

## Editorial

### *A la Montagne:*

En montagne, les inégalités sont nivelées, Nietzsche disait: «Une heure d'ascension dans les montagnes fait d'un gremlin et d'un saint deux créatures à peu près semblables. La fatigue est le plus court chemin vers l'égalité».

Malgré les conditions d'enneigement peu optimales durant cet hiver, il serait faux d'affirmer que la saison n'est pas encore lancée. En effet, un bon nombre de courses ont pu être réalisées par de bonnes conditions. Dans certaines régions, la thématique «chaude» de cette saison d'hiver à tout de même permis plusieurs accidents d'avalanche avec des victimes en fin et début d'année. Ce n'est pas par des conditions de fort enneigement que la situation est la plus critique, selon les thèmes de nos spécialistes, les malheureuses victimes auraient succombé à la fatale logique des «dindes» (qui ne finissent donc pas uniquement dans les plats des fêtes de Noël). Il est sûr et certain que beaucoup d'expérience dans l'évaluation du danger d'avalanche avant et durant les courses, ainsi qu'un comportement adapté à chaque situation tendent à diminuer le risque de déclencher une avalanche, mais ils ne représentent évidemment aucune garantie. Selon toute vraisemblance, l'interdiction n'est pas une solution, mais c'est bel et bien par la formation, en combinaison avec l'application des connaissances acquises sur le terrain, que la sécurité des activités en dehors des pistes peut être maximisée.

Pensez-y et, je m'adresse là à vous, nouveaux membres et personnes désireuses d'élargir vos connaissances, planifiez vos dates de formation (cours DVA, cours avalanche) proposées en début de saison.

#### **Bulletin CAS, Section La Dôle**

Avril - Mai 2014

No 2, Année 69

Parution 6 fois par année

Editeurs: Christian Spahni, Nicole Pfister

Email: bulletin@cas-la-dole.ch

#### **Club Alpin Suisse, Section La Dôle**

Adresse: CP 1017, 1260 Nyon 1

Compte: CCP 12-9664-9

Local: Rue des Moulins 13, 1260 Nyon 1

Situé sous l'esplanade de l'église de la Colombière, proche du château. Stamm tous les jeudis à 19h.

Site Internet: [www.cas-la-dole.ch](http://www.cas-la-dole.ch)

Webmaster: William Morf, [webmaster@cas-la-dole.ch](mailto:webmaster@cas-la-dole.ch)

#### **SOMMAIRE**

Editorial	1
Comité et commissions	5
Convocation Assemblée	7
Portrait	8
Communications	13
Les courses	14
Souvenirs partagés	21
Récréation linguistique	28

# La Barillette

Café-Restaurant

Ses nouveaux propriétaires, Daniel et Olivier  
seront là pour vous accueillir du  
Mercredi au Dimanche de 11h00 à 23h00.



Restaurant La Barillette  
Route de la Dôle (tout, tout, tout au bout du chemin!)  
1276 Gingins  
Tél. 022 360 12 33 Email : barillette@gmail.com  
<http://www.restaurant-barillette.ch>



**Fondue - Raclette - 7 sortes de gruyères à choix - plateau de fromages  
POUR VOS SOIRÉES: caquelons à fondue et fours à raclette pour groupes,  
raisinée, vin cult, Kirsch de Begnins**



## *Nos cabanes:*

Connaissez-vous la recette de la cabane idéale? Il vous faudra: un plateau ensoleillé, herbeux et fleuri, situé à 2700m; un cadre offrant le meilleur de la montagne suisse, avec glaciers et roches escarpées qui semblent tout droit sorti d'un conte de fées; une cabane prévue pour les alpinistes qui accueille également familles, grimpeurs et randonneurs. Voilà les ingrédients qui composent la cabane Arpitettaz et je me dois de vous dire que notre commission planche sur le projet d'agrandissement et nous pouvons que nous réjouir de ce nouveau lieu d'accueil. Merci à notre intendant, à notre commission et à nos gardiens pour leur disponibilité et leur travail.

