

Edito du président

Depuis mon précédent billet, la saison est déjà bien avancée et après avoir grelotté sous le stratus, la météo de ces derniers jours nous gratifie de magnifiques conditions printanières en plaine. Même si certains seraient tentés de remiser déjà leurs skis, l'hiver n'a peut-être pas encore dit son dernier mot et en altitude, les conditions de neige offrent encore de belles perspectives pour les courses de ski de randonnée inscrites au programme.

Dans le cadre de notre section, toutes les courses, à quelques rares exceptions, ont pu avoir lieu malgré une météo souvent capricieuse. Mais nos chefs de courses ont su trouver des alternatives intéressantes chaque fois que le risque d'avalanche rendait le but initial trop risqué.

Ce ne fut heureusement pas le cas début février et le week-end de ski du club à St-Luc a rencontré une nouvelle fois un grand succès. Grâce à l'encadrement de notre guide, Guillaume Rubin, secondé efficacement par quelques chefs de course, la quarantaine de participants a pu profiter pleinement du soleil et des excellentes conditions de neige. Un grand merci à Christian Spahni pour son organisation sans faille !

En guise de conclusion, je souhaite profiter de l'occasion pour lancer un appel aux personnes souhaitant s'investir dans la gestion de notre section. En effet, le mandat de notre vice-présidente Roseline Hanhart prendra fin à la fin de cette année déjà. Notre caissier, Denis Salamon, souhaiterait également remettre sa charge. Toutes les candidatures ou propositions sont donc les bienvenues.

Je me réjouis de vous rencontrer nombreux à notre prochaine assemblée et vous présente mes cordiales salutations.

Daniel Baumgartner

Bulletin CAS, section La Dôle
février & mars 2015
No 2, Année 2015
Parution 6 fois / an
Éditeurs: Christian Spahni, Jac Flückiger
Email: bulletin@cas-la-dole.ch
Club Alpin Suisse, Section La Dôle
Case postale 1017, 1260 Nyon 1
CCP: 12-9664-9
Local: Rue des Moulins 13, 1260 Nyon
Stamm tous les jeudis à 19h00
Site Internet: www.cas-la-dole.ch
Webmaster: William Morf

SOMMAIRE
Éditorial, p. 1
Convocation assemblée, p. 2
Comité & commissions, p. 4
Rappel d'airbags pp. 7&8
Calendrier & dates vacances pp. 11&12
Souvenir partagé pp. 13 &14
Délai remise des textes p. 15

www.raoulsport.ch



Raoul Sport
Nyon

Location & Vente T +41 (0)22 361 38 35
info@raoulsport.ch

Plage de 
Promenthoux



Buvette - Restaurant
Cadre familial - Panorama exceptionnel
Ouvert de Pâques au Lundi du Jeûne Fédéral

Manfred ELMER
Tél. 022 361 34 20 - Mobile 078 743 57 95

Comité et commissions

Président:

Daniel Baumgartner, 076/304 99 48
Ch. du Crozet 1c, 1260 Nyon
president@cas-la-dole.ch

Vice-présidente:

Roseline Hanhart, 079/611 78 25
24, ch. de Chantemerle, 1260 Nyon
vice_president@cas-la-dole.ch

Secrétaire:

Annie Bréchon, 079/799 67 91
Rte de Tartegnin 20, 1182 Gilly
secretariat@cas-la-dole.ch

Cassier:

Denis Sajamon, 078/845 15 03
Ch. des Retraites 11, 1004 Lausanne
cassier@cas-la-dole.ch

Gestion des membres:

Lotti Reuse, 022/363 17 25
Ch. Chantegrive 10, 1260 Nyon
membres@cas-la-dole.ch

Commission courses:

Nils Gindrat, 079/527 29 29
Route de Chéserey 63, 1276 Gingins
courses@cas-la-dole.ch

ALPFAM:

Christine Bertholet Déjean, 076/424 52 88
13, rue de la Porcelaine, 1260 Nyon
alfam@cas-la-dole.ch

Les Jeudistes:

Albert Rusterholz, 022/367 16 04
Au Village 9, 1277 Borex
jeudistes@cas-la-dole.ch

Commission bulletin:

Christian Spahn, 079/350 50 66
route de Cité-Ouest 32, 1196 Gland
bulletin@cas-la-dole.ch

Colonne de secours:

Stéphane Chivvini, 079/697 56 64
La Grande Vigne, Cp 6, 1183 Bursins
stephane@pikbois.ch

Responsable OJ:

Manuel Froidevaux, 079/695 92 74
Ch. des Coteaux 3, 1188 St-George
oj@cas-la-dole.ch

Responsable AJ:

Fabien Meylan, 079/825 82 39
Rte de Saint-Vincent, 1183 Bursins
aj@cas-la-dole.ch

Responsable Rochefort:

Laurent Turin, 022/366 37 60
Ch. de Fleuri 8, 1268 Begnins
cabane_rochefort@cas-la-dole.ch

Responsable Arpitettaz:

André Staubli, 022/361 43 04
Rue des Trois-Fontaines 11A
1266 Duillier, cabane@arpitettaz.ch

Responsable du local:

