15.sept	Canyoning		
06.oct	Via ferrata		
21-26.oct	Camp d'escalade au Sud		
à définir	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 !

Programme Courses 2019

Section Montana-Vermala

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



Mots de Bienvenue

Chers (ères) ami(e)s clubistes,

C'est avec grand plaisir que nous vous remettons le **programme des courses 2019**. Comme chaque année, nous cherchons toujours à vous proposer un choix de courses varié, entre ski-alpinisme en hiver, escalade et randonnées alpines en été. Nous espérons, cette année encore, satisfaire chacune et chacun d'entre vous, quel que soit votre niveau.

Côté **formation**, nous vous proposons en début de saison une soirée théorique « **avalanches** », suivie d'une journée dans le terrain, puis une journée formation des **Chefs de course « hiver »**, en mai une journée « **secours en montagne** » pour celles et ceux qui veulent savoir quels sont les gestes qui peuvent sauver et enfin une formation « **1^{er} de cordée** » en juin.

Inscriptions aux courses : Les inscriptions pour les courses d'un jour s'ouvrent 1 mois avant la sortie, alors que pour celles de plusieurs jours, elles peuvent se faire dès que possible. Par respect pour celles et ceux qui n'ont pas pu s'inscrire en raison du surnombre, n'annulez pas en dernière minute.

Informations complémentaires par e-mail : Pour obtenir plus d'informations sur les courses et les autres activités de l'année, transmettez votre e-mail à Jérôme notre nouveau préposé aux courses : jerome.nanchen60@gmail.com

Subside Haute Route : 100 francs par an et par membre sur la haute route guidée, indiquée dans ce programme.

Il ne me reste plus qu'à vous souhaiter une toute belle année 2019 en montagne!

Xavier Robyr - Président

Arête Blanchet Breithorn du Lötschental





Glacier de Corbassière - Cabane de Panossière

Date	Courses 2019	Chef de course	Description
08.mai 10.mai	Escalade début de saison	Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99 jean-pierre.rey@hevs.ch	Traditionnelle sortie escalade-plaisir du début de saison (niveau 5) - Lieu à définir dans un rayon de 2h30 de voiture maximum - Inscription jusqu'au 15 mai
14.juin 16.juin	Formation 1 ^{er} de cordée Avec guide	Christophe Rey - 079 698 32 65 christopherey@romandie.com	Ce cours est destiné à toutes personnes voulant progresser et faire un premier pas vers l'autonomie - Inscription jusqu'au 1 ^{er} juin - Prix en fct du nbre de personnes
20.juin 22.juin	Canyoning	Jérôme Cordonier - 078 618 81 18 jc-fcm@vtxnet.ch	Traditionnelle sortie de canyoning avec nos guides - L'endroit dépendra de la météo - Réservation obligatoire avant le 1 ^{er} Juin
29.juin	Escalade longue voie	Jérôme Cordonier - 078 618 81 18 jc-fcm@vtxnet.ch	Venez découvrir l'atmosphère magique d'une longue voie Grimpe dans du 5b max
06.juil 07.juil	Escalade-alpinisme	Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99 jean-pierre.rey@hevs.ch	Week-end d'escalade-alpinisme dans la région du Grand-St Bernard, avec nuit en camping - Niveau 5
13.juil 14.juil	Daubenhorn (2941 m) Rote Totz (2847 m)	Daniel Dischinger - 079 523 48 14	Belle randonnée au-dessus de la Gemmi avec une nuit dans le superbe hôtel qui se trouve au sommet des remontées mécaniques
20.juil	Bortelhorn (3194 m)	Laurent Ducry - 079 577 21 89 lducry@hotmail.com	Chemin de randonnée depuis le pont de Berisal (route du Simplon), puis escalade (cotation II) le long de l'arête sommitale
10.août	Jegihorn (3031 m)	Odile Blondel - 077 441 14 37 odileblondel@bluewin.ch	La voie "Alpendurst" avec ses 13 longueurs d'escalade "plaisir" dans le 4e degré est vraiment sympa et recommandable
24.août 25.août	Traversée du Weissmies (4017 m)	Pierrot Bagnoud - 079 232 08 82 pierrotbagnoud@hotmail.com	Initiation Haute-montagne à 4'000 m, sur une classique des Alpes Valaisannes
31.août	Course de section d'été Monte Rosa	Marcel Délèze - 079 818 68 59 pointde-fuite@bluewin.ch	Sortie de section d'été organisée par le groupe de Brig de Monte Rosa
06.sept	Soirée des chefs de courses	Jérôme Nanchen - 079 633 36 53 jerome.nanchen60@gmail.com	Traditionnelle soirée de préparation du programme des courses, suivie de la non moins traditionnelle raclette !
07.sept	Escalade longue voie	Jérôme Cordonier - 078 618 81 18 jc-fcm@vtxnet.ch	Venez découvrir l'atmosphère magique d'une longue voie Grimpe dans du 5b max
15.sept.	Randonnée-surprise	Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99 jean-pierre.rey@hevs.ch	Une longue randonnée surprise (environ 6h), de niveau T3-T4.
21.sept 22.sept	Randonnée au Binntal	Xavier Robyr - 076 428 03 98 xr@bisasierre.ch	Randonnée découverte dans la région du Binntal, sur la frontière suisse et italienne, avec nuit à la Binntalhütte
Tous les mercredis	Escalade Valais Central	Daniel Dischinger - 079 523 48 14	De mars à octobre, en fonction des conditions météos