Lorsque l'on tourne le dos aux plus hauts sommets des Alpes, le regard se perd sur le plateau et atteint le Jura. Et là, vous serez surpris par la vue incroyable dont bénéficie notre Cabane de Rochefort. Elle est simple mais d'autant plus romantique et son chemin d'accès n'est ni trop long, ni trop raide. Elle vous attend; ses environs se prêtent très bien aux randonnées familiales. Après une montée variée, vous dégusterez un thé de cabane bien mérité sur La Terrasse pendant que vos enfants se défouleront en grim pant ou en courant et, après tous ces efforts, même la soupe aux légumes tant méprisée à la maison deviendra un régal! Et pour finir, n'oublions pas l'accueil chaleureux de notre responsable et de nos gardiens bénévoles, sans qui la cabane n'existerait pas. Alors merci à eux de prendre soin d'elle.

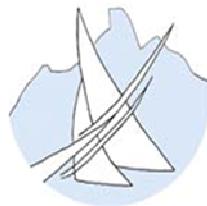
Je vous souhaite à toutes et à tous une bonne fin de saison et je vous donne rendez-vous le 27 mars prochain pour notre 1<sup>ère</sup> assemblée de l'année.

*Roséline Hanhart*





## VACANCES DE VOILE



**SEMAINES DE VOILE  
DECOUVERTES ...**

**POUR EN SAVOIR PLUS SUR**

**NOS DESTINATIONS EN**

**2013 ET 2014**

**VISITEZ**

**NOTRE SITE !**

**[WWW.READY2CASTOFF.COM](http://WWW.READY2CASTOFF.COM)**

**[Info@ready2castoff.com](mailto:Info@ready2castoff.com)**

# 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



## **Présidente:**

Roseline Hanhart, 079/611 78 25  
Rue des Alpes 22, 1197 Prangins  
president@cas-la-dole.ch

## **Vice-président:**

Daniel Baumgartner, 076/304 99 48  
Av. Edouard Rod 4, 1260 Nyon  
vice\_president@cas-la-dole.ch

## **Secrétaire:**

Elsbeth Köhli, 022/362 41 94  
Av. Général Guiger 4, 1197 Prangins  
secretariat@cas-la-dole.ch

## **Caissier:**

Denis Salamon, 078/845 15 03  
Ch. des Retraites 11, 1004 Lausanne  
caissier@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 Chésereux 63, 1276 Gingins  
courses@cas-la-dole.ch

## **ALPFAM:**

Christine Bertholet Déjean, 076/424 52 88  
13, rue de la Porcelaine, 1260 Nyon  
alpfam@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 Spahni, 079/350 50 66  
route de Cité-Ouest 32, 1196 Gland  
bulletin@cas-la-dole.ch

## **Colonne de secours:**

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

## **Responsable du local:**

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

## **Commission environnement:**

Claude Pilloud, 079/772 63 20  
Hameau de la Ferme, 1261 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  
Rue de la Charrière, 1261 Longirod  
guillaume.rubin@gmail.com

François Germain  
022/368 15 19 - 079/342 52 22  
Les Maisons Neuves, 1188 St-George  
fgermain@bluewin.ch

Florian Strauss  
Chemin des Planchettes 9  
1731 Ependes  
strauss@aventuresalpines.ch

Avec le réchauffement du climat,  
la peau de vache est l'avenir  
de la peau de phoque.



Accroche parfaite sur gazon  
et comportement paisible garanti.

bientôt chez :

**CACTUS SPORTS**

6 rue du Pont-Neuf à Carouge, 022.300.3001, atelier 022.301.74.33

lundi à vendredi : 9 - 19h, samedi : 10 - 16h.

# Convocation assemblée



## Convocation - Assemblée ordinaire Extras-Muros

Jeudi 12 juin 2014, à 19 heures

A St-Georges

### En deuxième partie Assemblée

#### Ordre du jour:

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

**Venez nombreux !**

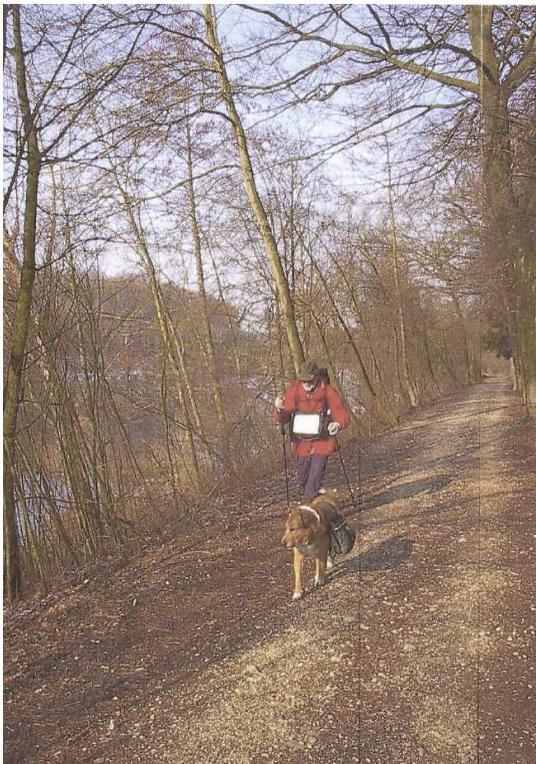


# Portrait

Par où commencer? Il a tant de vies.