Doris Genoud, 078/788 85 72
route de Cité-Ouest 32, 1196 Gland
local@cas-la-dole.ch

Commission environnement:

Claude Pilloud, 079/772 63 20
Ruelle du Puits 4, 1260 Le Vaud
environnement@cas-la-dole.ch

Responsable bus:

C & W Fankhauser, bus@cas-la-dole.ch
Ch. des Morettes 5, 1197 Prangins

Guides de la Section:

Guillaume Rubin
022/368 03 73 - 079/ 373 68 33
Ch. des Vernes 9, 1188 St-Georges
guillaume.rubin@gmail.com
François Germain
022/368 15 19 - 079/342 52 22
Rte de Langirod 29, 1188 St-George
fgermain@bluewin.ch
Florian Strauss
Chemin des Planchettes 9
1731 Epenodes
strauss@aventuresalpines.ch
Guillaume Guinaut, 079/596 87 18
Les Passes 1961 Vex
guillaume@guides-passemontagne.ch

ASSOCIATION GENEVAY
GUENIN



ABATTAGE · ÉLAGAGE
BOIS DE CHEMINÉE

LA RAVIÈRE · 1269 BASSINS
022 / 366 15 46 · 022 / 366 46 43
022 / 366 07 05 · FAX 022 / 366 15 43

la maîtrise de votre image



scan
graphic

scan graphic sa
solutions prépresses

www.scan-graphic.ch

24a, route de dullier
1260 nyon / suisse

t +41 (0)22 994 7488
f +41 (0)22 994 7489

Editorial

En tant que responsable de la commission du bulletin, je voudrais m'excuser pour le premier numéro de février 2015. Fait à la hâte, il ne comporte que 20 pages, par manque de textes (peu de courses ont été faites par manque de neige !) et nous avons zappé le programme des courses, que vous avez de toute façon reçu dans le bulletin précédent et qui se trouve également sur le site du CAS La Dôle. Je ne sais pas si je dois dire :mea culpa, my apologies, scusa , es tut mir Leid, lo siento mucho et pour terminer en slovaque Vazena pani predsedajuca. Mais voilà c'est fait.

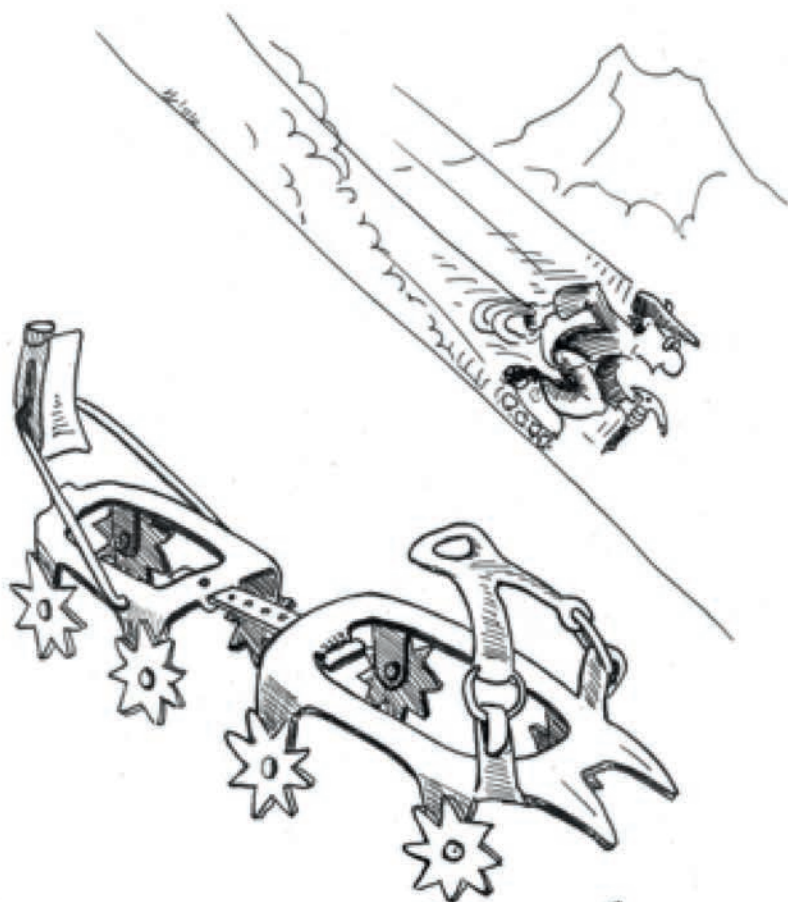
À la suite de l'assemblée générale de novembre passé et au renoncement de Nicole pour surcharge de travail, le relais a été passé à Jack, plein de bonne volonté: on pensait que le relais se ferait sans souci, mais à l'approche des fêtes, la cordée ne s'est pas reformée comme il se doit et, pour des bénévoles comme nous, le temps - avec les obligations professionnelles de chacun - n'est pas facile à trouver pour vous servir au mieux. Je suis le premier de cordée et nous allons tous amener Jack au sommet de son art, afin qu'il réalise un bulletin tant désiré. À l'époque Mathieu, de la jeunesse, avait un projet qui s'appelait « Lâche pas prise »: ces 3 mots résument l'état d'esprit qu'il faut avoir afin de réaliser un bon travail. Je remercie Jean Brésilley pour son dévouement qui a permis au bulletin de sortir dans sa forme édulcorée. J'invite chaque commission et chef de course à alimenter sa revue par ses récits ou par ses photos, reflets de la vie de la section.