Mille Mercis aux Chefs de course pour leur engagement et... Excellente année 2019 en montagne

Kevin Bagnoud, ancien préposé aux courses

Date	Courses 2019	Chef de course	Description
14.déc 15.déc	Cours avalanche	Pierrot Bagnoud - 079 232 08 82 pierrotbagnoud@hotmail.com	Vendredi soir : cours théorique sur les avalanches - Samedi : exercices pratiques Possibilité de passer le diplôme SMT reconnu par les guides suisses
13.janv	Formation chef de course avec guide	Christophe Rey - 079 698 32 65 christopherey@romandie.com	Journée formation réservée aux chefs de course
20.janv	Palanche de la Cretta (2926 m)	Barras Jean-Philippe - 076 388 16 06 jeanphilippebarras@live.com	Belle randonnée à skis sur des pentes régulières au pied du Mont de l'Etoile - PD - 1'300 m de dénivelé - Environ 5 h
27.janv	Sortie folklorique à la Cabane Illhorn	Daniel Dischinger - 079 523 48 14	Venez passer un moment de détente et de partage à la cabane Illhorn du groupe de Sierre
02.févr	Formation ski descente	David Wannier - 079 339 29 60 david.wannier@bluewin.ch	Si tu es un nouveau randonneur et que tu désires apprendre les bases du ski hors-piste, cette journée est pour toi !
03.févr	Col de la Roue (2640 m)	Jérôme Bétrisey - 079 339 72 45 jerome.betrisey@quick-soft.ch	Jérôme et Frédéric vous proposent une belle classique dans notre région Une excellente mise en jambes pour commencer la saison
10.févr	Combe de Lovégno (2820 m)	David Wannier - 079 339 29 60 david.wannier@bluewin.ch	Si tu veux contempler la Maya de plus près et en plus, faire du bon ski... Inscris-toi, cette sortie est pour toi !
17.févr	Mont Fourchon (2902 m)	Barras Jean-Philippe - 076 388 16 06 jeanphilippebarras@live.com	Montagne des Alpes Pennines, située à la frontière entre la Suisse et l'Italie, à mi-chemin entre le Grand Golliat et le col du Grand-Saint-Bernard
23.févr	Foggenhorn (2569 m)	Laurent Ducry - 079 577 21 89 lducry@hotmail.com	Montée en télécabine à Belalp, puis 700 m de dénivelé pour atteindre un sommet peu fréquenté
24.févr	Omen Roso (3041 m)	Pascal Budon - 079 818 06 89 budon@netplus.ch	Belle course PD dans le Val d'Anniviers, mais il ne faut pas sous-estimer les 1'700 m de dénivelé
03.mars	Bel Oiseau (2643 m)	Barras Jean-Philippe - 076 388 16 06 jeanphilippebarras@live.com	Course d'environ 1'300 m dans le secteur d'Emosson Point de vue magnifique sur le Massif du Mont-Blanc
10.mars	Pointe de Vouasson (3489 m)	Frédéric Devantery - 076 502 24 82 fdevantery@hotmail.com	1'700 m PD dans le Val d'Hérens, proposés par Jérôme et Frédéric
23.mars	Pointe de Tourtemagne (3079 m)	Pascal Budon - 079 818 06 89 budon@netplus.ch	Le départ se fera depuis Saint-Luc, pour rejoindre la pointe de Tourtemagne après 1'380 m de montée PD
30.mars	Découverte Région du Grand-St-Bernard	Patrick Bonvin - 078 763 47 02 pbonvin@netplus.ch	Viens découvrir cette magnifique région et pourquoi pas, avec un peu de chance, tu pourras peut-être croiser le chien...
14.avr	Emshorn (2632 m)	Xavier Robyr - 076 428 03 98 xr@bisasierre.ch	Depuis Oberems, montée tranquille en forêt, puis par les alpages de Griebjini, jusqu'à ce sommet dominant la vallée du Rhône
22.avr 27.avr	Haute route (6 jours)	Pierrot Bagnoud - 079 232 08 82 pierrotbagnoud@hotmail.com	La traditionnelle Haute Route du CAS sur 6 jours, conduite par nos guides, inscriptions jusqu'au 20 mars - A ne pas manquer, ouvert à tous !
22.avr 28.avr	6 jours dans le Queyras	Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99 jean-pierre.rey@hevs.ch	Randonnée à skis dans le Queyras - Niveau AD - Max 5 personnes - Inscriptions jusqu'au 31 janvier
11.mai	Formation Secours en montagne	Mathieu Curchod - 078 717 62 36 curchod3@msn.com	Une formation théorique et pratique sur le BLS-AED et astuces de prises en charge pour le sauvetage en montagne



rando shop
xirex nord - rue centrale 8
3963 Crans-Montana
T. +41 27 481 05 85
F. +41 27 481 05 86
randoshop@netplus.ch