Vous l'avez compris, ma rencontre avec **Olivier Meylan** n'a rien de commun. Olivier, si on ne le présente plus, est de cette race d'hommes qui vit à deux cents pour cent.

A 17 ans, pour faire plaisir à son père, notre jeune Bursinois s'inscrit à l'école d'horticulture de Châtelaine-Lullier (Genève). Son diplôme en poche et comme seul bagage l'envie d'apprendre l'italien, il part pour le Tessin. Confirmant déjà des velléités d'indépendance et de liberté, il ne tracera qu'un parcours éphémère en horticulture. Il préfère aller là où le conduisent les rencontres, là où la curiosité le pousse. Il construit des villas sur les bords du lac de Lugano, travaille dans un bureau d'import-export à Zurich, sillonne l'Allemagne pour présenter des collections de bijoux, renoue même avec l'horticulture dans la ville portuaire de Bremen au nord-ouest de l'Allemagne. Il fait tout de même quelques apparitions en Suisse pour ses vacances annuelles ou pour ses cours de répétition à la brigade 10 de montagne.



Après ces quelques années d'itinérance, il est mûr pour le grand voyage. Ce voyage dont il rêve depuis toujours. Le Canada, les montagnes Rocheuses. «J'avais envie de vivre, envie de vivre la montagne. C'est Frison-Roche qui a été mon détonateur». Enfant, il lit les œuvres de Frison-Roche, de Rébuffat, de Bonatti, de Desmason, découvre les dessins de Samivel. Premiers bouleversements. Et il y en aura d'autres. A quinze ans, il monte seul à peau de phoque depuis Les Diablerets jusqu'à Isenau. Quelques années plus tard, il rencontre le bouillant Michel Vogler.

Il rentre donc à Bursins afin de préparer son voyage outre-Atlantique. Pour gagner de l'argent, il travaille chez Schilliger à Gland et dans les vignes familiales au côté de son père. Il appréhende la montagne, sincèrement, humblement, passionnément. Parrainé par Maxime Dumoulin, il devient membre de la section genevoise du Club Alpin Suisse.



Et début octobre 1970, à l'âge de 28 ans, dans le port de Trieste, il embarque sur le « Cristoforo Colombo » en partance pour Halifax. Ce navire qui portera d'un continent à l'autre tous ses espoirs, toutes ses attentes. « Mon émotion était grande ». Au bout d'une bonne semaine de navigation, il atteint le port de la province canadienne de La Nouvelle-Ecosse et saute dans un train pour Montréal. C'est ensuite une longue et épique traversée du Canada en auto-stop jusqu'à Banff. Ce road-trip est celui de la rencontre. Il est celui de l'enthousiasme. Celui des doutes. De la peur aussi. « Rien ne m'avait préparé à cette expérience ».

Dans la petite ville du Sud des montagnes Rocheuses, histoire de renflouer son escarcelle, il cumule plusieurs boulots par jour: Le matin, il s'active dans une boulangerie, troquant son tablier pour celui du restaurant « Kentucky Chicken » à midi et celui du « Steak House » le soir.

En novembre, il se lance à l'assaut de sa première montagne canadienne: la « Cascade Mountain ». Montagne qui, depuis son arrivée à Banff, le fascine. L'ascension est périlleuse mais fantastique. Les sensations ébouriffantes.

Il reste dix-huit mois au Canada et rentre au pays, estampillé comme son passeport.

Il s'installe alors dans son village natal et rejoint la section de La Dôle du Club Alpin. Il grimpe avec le comité central qui engage de jeunes grimpeurs de renom pour les accompagner.

L'aventure est incroyable: de grands itinéraires et des parois exigeantes. Les images magnifiques: des cordées menées par von Känel, par Ochsner volant au-dessus des arêtes et des sommets.