Merci.

Christian Spahni



Pour accélérer vos descentes



Le crampon à roulettes

évidemment chez

CACTUS SPORTS

6 rue du Pont Neuf, 1227 Carouge, 022.300.3001

atelier : 022.301.74.33, lu-ve : 9-19h., sa.:10-16h.

Convocation

Assemblée ordinaire Extras-Muros

Jeudi 11 juin 2015 à 18h30

Observatoire astronomique de l'Université de Genève
Chemin des Maillettes 51
Sauverny
1290 Versoix



<http://www.unige.ch/sciences/astro/fr>

Visite guidée en compagnie de M. Michel Mayor, astrophysicien et membre de notre section

En deuxième partie Assemblée

Ordre du jour :

- Communication du comité
- Présentation des nouveaux membres
- Propositions individuelles et diverses

Venez nombreux !

SBS SPORT
SERVICE
www.sbsport.ch



SOUVENIRS PARTAGÉS

L'Ambrevetta dans les Aravis, 28 février 2015

Le samedi matin au parking des Morettes nous étions finalement huit participants pour cette journée qui s'annonçait prometteuse. Christophe Wolker, notre chef de course, a changé la date au vu des mauvaises prévisions météo pour le dimanche. Comme prévu nous arrivons vers 8.30 h au parking des Confins, dans les hauteurs de La Clusaz. Selon nos habitudes, nous avons l'intention d'y aller boire un café avant de commencer les efforts. Notre première tentation dans un petite auberge échoue car le tenancier

est visiblement tout seul et il doit servir le petit déjeuner à ses hôtes. Il ne faut jamais baisser les bras car un petit café avant l'effort fait tant de bien... eh oui nous avons plus de chance au restaurant près du parking des Confins. Après cette pause largement appréciée par toute l'équipe, nous retournons vers les voitures et c'est l'heure de préparation pour la montée. Sans tarder nous attaquons cette montée de mille mètres et des poussières. La météo se montre pas trop mal avec au moins une bonne visibilité et les premières éclaircies.



Cet itinéraire plutôt doux et adapté aux conditions générales commence avec une traversée à flanc de coteau à travers des lisières de forêt jusqu'au pied de la combe de Tardevant. La montée sérieuse commence ici en direction du sommet l'Ambrevetta. Quelle surprise: les skis d'Oscar ont des peaux qui ne collent pas très bien! Du coup, il recule sur la neige perpétuellement. Un arrêt s'impose; Christophe essaie de chauffer les peaux en les frottant très fort. Il nous explique qu'il s'agit d'une méthode qui peut marcher mais visiblement cette fois il nous faut un autre moyen. Votre chroniqueuse fouille dans son sac et trouve une petite bonbonne de spray qui a perdu son gaz au cours des années. Alors une bande adhésive sera utile et finalement on trouve ce moyen pour dépanner et fixer les peaux sur les skis de location d'Oscar. En même temps nous profitons de boire un

RXTREM

**Les verres Julbo
100 % adaptés à votre vue !**

Avec RXtrem, profitez du meilleur de la correction solaire optique pour aller au bout du monde. En unifocal ou progressif, RXtrem s'adapte parfaitement à la forme gabée des montures et offre un confort de vision total sous tous les angles. Photochromiques, polarisants et anti-buée, les verres RXtrem Caméléon sont parfaitement adaptés à la montagne et aux déserts, pour vous emmener encore plus loin dans les vos aventures.

**CE
N'EST PAS
NOTRE VUE QUI
VOUS ARRÊTERA !**

MAXIVUE
VOTRE OPTICIEN

www.maxivue.ch

Membres CAS

-10%

Votre spécialiste en lunettes correctrices de sport

OPTIQUE DE LA COMBE

Centre La Combe / Nyon / 022 361 59 55

coup et de grignoter quelque chose pour nous renforcer. Nous continuons notre montée dans des pentes plus raides, dans une belle neige poudreuse. Entretemps le soleil est également au rendez-vous.

Nous sommes convaincus que Christophe a pris la bonne décision en avançant la date de la course. Après environ trois heures nous arrivons au sommet, qui offre très peu de place mais un magnifique panorama. Vers le sud c'est le massif du



Mont Blanc qui domine à l'horizon et au nord nous avons une vue plongeante vers la station du Grand Bornand. À notre étonnement une grande couche de stratus est également bien visible vers le plateau lémanique. Au sommet nous affrontons un vent assez fort; bref on nous conseille d'enlever les peaux et de descendre un peu pour faire la pause pique-nique dans un endroit plus abrité. Toute l'équipe profite de ce moment bien

agréable sous le soleil. Réconfortés, nous nous préparons pour cette belle descente dans la poudreuse. C'est Pierrot qui va fermer la course. Quel plaisir de se lancer dans les pentes et de dessiner des bananes dans la magnifique poudreuse – un rêve et on dirait du pur bonheur de skieur. Vers la fin de notre belle descente nous devons déchausser les skis et remonter quelques mètres – eh oui, il faut refaire la traversée vers le parking des Confins. Une fois arrivés aux voitures, tous les participants sont contents de cette belle course et pour terminer en beauté nous allons partager le verre de l'amitié. Au nom des participants suivants : Marcel Py, Daniel Baumgartner, Laurence Gerber, Oscar Martinez, Olivier Van Bunnan, Pierre Mischler et Christophe Wolker, notre chef de Course. Un grand merci à lui. Elsbeth Koehli, Prangins, le 1^{er} mars 2015



