



CAS Montana-Vermala www.casmontana.ch

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

Cabane des Violettes www.cabanesdesvioletttes.ch

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

Sorties organisées à la Cabane des Violettes

19.mars	Spaghettis à la Cabane	Xavier Robyr
25.juil	Grand Bonvin - repas à la Cabane	Jérôme Nanchen
05.sept	Sentier du 100ème - repas à la Cabane	Xavier Robyr

Soirée officielle du 100ème

21.mars	Partie officielle Table ronde sur la montagne et ses valeurs Apéro-dîatoire, échanges et rencontres	Xavier Robyr Jean-Pierre Rey
---------	---	---------------------------------

Groupe Jeunesse - AJ / OJ

Groupe AJ	Virgile Nanchen - virgile.nanchen@gmail.com - 079 274 72 37
Groupe OJ	Sébastien Rouiller - sebastien.rouiller@bluewin.ch - 078 809 61 21

Activités J+S pour les jeunes de 10 à 14 ans (AJ) et de 15 à 22 ans (OJ), accompagnés d'un guide de haute montagne et de moniteurs J+S. Pour découvrir la montagne en toute sécurité !

	Groupe AJ	Groupe OJ
Programme hiver		
15.déc		Petite rando, check matériel, sécurité
27.déc	Freeride de Noël	
27-29.déc		3 jours rando-ski freeride Magic Pass
12.janv		Rando à ski
26.janv	Cascade de glace	Cascade de glace
08-09.fév		"Traces ouvertes" au Simplon + 1 ami
16.févr	Rando découverte	
23.févr		Freeride
14-15.mars	Sortie cabane	2 jours de ski et alpinisme hiver
26.avr		La der de l'hiver à ski
Programme été		
10.mai	Escalade en moulinette	Préparation Expé Maroc - Escalade
17.mai		Escalade sur rocher - longues voies
27.mai	Journée des familles	
07.juin	Escalade longues voies	Escalade sur rocher - trad climbing
29.juin - 19.juil		100ème du CAS Montana-Vermala Expé Maroc 2020
06-10.juil	Camp d'été	
12.août	Via ferrata	Alpinisme été - Course d'arête
19-20.sept	week-end au Tessin	Week-end "Voies ouvertes" + 1 ami
10-15.oct	Camp en Sardaigne	
10-14.oct		Camp d'escalade
15.nov	Soirée AJ-OJ	Soirée AJ-OJ

Programme Courses 2020

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,

Il y a **100 ans, le 21 mars 1920**, un groupe d'amis, amoureux de la montagne, créait **une nouvelle section du Club Alpin Suisse, celle de Montana-Vermala**.

Pour commémorer ce jubilaire, nous vous proposons un **programme des courses 2020**, ponctué de sorties spécifiques au **100ème anniversaire de la fondation de notre section**. Nous avons organisé, pour l'évènement, 2 journées "ouvertes" aux non-membres, un projet participatif concernant l'ascension, en groupe d'amis, des 19 sommets des communes du Haut-Plateau, une rencontre par plusieurs voies différentes au sommet du Jegihorn et finalement une montée inaugurative à la Cabane des Violettes, par le **nouveau sentier du 100ème**.

La **commémoration officielle** aura lieu le soir anniversaire de la fondation, le **samedi 21 mars 2020**, vous y êtes toutes et tous cordialement convié(e)s. Ouvrez vos agendas et **réservez cette date** !

Pour le reste, le programme propose en début de saison **une soirée théorique «avalanches»**, suivie d'une journée dans le terrain, puis une journée **formation des Chefs de course «été»** et enfin une **formation «1er de cordée»** en juin.

Inscriptions aux courses : Les inscriptions pour les courses d'un jour s'ouvrent 1 mois avant la sortie. Pour les randonnées à ski, priorité est donnée aux personnes ayant suivi récemment un cours avalanche ou une formation DVA.

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

Xavier Robyr - Président



Photo : J.-P. Rey

Groupe Alpinisme en famille - ALFA

Contact : Pierre-Olivier Bagnoud - pierrotbagnoud@hotmail.com - 079 232 08 82

Bonne nouvelle pour les parents et leur(s) enfant(s) de 6 à 10 ans, intéressés par la montagne : Pierre-Olivier Bagnoud, guide AVGM, redonne vie à l'alpinisme en famille et propose 5 jours d'activités estivales variées.

16.mai	Initiation à l'escalade et aux techniques d'assurage
13.juin	Journée d'escalade
25.juil	Sortie en montagne
19-20.sept	Week-end en montagne avec nuit en cabane

Groupe Ski-Alpinisme

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

Légèreté, rapidité, sécurité, santé !
Telle pourrait être la devise de ce groupe formé d'amateurs de gros dénivelés, avalés de manière sportive...