Et il y a cette joie, ce plaisir de grimper. Il y a ce monde au bord de l'éblouissement qu'il a envie de partager. Jean-Marc Genevay lui ayant fait découvrir les Calanques, il y emmène chaque hiver les jeunes de l'OJ. Il leur enseigne la sagesse, celle que l'on acquiert à travers les ascensions. Il leur enseigne la solidarité, le respect, l'humilité. « Revoir ces jeunes, c'est rallumer la flamme d'une époque inoubliable ».

Mémorable aussi sa course avec son ami Claude Dubuis, organiste-compositeur, lorsqu'ils repoussent les limites dans le « Couloir de la mort » au retour d'une ascension des Combins.

Sa passion pour la montagne enhardit son activité professionnelle. En 1991, après une dizaine d'années au sein d'une holding, il fonde sa propre société, Habitat Plus SA, active dans la transformation et la rénovation.

Mais en 2002, à l'âge de 60 ans, c'est l'accident. Dissection aortique. Il avait échappé à tant de dangers en montagne qu'on le pensait hors d'atteinte. « J'étais très résistant. C'est ce qui m'a sauvé. La montagne a été le fil salvateur de ma vie ». Conséquence de l'accident, il subira pendant cinq ans plusieurs opérations. Pour anesthésier la douleur, il fait revivre ses souvenirs qui tous disent les instants de bonheur en famille ou en montagne. En 2004, entre deux interventions,

# GARAGE DE LA TOUR



DEPUIS 30 ANS  
À VOS CÔTÉS



RENAULT

## BUS DE LOCATION

pour vos transports ou vos excursions



13 m<sup>3</sup> déménagements



9 et 14 personnes

1270 TRELEX/Nyon - Tél. 022 369 28 28 - [www.garagedelatour.ch](http://www.garagedelatour.ch)

# RFB CONCEPT

Préparation sportive, physique et mentale

*Meet your challenges !*

**Forme et performance bien dans ses baskets et fort dans sa tête!**

Trail and road running – VTT – Adventure races – Trekking – XC Skiing

Natural running – Programme d'entraînement personnalisé

Personal training – Remise en forme – Reprise après blessure

**Préparation mentale – coaching - consulting**

Sportifs et athlètes de tous niveaux – tous sports



**Rachel FREI BANDIERI**

079 686 90 26

[www.rfbconcept.ch](http://www.rfbconcept.ch)

[trail@rfbconcept.ch](mailto:trail@rfbconcept.ch)

# Portrait



il se lance le défi de traverser le plateau suisse à pied, avec son chien. Le challenge est réussi. «Quand on est alpiniste, il faut croire en ses réserves. On est sept fois plus résistant qu'on ne le croit. Il faut oser ouvrir ce dernier tiroir». En 2007, il est à nouveau opéré de l'aorte. L'opération est un succès. «J'ai toujours cru à ma chance».

Aujourd'hui, Olivier ne peut plus gravir les sommets mais il continue à se lancer dans la vie avec ferveur. Depuis le balcon de sa maison où nous sommes assis, il regarde avec émotion ses poules et ses deux pouliches Haflinger qu'il vient d'acheter. «J'ai hâte de pouvoir atteler mes deux chevaux et de partir sur les chemins». De quoi entamer une nouvelle tranche de vie !

*Catherine Granelli*





**EAU  
PLOMBERIE  
FERBLANTERIE**

**FOUNEX / VD  
VERSOIX / GE**

**tél.: 022 - 776 75 83  
Natel: 079 - 202 20 03  
Email: [efp@bluewin.ch](mailto:efp@bluewin.ch)**



**CHAUFFAGE**

[www.raoulsport.ch](http://www.raoulsport.ch)

***Raoul Sport***  
Nyon

**Location  
& Vente**

**T +41 (0)22 361 38 35  
[info@raoulsport.ch](mailto:info@raoulsport.ch)**



## Inauguration Rochefort

Afin de marquer le coup et d'inaugurer la nouvelle terrasse, vous êtes invités à un apéro d'înatoire le 24 mai dès 13h00.

Soupe aux légumes-pain-fromages-desserts et café offerts.

Boissons payantes.

Merci d'annoncer votre présence au 022/366 37 60 ou

[cabane\\_rochefort@cas-la-dole.ch](mailto:cabane_rochefort@cas-la-dole.ch)





## 29 mai – 1 juin (Ascension): Le Centovalli et ses environs (Tessin)



Pour profiter des premières chaleurs de l'été, qu'y a-t-il de mieux que d'aller grimper ou marcher au Tessin ?