**BOUCHERIE
CHARCUTERIE
TRAITEUR**

Chez Philou

Philippe GRANGE

**Grand-Rue
1268 Begnins
Tél. 022 366 13 14
Fax 022 366 30 60**



**SEMAINES DE VOILE
DECOUVERTES ...**

**POUR EN SAVOIR PLUS SUR
NOS DESTINATIONS EN
2015
VISITEZ
NOTRE SITE !**

VACANCES DE VOILE



WWW.READY2CASTOFF.COM

Info@ready2castoff.com

Palanche de la Cretta – Sortie CAS 8 mars 2015

Les jours avant notre sortie, le vent a tellement soufflé que Nicolas (le chef de course en charge) décide de changer l'itinéraire. On reste dans la même région mais au lieu de monter au Mont de l'Etoile, on a fait une course vers la Palanche de la Cretta avec une vue splendide sur le Mont de l'Etoile. Pour les novices, La Palanche de la Cretta est un sommet sur la même ligne de crête mais avec une descente nettement moins exposée.

Qui sommes-nous ? Un petit comité de 5 personnes ! Nicolas, le chef de course, Magda, Thierry, Stéphane et moi-même Filip.

Donc le quota féminin numérique n'a pas été atteint mais Magda l'a bien assumé et elle a essayé de faire présence pour 3.

Après un café à La Cordée (un des seuls bars ouverts aux Haudères), on part juste après 8 heures direction notre sommet. Il fait grand beau, pas un seul nuage, déjà bien chaud et toute la montée vers le sommet se trouve sur la face sud-est, donc avec le soleil bien présent. Il ne fallait pas oublier de mettre la crème pour éviter de revenir complètement cramé !



La montée se fait en douceur et on passe par de très jolies cabanes de montagne. Certes, le temps merveilleux rend tout plus sympa, mais malgré cela, le cadre est presque bucolique sans oublier la vue complètement dégagée sur les Dents Blanches, le Cervin et le Mont de l'Etoile.

Une fois arrivés au sommet - sans aucun souffle de vent - on prend le temps de manger tout en admirant les sommets autour de nous.

Au moment du déjeuner, il y a pas mal de groupes qui arrivent et on décide de commencer la descente afin d'éviter de se retrouver sur une autoroute. La neige est printanière et au début fort agréable. À la fin, elle devient un peu plus lourde tout en



EAU PLOMBERIE FERBLANTERIE

FOUNEX / VD
VERSOIX / GE

tél.: 022 - 776 75 83

Natel: 079 - 202 20 03

Email: efp@bluewin.ch



CHAUFFAGE



DECOUVERTE ET RANDONNEE

Soif d'évasion ? de Grands Espaces ? Le dépaysement est là, tout près de chez vous. A pied ou en raquettes, Jura-Trek vous emmène en randonnée à la découverte de la faune, la flore et des gens qui peuplent le Jura et les Alpes, contactez-nous !

Jura-Trek
Michel Ruffieux
Ch. de la Fin d'Enhaut 23
CH-1269 Bassins / Switzerland

Tel. +41 79 7751024
E-mail: michel.ruffieux@jura-trek.ch
site web : www.jura-trek.ch

Don en espèces

Pour votre don, nous avons ouvert un compte spécial « Cabane Arpitettaz » auprès du Club Alpin Suisse à Berne.

- ***Par ma signature,
je promets un don en espèces de CHF***
- *Votre don sera déductible fiscalement*

Nom et prénom : _____

Adresse : _____

Signature : _____

Coupon à retourner à :


Roland Meyer, chemin des Morettes 1 - 1197 Prangins

E-mail : transformation@cas-la-dole.ch

Important :

Pour les dons, veuillez utiliser le bulletin de versement du Club Alpin Suisse à Berne, qui vous enverra par la suite l'attestation fiscale.

Attention : quel que soit votre moyen de paiement, n'oubliez pas de mentionner comme référence « cabane Arpitettaz ».

A bright sun shining over a snowy mountain peak. The sun is in the upper right corner, creating a lens flare effect. The sky is a clear, light blue. The mountain slope is covered in snow, with several large, dark grey rocks protruding from the surface. The overall scene is bright and clear, suggesting a high-altitude, sunny day.

*Ceux qui ne croient
pas à l'impossible
sont priés de ne pas
décourager ceux qui
sont en train de le faire!*



Part sociale

La part sociale est un prêt octroyé à la section « La Dôle » du Club Alpin Suisse dans le cadre de la transformation et de l'agrandissement de la Cabane Arpitettaz.

Le prêt est divisé en parts numérotées et nominatives de CHF 250.00 chacune.