18.janv	St-Luc - col de Vijivi - col de la Forcletta
22.févr	Galmihorn
28.mars	Sortie spéciale 100 ans : Aminona – Nuseyhorn – Trubelstock – Schwarzhorn – Rothorn – Schneehore – Les Faverges – Tothore – Pointe de la Plaine Morte – Wisshore – Rohrbarstein – Sex des Molettes – Col du Pochet – Cabane des Violettes
04-08.avr	Traditionnelle Haute Route avec guide – Haute Route uranaise



Photo : J.-P. Rey

Date	Courses 2020	Chef de course	Description
En 2020, le CAS Montana-Vermala célèbre le 100ème anniversaire de sa fondation.			
Les courses surlignées en bleu dans la liste ci-dessous sont des courses directement liées aux festivités du jubilaire			
13.déc 14.déc ou 15.déc	Formation Avalanche + DVA	Christophe Rey - 079 698 32 65 christopherey@romandie.com	Vendredi : cours théorique pour tous les inscrits Samedi : une avalanche, que faire ? Utilisation du matériel de sécurité (DVA, pelle, sonde) ; pour les personnes peu formées Dimanche : utilisation du matériel de sécurité et déplacement dans le terrain ; pour les personnes avec un peu d'expérience La section offre cette formation aux chefs de course et prend en charge 50% des frais d'inscription pour ses membres (montant selon le nombre de participants)
19.janv	Col de la Roue (2640m)	Jérôme Bétrisey - 079 339 72 45 jerome.betrisey@quick-soft.ch Frédéric Devanthéry - 076 502 24 82	Une classique dans notre région - 1150m de dénivelé
26.janv	La Dotse (2492m)	Laurent Ducry - 079 577 21 89 lducry@hotmail.com	Rando-plaisir dans le val Ferret pour lancer la saison - 800m
08.févr	Seehorn (2439m)	Patrick Bonvin - 078 763 47 02 pbonvin@netplus.ch	Depuis Gabi - PD - 1200m
15.févr	Col de Bréona (2915m)	Pascal Budon - 079 818 06 89 budon@netplus.ch	Départ de La Forclaz - PD - 1180m
23.févr	Pointe Masserey (2732m)	Daniel Dischinger - 079 523 48 14	Des Mayens des Praz (1642m) - Très jolie sortie pas loin de chez nous
01.mars	Pointe d'Aufalle (2725m)	Barras Jean-Philippe - 076 388 16 06 jeanphilippebarras@live.com	Départ d'Ovronnaz, en passant par la Saille - AD - 1380m
14.mars	Journée « Traces ouvertes » Randonnées à ski	Les chefs de course Informations et inscriptions auprès de Jérôme Nanchen - 079 633 36 53	1 membre et son accompagnant-e invité-e Courses accessibles au plus grand nombre Le programme des randonnées sera envoyé aux personnes inscrites
15.mars	Pointe de Moline (3060m)	Barras Jean-Philippe - 076 388 16 06 jeanphilippebarras@live.com	De Bourg-St-Bernard - PD+ - 1130m
21.mars	13ème édition du Défi des Faverges	Xavier Robyr - 076 428 03 98 xr@bisasierre.ch	Bénévoles sur le parcours, à l'arrivée ou avec le Team CAS Montana-Vermala au Grand Bonvin, l'organisation compte sur votre présence ! Merci
21.mars	100ème anniversaire de la fondation de notre section	Xavier Robyr - 076 428 03 98 Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99	Soirée officielle du 100ème anniversaire du CAS Montana-Vermala
28-29.mars	Initiation au bivouac Comme en expé !	Pierre-Yves Bonvin - 079 446 30 35 pybonvin@yahoo.com Bernard-Aldo Robyr - 079 316 03 39 arobyr2@bloomberg.net	Venez passer une nuit sous tente dans la région de la Plaine Morte. Découvrez et partagez les astuces des camps d'altitude
13-17.avr	Haute Route française dans les Alpes uranaises	Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99 jean-pierre.rey@hevs.ch	Tour du Damastock en boucle depuis Realp AD+ - groupe de niveau homogène
13-18.avr	Haute Route	Pierrot Bagnoud - 079 232 08 82 pierrotbagnoud@hotmail.com	La traditionnelle Haute Route du club, quelque part dans les Alpes
30.mai - 01.juin	Escalade plaisir niveau 4-5	Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99 jean-pierre.rey@hevs.ch	L'habituelle sortie marquant la fin du ski et le début de l'escalade. Tous niveaux avec des sites offrant des voies de 5max - 2h30 de voiture
11-14.juin	Canyoning au Tessin	Jérôme Cordonier - 078 618 81 18 jc-fcm@vtxnet.ch	Avec guide
13-14.juin	Formation continue des chef-fe-s de course	Christophe Rey - 079 698 32 65 christopherey@romandie.com	Inscription jusqu'au 1 ^{er} juin
04.juil	Longue voie 5b max	Jérôme Cordonier - 078 618 81 18 jc-fcm@vtxnet.ch	Escalade plaisir...
10-12.juil	Formation 1er-e de cordée	Christophe Rey - 079 698 32 65 christopherey@romandie.com	A l'intention des personnes souhaitant progresser et faire un premier pas vers l'autonomie en escalade. Inscription jusqu'au 26 juin. Prix en fonction du nombre de participant-e-s
11.juil	Journée « Voies ouvertes »	Les chefs de course Informations et inscriptions auprès de Jérôme Nanchen - 079 633 36 53	1 membre et son accompagnant-e invité-e Via ferrata, falaise, marche en montagne, longue voie, sommet, ... Activités accessibles au plus grand nombre. Le programme sera envoyé aux personnes inscrites
18-19.juil	Pointe d'Arpitettaz	Daniel Dischinger - 079 523 48 14	Cotation FII T5 - nuit à la cabane d'Arpitettaz
Au gré des saisons...	Les sommets des communes du Haut-Plateau	Informations et inscriptions : Laurent Ducry - 079 577 21 89 lducry@hotmail.com	Liste des 19 sommets sur le site du CAS - Projet participatif Les membres ou groupes s'annoncent pour organiser un parcours, une course, un enchaînement, une rencontre, ... Compte Instagram relatant les activités, avec comptes-rendus et photos Pour clôturer le projet : ascension du Mont Bonvin, en club ouvert, avec les remontées mécaniques, à pied, à VTT, ... Repas à la cabane des Violettes Projection du compte Instagram consacré au projet
25.juil	Le 19ème sommet : Mont Bonvin (2994m)	Kevin Bagnoud - 078 662 61 69 kevin@quick-soft.ch	