Pour le week-end prolongé de l'Ascension, nous avons choisi le Tessin. Nous serons basés en pleine nature, dans un petit village typique à flanc de montagne, dans le Centovalli. Pour la grimpe, le granit de Ponte Brolla et bien d'autres sites nous attendent. Il y aura des voies pour tous les niveaux, tant pour le débutant que pour le grimpeur chevronné qui aime les surplombs lisses. Pour la marche, les différentes vallées et sites culturels vous invitent à la découverte d'un paysage magnifique et typique du sud de la Suisse.

- Logement: dortoirs
- Déplacement: en voitures individuelles (environ 4 heures depuis Prangins)
- Délai d'inscription: 15 mai
- Prix par personne: CHF 190.- (dortoir, 3 petits déjeuners, 2 repas du soir)
- Stamm au local le jeudi 22 mai à 19h00

### *Inscription et renseignements:*

Christophe Straessle

+41 79 623 86 53

christophe.straessle@bluewin.ch

# Les courses



## 28-29 juin: cours d'alpinisme

Pour éviter les situations pénibles une fois en équilibre sur une arête ou rafraîchir vos connaissances, venez vous former durant un week-end au Glacier des Diablerets, où nous entraînerons les bases techniques (progression en terrain alpin, neige et glace, un peu d'escalade, technique de sauvetage).

Nuitée à la cabane Prarochet, au milieu des "lapias", roches calcaires rabotées autrefois par le glacier voisin de Tsanfleuron. Sommet le dimanche pour mise en pratique. Montée - descente avec les installations.



- Ouvert à tous niveaux, connaissance des nœuds de base souhaitable, mais pas indispensable.
- Stamm obligatoire au local le 19 juin à 19h00.
- Matériel: casque, baudrier, crampons, piolet. Une liste du matériel technique nécessaire sera transmise au stamm.



Inscription par courriel:

[mariezikova@bluewin.ch](mailto:mariezikova@bluewin.ch), validée après paiement de la finance d'inscription de CHF 220.-.

Ce prix inclut: encadrement par un guide professionnel, remontées mécaniques et demi-pension. Déplacement en sus.

Paiement sur CCP 12-105241-8 (Commission des courses, mention «Cours alpinisme»).

Renseignements au 079/236 09 14.

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



*meeting point*  
mymp.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

la maîtrise de votre image



**scan**  
graphic

scan graphic sa  
solutions prépresse

[www.scan-graphic.ch](http://www.scan-graphic.ch)

24a, route de duillier  
1260 nyon / suisse

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

# Les courses



## ALPFAM

### 04.05 Initiation à l'escalade à St Gervais

**F**

Initiation à l'escalade en famille. Inscriptions: [nguenot@sunrise.ch](mailto:nguenot@sunrise.ch)

*Chef de course: Nancy & Yannick Orset (076/576 95 36)*

### 7-9.06 Pays de Cerdon (01)

**F**

Escalade, canoë, VTT, spéléo, rando selon l'humeur et la météo. Nuits en camping.

*Chef de course: Audissa Hana (079/303 81 60)*

*Adjoint: Pascal Imfeld (079/615 18 80)*

### 15.06 Barmes Champéry

**F**

Course à destination de familles avec tout petits enfants. Inscriptions: [lacombe@maxivue.ch](mailto:lacombe@maxivue.ch)

*Chef de course: Nicolas Lecoultre (078/758 86 42)*

### 28-29.06 Parcours Alpin et Glacier aux Diablerets

**F**

Parcours alpin du Sex Rouge à Pierredar avec initiation sur le glacier de Prapio. Enfants >10 ans et autonomes en falaise. Inscriptions: [21naejed@netplus.ch](mailto:21naejed@netplus.ch)

*Chef de course: Christine Dejean (076/542 08 37)*

*Adjoint: Pascal Imfeld (079/615 18 80)*

## SECTION

### 01.05 Galenstock (3586m)

**3**

Ascension de la voie normale, date exacte en fonction de l'ouverture du col de la Furka. Matériel de rando y compris DVA, pelle et sonde, baudrier, crampons et piolet.

Inscription par mail uniquement du 01 au 15.04 auprès du chef de course: [roland-meyer30@bluewin.ch](mailto:roland-meyer30@bluewin.ch). Pas de stamm.