Il ne porte pas d'intérêts et les parts sont remboursables dès que les disponibilités le permettront.

L'ordre de remboursement de vos parts sera défini par tirage au sort lors de la dernière assemblée annuelle (au « Punch ») de la section.

- *Par ma signature, je déclare souscrire à part(s) sociale(s) de valeur nominale de CHF 250.00 chacune.*

Nom et prénom : _____

Adresse : _____

Signature : _____

Coupon à retourner à :

Roland Meyer, chemin des Morettes 1 - 1197 Prangins

E-mail : transformation@cas-la-dole.ch

Important :

Pour les souscriptions de parts sociales, veuillez utiliser le bulletin de versement de la section « La Dôle » ci-contre.

Attention : quel que soit votre moyen de paiement, n'oubliez pas de mentionner comme référence « cabane Arpitettaz ».



CORSE - passerelle de Spasimata sur la GR 20 - d



de CONCA à CALEZANA, via le col de Vizzavona

restant bien praticable.

Avant de reprendre la route, on fait un arrêt à l'endroit où tout a commencé : La Cordée. Avec la terrasse plein sud, on prend une bonne bière, blanche et/ou jus de pomme bien mérités avant de reprendre la route.

Last but not least, pour les statisticiens parmi nous, le sommet de la Palanche de la Cretta est à 2926m, la montée en peau est de 1'127m et on l'a faite en 2h46 !

Course du 25 janvier 2015 à la Tête de Combaz

Un bel ensoleillement nous avait été annoncé pour cette échappée à la Tête de Combaz. Quelque 16 vaillants clubistes quittent donc le parking des Morettes sur le coup des 7h00 du matin... Pas de retardataires, pas de bouchons et pas de ... DVA non plus pour notre chef de course du jour, Bernard J., ce qui lui vaut quelques clins d'œil goguenards pour le reste de la sortie... Heureusement, un DVA de dépannage sera rapidement trouvé dans un magasin au pied des pistes des Contamines! On ne plaisante pas avec la sécurité...

Nous fonçons donc en direction de la Tête de Combaz et attaquons la première étape d'une assez longue montée de 1200 m de dénivelé, en compagnie de quelques autres randonneurs. Après une courte mise en jambes, nous sommes partagés en deux groupes au niveau du restaurant de la Combalaz, avec respectivement Bernard et Pierre en tête de file.

Nous sommes rapidement rattrapés par quelques nuages persistants qui nous volent un panorama que nous devinons grandiose quand le soleil daigne faire quelques apparitions furtives... C'est cependant sans problème, mais par un froid assez mordant, que nous parvenons au sommet, après quelques bonnes conversions, sans pourtant nous attarder en raison de la mauvaise visibilité ...

Nous décidons donc d'entamer rapidement la descente pour rejoindre André et Sylvette au restaurant de la Combalaz.

La descente se passe dans une neige de qualité variable, soufflée par endroits, avec une très mauvaise visibilité sur le haut, mais entrecoupée de quelques belles éclaircies. Le groupe se réunit à l'auberge de la Combalaz où nous sommes ma foi assez mal reçus, du fait, semble-t-il que nous limitons notre consommation à quelques chopes de bière ... Ouste direction terrasse extérieure, où nos clubistes ont néanmoins tout loisir de partager les nombreuses émotions du jour dans la bonne humeur!



IMPRIMERIE DE BEAULIEU SA



Rte de Lausanne 4 - 1180 ROLLE
Tél. 021 824 32 40



Chabloz, Chiovini
et Associés Sàrl

1183 Bursins
021 824 15 47
info@pikbois.ch

Charpente Isolation(isofloc) Sous-couverture Ferblanterie - Couverture Rénovation

Isolant éco-responsable

**isofloc**

Encore une belle course à l'actif du CAS, rondement menée par Bernard et Pierre, et heureusement sans recours à l'aide d'un hélico cette fois-ci!

Participants: André, Bernard J., Bernard T., Denis, Felix (auteur du rapport), Isabelle, Manu, Marcel, Mihai, Nathalie, Norbert, Pierre, Roseline, Sandra, Sibylle et Sylvette.

Le Trubelstock

Nous voici partis pour conquérir le Trubelstock (2998m) en terre valaisanne, joli sommet surplombant la Vallée du Rhône à proximité de Sierre.

Frais et dispos, nous arrivons jusqu'au lieu de départ grâce à la gentillesse de Joël qui nous véhicule dans son mini-bus.

Nous retrouvons d'autres concurrents et notre chef de course ... déjà sur le pied de guerre. Nous avons aussi la bonne surprise d'avoir la présence de 4 chefs de course pour cette belle balade de santé.

Ach super, mais la cadence est fort bien annoncée !

Le barda sur le dos, nous commençons la marche en portant les skis puis, chaussés, nous partons dans la forêt qui défile très rapidement. Pas le temps d'admirer les essences du coin, ni les écureuils, effrayés par notre pèlerinage. Il faut tenir le rythme donné par les aguerris. Passage dans une zone de mayens, juste le temps de repérer un beau bloc qui serait propice à la grimpe.