Date	Courses 2020	Chef de course	Description
06-09.août	E-bike tour	Pierrot Bagnoud - 079 232 08 82 pierrotbagnoud@hotmail.com	Du val d'Anniviers à Etroubles. Cette nouvelle discipline permet de faire du vélo comme on fait du ski de rando.
16-22.août	Vias ferratas historiques	Pierrot Bagnoud - 079 232 08 82 pierrotbagnoud@hotmail.com	A la découverte des vias ferratas historiques de la région de Cortina d'Ampezzo. Inscriptions jusqu'au début avril
22.août	Le CAS Montana-Vermala au sommet du Jegihorn !	Les chefs de course Informations et inscriptions auprès de Jérôme Nanchen - 079 633 36 53	Sommet atteignable par le « chemin », la via ferrata, différentes voies d'escalade, l'arête, ... Ouvert à tout un chacun. Possibilité de monter la veille à la cabane du Weissmies
05.sept	Le sentier alpin du 100ème (3,4 km, 580m de dénivelé)	Informations et inscriptions auprès de Jérôme Nanchen - 079 633 36 53 jerome.nanchen60@gmail.com	Inauguration du sentier, parcours accompagné; départ Montana-Vermala, pause aux Caves de Pépinet, escalade au Colorado, apéro à l'ancienne cabane, repas à la Cabane des Violettes
11.sept	Soirée des chefs de course	Jérôme Nanchen - 079 633 36 53 jerome.nanchen60@gmail.com	Planification et raclette Inscriptions et propositions avant le 05.09. svp.
12.sept	Longue voie 5b max	Jérôme Cordonier - 078 618 81 18 jc-fcm@vtxnet.ch	Escalade plaisir...
13.sept	Barrhorn (3610m)	Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99 jean-pierre.rey@hevs.ch	Le plus haut sommet des Alpes qui puisse être gravi sans matériel d'alpinisme. Degré de difficulté T3+ ; exige des randonneurs un pied sûr et l'absence de vertige
20.sept	Via ferrata Kandersteg Allmenalp	Olivier Schallbetter - 079 629 17 46 schalby@msn.com	Difficulté K4 - « Un mur de 350m de haut qui ne convient pas vraiment aux débutants craintifs »
26.sept	Escalade plaisir en Valais	Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99 jean-pierre.rey@hevs.ch	Site choisi selon le nombre et le niveau des participant-e-s
26-27.sept	Binntal - Alpe Devero - Alpe Veglia	Xavier Robyr - 076 428 03 98 xr@bisasierre.ch	Rando plaisir...
21.nov	AG du CAS Montana-Vermala	Tous les membres sont cordialement invités à y participer	Suivie de la traditionnelle choucroute

Mille Mercis aux Chefs de course pour leur engagement et... Excellente année 2020 en montagne

Jérôme Nanchen, préposé aux courses



Photo : J.-P. Rey