*Chef de course: Roland Meyer (079/250 01 71)*

*Adjoint: Fabien Meyer (079/292 92 32)*

### 03.05 Dolent (3820 m)

**4**

Longue course, 2200m. Départ très matinal pour ceux qui ne veulent pas être à la PDG. Nombre de participants limité. Crampons, baudrier, piolet, corde. Ev. VTT.

Inscription avant le 01.05 par email ou tél. portable auprès du chef de course: [christian.spahni@bluewin.ch](mailto:christian.spahni@bluewin.ch). Stamm au local le 1er mai à 19h.

*Chef de course: Christian Spahni (079/350 50 66)*

# Les courses



## 18.05 Cours escalade

**F**

Cours escalade dans la région. Lieu à déterminer suivant les conditions météorologiques.

Inscription par mail uniquement avant le 09.05 auprès du chef de course: cas@bussink.net. Stamm au local le 15 mai à 19h.

*Chef de course: Frank Bussink (079/800 00 78)*

*Adjoint: Denis Salamon (078/845 15 03)*

## 24-25.05 Rimpfischhorn (4199m)

**4**

Superbe course de fin de saison. Montée à la cabane Täschrütte le 1er jour, portage probable des skis. 2e jour ascension du Rimpfischhorn en 5-6h. Attention: escalade du sommet principal, env. 150m d'escalade au final. Course réservée à des bons skieurs alpinistes. Limité à 5 participants, et en fonction des 1ers de cordée. Prix: CHF 75 par personne pour demi-pension, déplacement en sus.

Inscription par mail uniquement du 15.04 au 20.05 auprès du chef de course: nils@gindrat.com. Stamm au local le 22 mai à 19h.

*Chef de course: Nils Gindrat (079/527 29 29)*

## 29.05 - 01.06 Escalade de l'Ascension - Centovalli et environs

**PD/AD**

*Voir page 14*

Inscription par mail uniquement jusqu'au 15.05 auprès du chef de course: christophe.straessle@bluewin.ch

*Chef de course: Christophe Straessle (079/623 86 53)*

*Adjoint: Frank Bussink (079/800 00 78)*

## 14-15.06 Aiguille de Toule (3534m) - Aiguille d'Entrèves (3600m)

**PD/AD**

Départ 06h00 du parking des Morettes à Prangins. Direction Tunnel du Mont-Blanc - Entrèves. Nombre de participants: 8, déplacement env. CHF 45.- Refuge et 1/2 pension env. CHF 100.- Matériel d'alpinisme, baudrier, crampons piolet.

Inscription par mail uniquement du 01.05 au 01.06 auprès du chef de course: roland-meyer30@bluewin.ch. Stamm au local le 12 juin à 19h.

*Chef de course: Roland Meyer (079/250 01 71)*

*Adjoint: Fabien Meyer (079/292 92 32)*

## 21.06 Escalade au Châtelard - Cacao Girls

**D**

Longue voie de 12 longueurs, 5c obligatoire, dans la région de Chatelard. Participants limités en fonction des 1er de cordée. Attention changement de date!

Inscription par email avant le 20.06 auprès du chef de course: cas@bussink.net. Pas de stamm.

*Chef de course: Frank Bussink (079/800 00 78)*

# Les courses



## 22.06 Traversée Montbovon - l'Aiguille - Chaux Culand - Château d'Oex 3



Départ à 7h00 des Morettes. Montée 4h. Au total 6h30 de marche. Coût env. CHF 40.

Inscription par email ou tél. portable avant le 17.06 auprès du chef de course: [elsbeth.koehli@tele2.ch](mailto:elsbeth.koehli@tele2.ch). Stamm au local le 19 juin à 19h.

*Chef de course: Elsbeth Koehli (079/750 96 01)*

## 28.06 Cours alpinisme 1



Week-end de formation: voir page 15

Inscription par email avant le 18.06 auprès du chef de course: [mariezitkova@bluewin.ch](mailto:mariezitkova@bluewin.ch). Stamm au local le 19 juin à 19h.

*Chef de course: Marie Zitkova (079/236 09 14)*

*Adjoint: Mathys Lehmann (079/372 72 75)*

## JEUDISTES

### 01.05 De Moudon à Fey F



Qq chemins de campagne goudronnés ou bétonnés - limité à 24 participants.

4h30 // +440m/-580m

*Chef de course: Roland Haas (022/361 23 32)*

### 08.05 Dorénaz-les Follatères F



Découverte de la flore - limité à 16 personnes - Montée à Alesse en téléphérique.