Puis, nous commençons notre ascension et nous nous retrouvons face à un petit dénivelé pas méchant. Quelques concurrents se distancent des aguerris, ceux-ci continuant leur rythme soutenu.

Il n'y a pas le feu au lac. La montagne aime aussi se laisser gravir en douceur !

Nous les rejoignons vite, arrêtés pour se restaurer quand même. Puis la séparation se reforme. Prenons le temps, isolés, de savourer cette quiétude que la montagne nous offre, son environnement magnifique, ce silence ...

Arrivés en bas d'un ravin, nous constatons qu'un chef de course se dirige sur une pente moins raide et les derniers d'entre nous s'aventurent dans sa trace, puis tout le monde disparaît de notre vue.

Elle nous conduit au Remointse du Plan.

Ach, une petite pose s'impose pour fêter notre premier sommet. Nous profitons d'une jolie terrasse d'un mayen, fermé pour l'hiver, pour nous arrêter.

Installés au soleil, trinquant un petit coup de schnaps bien mérité, pieds en éventail, pour soulager des cloques pour certains, nous savourons avec délice notre halte improvisée. Tip top.

WWW.MYMP.CH / RTE DE L'ETRAZ 6 / 1267 VICH / 022.364.05.38



meeting point
mymmp.ch

- ✓ GRAND CHOIX
- ✓ CONSEIL
- ✓ PRIX ATTRACTIF
- ✓ SERVICE RAPIDE

LOCATION SKI, SNOWBOARD ET RAQUETTE / SERVICE ET ENTRETIEN

VELO / REPARATIONS TOUTES MARQUES

EQUIPEMENT ET ACCESSOIRES VELO

SPECIALISTE UNIHOCKEY

Découvrez le monde à pied



**Du voyage
découverte
au grand
trekking,
en petits
groupes
francophones**

Brochure sur demande



Rue du Petit-Chêne 28
1003 Lausanne
021 566 74 91

www.tirawa.ch

Mais le plaisir fut de courte durée, arrêté net par un cri d'appel quelque part plus haut, rappelant les brebis égarées dans la montagne. Nous regagnons la trace et rejoignons sans dire un mot le plus rapidement possible le chef, au ski de course.

Puis nous nous engageons à nouveau dans une belle montée, qui sera que plus délicate à la descente.

Certains sont à la peine, n'ayant pas la même forme athlétique que les premiers, mais arrivant quand même grâce à la compassion et le rythme plus adaptés de Christian.

Le brouillard s'invite au col.

« Sch..sse », le Trubelstock se cache, ne voulant pas se faire conquérir par ces Vaudois de la plaine.

Ah les amis, il faudra que vous reveniez me voir une prochaine fois !

La descente est excellente et variée. Toujours pas possible de coller aux premiers qui mettent à nouveau le turbo, savourant leur passion.

Christian, seul et bienveillant, suit de près les derniers pour cette jolie descente.

Assoiffés, nous nous arrêtons à la Cure, petite buvette-restaurant, sur le chemin pour nous détendre les jambes et pour nous y désaltérer au soleil.

Retour au point de départ, remballage du matériel puis direction Château de Villa, arrêt obligatoire de passage à Sierre, du moins pour ceux aimant les nectars de la contrée.

Dans un superbe cadre d'un vieux manoir, nous y retrouvons Fabrice, le directeur, compatriote expatrié, ancien chef de course de la section que Christian connaît bien. Il nous y fait déguster quelques bons breuvages valaisans sur sa superbe terrasse ensoleillée.

Excellente récompense.

Ainsi le Trubelstock reste à être conquis !

Pourrons-nous y retourner l'année prochaine pour y planter le drapeau de la section ?

Merci Christian pour cette belle journée.

Christine

Chef de course : Christian

Chefs de courses concurrents : Bernard, Laurent, Odile, Pierre

Concurrents : Didier, Joël, Manfred, Olivier, William et moi.

SYLVAIN CARRARD

SUCCESEUR DE R. MISCHLER

ROLLET

TEL. 021 825 15 29

Ferblanterie - Couverture - Pose de Velux - Entretien

GARAGE DE LA TOUR



**DEPUIS 30 ANS
À VOS CÔTÉS**



RENAULT

BUS DE LOCATION

pour vos transports ou vos excursions



13 m³ déménagements



9 et 14 personnes

1270 TRELEX/Nyon - Tél. 022 369 28 28 - www.garagedelatour.ch

Course du 8 mars 2015 au Col des Martinets

Un petit air printanier nous fait partir aux aurores pour les Plans-sur-Bex, mais un martinet ne fait pas encore le printemps ! Aucun bistrot ouvert pour le café du matin, alors nous commençons tout de suite la rando. Nous sommes un grand groupe qui va se scinder en deux à la fin du Vallon de Nant. Bernard prend l'équipe des rapides: Odile, William, Nicolas, Quentin, Emile, Bernard T. et Norbert. Pierre le suit de près avec Oriane, Carine, Isabelle, Cédric, Marcel et Olivier qui, comme à son habitude, va prendre de belles photos de la course.