3h30 // +200m/-750m

*Chef de course: Alexandre Vez (022/369 18 87)*

### 15.05 Visite à la Cabane du Cunay F



Col du Marchairuz - Cab. du Cunay - La Pivette -Foirausaz et retour au col.

*Chef de course: Pierre Laedermann (022/361 94 45)*

### 22.05 Sentier du lac de la Gruyère F



Un circuit de 15 km qui débute au pont de Corbières, longe le lac jusqu'à Broc fabrique et revient au point de départ en passant par Morlon Beach. Possibilité de boire un verre à cet endroit. Une balade facile et reposante. Baignade possible si le temps le permet.

4h30 // 235m

*Chef de course: Oriane Demierre (021/616 46 78)*

### 05.06 La Lécherette-lac Lioson-col des Mosses F



Montée à Praz Cornet pour arriver au lac Lioson, endroit magnifique pour pique-niquer, puis petite montée et descente vers le col.

4h. // +747/-688

*Chef de course: Jacques Laffitte (022/366 11 56)*

# Les courses



## 12.06 Les Crêtes du Jura français

F



Du Col de la Faucille((1318m) au Colomby de Gex (1687m) via le Petit Monrond (1534m) et le Grand Monrond (1596m)  
5h30 // +600 /-550m

*Chef de course: Guy Bietenholz (022/361 39 85)*

## 19.06 Les Rochers de Naye

PD



Montée depuis Crêt d'y Bau (Caux) avec descente crête vers Sonchaux, Caux  
4h30 // +760/-880m

*Chef de course: Albert Rusterholz (022/367 16 04)*

## 26.06 Région Jaunpass-Saenenmöser

PD



Traversée par le Hundsruegg avec une vue superbe sur les Gastlosen tout au long du chemin.  
5-6 h. // +800/-1000m

*Chef de course: Wolfgang Milzow (022/361 07 35)*



**BOUCHERIE  
CHARCUTERIE  
TRAITEUR**

**Chez Philou**

**Philippe GRANGE**

**Grand-Rue  
1268 Begnins**

**Tél. 022 366 13 14  
Fax 022 366 30 60**

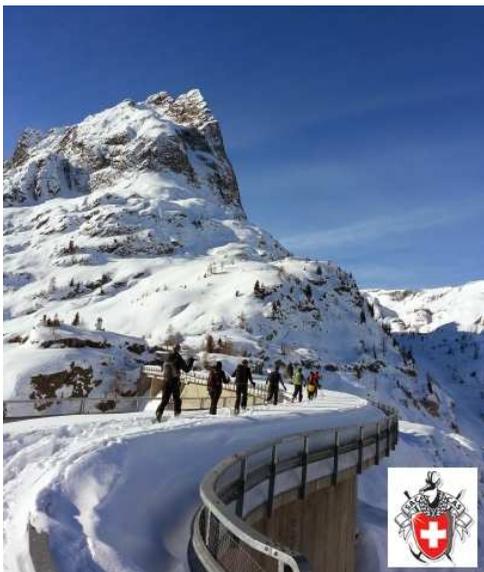
# Souvenirs partagés



## Col de la Terrasse (2640m), 25 janvier 2014

J'avais promis du soleil et de la neige, et nous avons été gâtés (trop). Une semaine auparavant, il aurait fallu porter jusqu'à la Léchère, mais ce samedi, au départ habituel du chemin en face du « Vatican », les dieux étaient avec nous. 9 au départ, nous suivons la trace des raquettistes qui se perd un peu plus haut, au hameau de la Léchère. Le Bel Oiseau est tout devant, nous bifurquons, selon mon plan de route à gauche, pour trouver un sentier sympa à travers la forêt. Plus on monte, plus il y a de la neige, ce n'est plus les 15/20 cm annoncés.

Dès l'altitude de 1700m, on se relaie en tête pour faire la trace, cela devient pénible; on traverse un couloir qui peut être dangereux, en respectant les distances et ainsi tout se passe bien, jusqu'au col de la Geulaz (1965m). Une petite pause bienvenue pour admirer tous les sommets qui nous font face, du massif du Trient au



Mont Blanc.