La montée se fait plus raide et le souffle plus court pour passer la barre rocheuse ! Pas de chamois à l'horizon, mais d'autres groupes de randonneurs. La montagne fait de plus en plus d'adeptes ! Arrivés sur le plat, il nous faut faire encore quelques efforts pour atteindre le col. Un petit vent frais ne nous permet pas d'y rester très longtemps. Un coup d'œil sur la vallée du Rhône et nous redescendons à la recherche d'un endroit abrité pour un pic-nic bien mérité ! Et pour le dessert, une magnifique descente dans une neige de crème fouettée !

Un arrêt sur la terrasse de l'auberge du Pont de Nant pour déguster soit une Meule, une Salamandre, une Torpille, une Brouette, une Mandragore, une Alex le Rouge ou tout simplement un jus de pommes !

Merci au chef de course et à son adjoint pour cette belle journée !

Isabelle

14 -17 mai (Ascension) : Calanques – La Ciotat (F)

Après le Sud de la Suisse l'année passée, on ira au Sud de la France : Les Calanques nous attendent !



Pour les 4 jours d'Ascension, nous vous proposons les paysages incroyables des Calanques et des environs. Notre base sera à La Ciotat, dans un camping 4*. De là, nous partirons chaque jour à la découverte de petites criques avec leurs falaises juste au-dessus de la mer. Une expérience particulière et inoubliable ! Pour les marcheurs, les découvertes ne manqueront pas non plus, d'innombrables chemins vous amènent à des endroits magnifiques.

Logement : Mobil home de confort dans un camping 4*

Déplacement : en voitures individuelles (5 heures depuis Prangins)

Délai d'inscription : 30 avril

Prix par personne : CHF 180.- (dortoir, 3 petits déjeuners, 2 repas du soir)

Stamm au local le jeudi 7 mai à 19h00

Inscription et renseignements:

Christophe Straessle
+41 79 623 86 53
christophe.straessle@bluewin.ch



Glacier d'Aletsch

Carnet de deuil

Le comité, les membres de notre section et en particulier leurs amis de la section jeunesse partagent le chagrin de Johann et Maude Gutleben suite au décès tragique de leur papa. Nous espérons que l'expression de notre profonde sympathie les aidera à surmonter cette épreuve terrible.

Nouvelles orthographe des pluriels français ?

Un rat - des goûts / Un cas - des colles / Un pont - des râbles / Un flagrant - des lits / Une voiture - des mares / Un évier - des bouchers / Un scout - des brouillards / Un bond - des buts / Une dent - des chaussées / Un air - des confits / Un beau - des cors / Un mur- des crépis / Un vrai - des dalles / Un valet - des curies / Un drogué -des foncés / Une jolie - des gaines / Un crâne - des garnis Un frigo - des givrés / Une moue - des goûters / Un brusque - des luges / Un ministre - des missionnaires / Une grosse - des panses / Un propos - des placés / Une cinglante - des routes / Un fâcheux - des agréments / Un patron - des pots / Un délicieux - des cerfs / Une bande - des cinés / Un sirop - des râbles / Un argent - des tournées et ne pas oublier : une bière - des haltères !!!

Jean Brésilley

Remise des textes pour le prochain bulletin No 3/2015

9 mai 2015

Merci de respecter ce délai car nous ne pourrions sinon pas les inclure dans ce bulletin. Merci d'envoyer vos textes en fichiers joints, les éventuelles photos (en haute qualité) également en fichiers joints séparés des textes, à l'adresse email:

bulletin@cas-la-dole.ch

PROGRAMME DES COURSES (hiver & été)

02.05-03.05.2015

Peau



Mont Vélán (3727 m)

Difficulté: AD

Au départ de Bourg Saint Pierre, montée cabane du Vélán puis le 2eme jour par le col de la Gouille (escalade) montée au sommet 5/6 heures .Prix approx. de la course : CHF 80.00 (hors déplacement). Le nombre de participants est limité à 8. Matériel: Crampons,piolet, corde.

Inscription du 28.03.2015 au 25.04.2015 uniquement par email (pas de SMS) auprès du chef de course. Renseignements par email ou par téléphone.

Stamm au local le 30.04.2015 à 19h00

Christian Spahni

Email: christian.spahni@bluewin.ch

14.05-17.05

Escalade



Escalade & marche à l'Ascension

Difficulté: F

Escalade tous niveaux. Marcheurs bienvenus. Logement en bungalow, près de la mer. Lieu: La Ciotat-Calanques. Prix de la course: CHF 190.00 (nuitées, tous les petits-déjeuners, 2 repas du soir, hors déplacement)

Inscriptions par e-mail. Veuillez vous inscrire dès que possible. Renseignements par email ou par téléphone.

Stamm au local le 07.05.2015 à 19h00

Christophe Straessle

Email: christophe.straessle@bluewin.ch

Denis Salamon

Email:salamon.denis@bluewin.ch

30.05

Escalade



Météo rire (1200 m)

Difficulté: AD

Course escalade. Approche 5 min. à proximité de Salvan. 7 longueurs. Difficulté 5, un pas de 6a. Le nombre de participants est limité à 6 et en fonction des 1er de cordée. Matériel: Baudrier, casque, corde, dégaines.

Inscription du 25.04.2015 au 23.05.2015 uniquement par email (pas de SMS) auprès du chef de course. Renseignements par email ou par téléphone.

Stamm au local le 28.05.2015 à 19h00

Christian Spahni

Email: christian.spahni@bluewin.ch

31.05

Escalade

Cours d'escalade

Difficulté: F

Journée de formation s'adressant à tous pour voir ou revoir les techniques de cordes (noeuds, assurage, passage de moulinette, relais, rappel et plus si envie), mais aussi placement, technique d'escalade, montée en premier de cordée. Matériel d'escalade: chaussons, baudrier, casque, mousquetons, descendeur, dégaines.

Inscription du 26.04.2015 au 24.05.2015 uniquement par email (pas de SMS) auprès du chef de course. Renseignements par email ou par téléphone.

Stamm au local le 28.05.2015 à 19h00

Daniel Beffa

Email: daniel_beffa@hotmail.com



6.06

Escalade

Eperon du Dard (1700 m)

Difficulté: D

Longue voie de 11 longueurs (350 m) - approche 30 minutes - retour par sentier.

Départ des Morettes à 7h00. Le nombre de participants est limité à 8 et en fonction des 1er de cordée. Matériel standard d'escalade - selon nombre de participants : corde de 50 m - 12 dégaines - sangles et mousquetons de sécurité.

Inscription du 02.05.2015 au 30.05.2015 uniquement par email (pas de SMS) auprès du chef de course. Renseignements par email ou par téléphone.

Pas de stamm

Laurent Amiet

Email: laurent.amiet@gmail.com



13.06

VTT

Cabane Chanrion (2462 m)

Difficulté: AD



Sortie VTT de 2 - 3 heures au départ du barrage de Mauvoisin (1961 m).

Inscription du 09.05.2015 au 06.06.2015 uniquement par email (pas de SMS) auprès du chef de course. Renseignements par email ou par téléphone.

Stamm au local le 11.06.2015 à 19h00

Christian Spahni

Email: christian.spahni@bluewin.ch

20.06

Rando

Tour du Salentin (2212 m)

Difficulté: PD

Au départ du Vallon de Van, virée au pied du Salentin par un faux plat montant, montée au col du Jorat plus raide pour terminer, puis descente sur Salanfe et Van 4/5 heures. Inscription du 16.05.2015 au 13.06.2015 uniquement par email (pas de SMS) auprès du chef de course. Renseignements par email ou par téléphone.

Stamm au local le 18.06.2015 à 19h00

Christian Spahni

Email: christian.spahni@bluewin.ch



21.06

Rando

L'Etivaz - Videmanette par Col de Jable (2138 m)

Difficulté: PD

Traversée au départ de L'Etivaz par le Col de Jable, Trittsattel. Descente à Rougement en télécabine depuis la Videmanette, retour à L'Etivaz avec transports publics. Dénivelée + 1'350 m, - 335 m, 6 h. Le nombre de participants est limité à 8.

Inscription du 17.05.2015 au 14.06.2015 uniquement par email (pas de SMS) auprès du chef de course. Renseignements par email ou par téléphone.

Stamm au local le 18.06.2015 à 19h00

Elsbeth Koehli

Email: e.koehli@sunrise.ch



27.06-28.06

Rando

Refuge Elena par les cols Ferret (2537 m)

Difficulté: PD

J1 : dénivel. + 980m. Dénivel. - 590m. 5-6h. de marche J2 : dénivel. + 765m. Dénivel. - 1063m. 5-6h. de marche. Nuit au refuge Elena. Prix approx. de la course : CHF 60.00 (hors déplacement). Le nombre de participants est limité à 10.



Inscription du 18.05.2015 au 18.06.2015 uniquement par email (pas de SMS) auprès du chef de course. Renseignements par email ou par téléphone.

Stamm au local le 25.06.2015 à 19h00

Sylvette Pezet

Email: syl.zetep@bluewin.ch

28.06

Escalade



Aiguillette d'Argentière

Difficulté: AD

Départ 7h00 Nyon. Marche d'approche env. 1h. Escalade 1-2 longueurs, plusieurs niveaux de difficulté possible. En face du Mt-Blanc, vue superbe. Le nombre de participants est limité à 10 et en fonction des 1er de cordée. Matériel: Baudrier, 5 dégaines, prussik, 2 mousquetons à vis, sangle 120cm.

Inscription du 24.05.2015 au 21.06.2015 uniquement par email (pas de SMS) auprès du chef de course. Renseignements par email ou par téléphone.

Pas de stamm

Denis Salamon

Email: salamon.denis@bluewin.ch

04.07-05.07

Escalade



Aiguille d'Entrèves (3600 m)

Difficulté: AD

Départ parking des Morettes à 6h. 1er jour Aiguille de Toule, 2ème jour Aiguille d'Entrèves. Prix approx. de la course : CHF 110.00 (hors déplacement). Le nombre de participants est limité à 9. Matériel: Crampons, piolets, etc.

Inscription du 30.05.2015 au 27.06.2015 uniquement par email (pas de SMS) auprès du chef de course. Renseignements par email ou par téléphone.

Stamm au local le 02.07.2015 à 19h00

Roland Meyer

Email: roland-meyer30@bluewin.ch

Fabien Meyer

Email: fabien_meyer@hotmail.com