Le barrage d'Emosson est devant nous et nous le traversons, direction la gorge de la Veudalle, qui tire en longueur. La trace est de plus en plus ardue, nous perdons du temps à «chauler» une neige qui dépasse nos mollets. Je décide avec mes camarades de ne pas aller plus haut, car une belle pente bien chargée se dresse devant nous. Le sommet du col, ce sera pour une autre fois, se sont dits mes camarades. J'avais coté AD pour sa longueur, mais pas sa difficulté. Pour le retour, nous suivons les traces de montée, car nous avons de la peine à skier dans cette neige abondante. Une petite remontée au col depuis le barrage, et nous pouvons enfin laisser les peaux dans le sac pour se lancer dans une jolie combe, où nous avons le loisir de faire notre trace pour rejoindre la route enneigée d'Emosson qui nous amène directement à la «Terrasse» du premier bistrot pour boire une bière méritée en attendant notre train.

Merci aux participants, les Daniela, Marie, Nicolas, William, Michel M, Michel K, Philippe, Etienne et moi-même.

*Christian Spahní*

## Roc de Riandaz (1951m), 26 janvier 2014

Partis à 6h30 de Prangins pour faire les Cornettes de Bise, avec 1400m de dénivelé et crampons/piolet, le danger d'avalanches niveau 3 (+ vent fort + givre de surface la nuit antérieure) et le vent fort en altitude annoncé ce jour nous ont finalement convaincus de passer au plan B.

# Sleep & See

Corriger la myopie  
pendant son sommeil

Vision sans lunettes  
ni lentilles la journée



Service personnalisé  
**juste prix**

**MAXIVUE**  
VOTRE OPTICIEN



Membres CAS

**-10%**

**OPTIQUE DE LA COMBE / Nicolas LeCoutre**  
Centre La Combe / Nyon / Tél 022 361 59 55

[www.maxivue.ch/lacombe](http://www.maxivue.ch/lacombe)

# Souvenirs partagés



Nous suivons donc une petite route de montagne jusqu'à sa fin près de Novel (France voisine). Nous trouvons le parking vide. Vers 9h, c'est le départ pour une petite rando facile d'environ 800m de dénivelé. Allégés des piolets et crampons, qui restent dans la voiture, nous partons vers notre but, Pic Boré.

Moitié-chemin, nous nous rendons compte que le vent n'a pas laissé grande chose comme neige sur le Pic Boré; du coup on se dirige vers le sommet d'à côté, Roc de Riandaz. Entre les deux sommets, nous admirons une superbe corniche. Nous arrivons assez rapidement au sommet, avec une vue impressionnante sur le lac, on devine même Nyon à 40km vol d'oiseau.



Après un picnic rapide, où on apprend la bonne surprise que Wawrinka est en train de vaincre Nadal dans la finale d'Australie, nous redescendons, sur une neige cartonnée qui demande toute l'attention des moins expérimentés en descente (comme moi).

A midi, nous sommes déjà au parking (qui s'est bien rempli entre temps) et nous rentrons à Prangins, où nous trouvons finalement le soleil qui nous a échappé le matin.

Merci à nos deux ferblantiers Fabien et Pierrot pour avoir organisé cette échelle à lattes!

*Mihai*

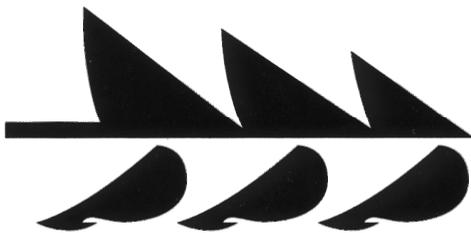
## **Week-end hors piste et rando de Loèche-les-bains, 08-09 février 2014**

A l'heure des remises de médailles aux Jeux de Sotchi ou des Mérites sportifs dans le quotidien de la Côte, il y a plusieurs médailles ou diplômes qui auraient pu être distribuées lors de ce week-end de rando hors piste à Loèche les Bains. Une médaille en or pour la participation, 40 du CAS la Dôle sur le quai de la gare de Nyon et tout le monde à l'heure ou presque; l'argent pour les porte-monnaie qui seront restés dans les poches une bonne partie du séjour; pour le bronze ou la bronzette, c'était plutôt la médaille en chocolat (chaud svp).

Des romands sur les pistes de Torrent, y en avait partout, comme la poudreuse, on était venu pour l'or blanc, on a été gâté. Regroupés tous ensemble à l'arrivée du télécabine, à l'écoute de notre guide François et des chefs de course, délestés d'un peu de matériel, chacun(e) s'est fait plaisir, faisant à chaque descente sa trace dans une poudre facile à skier, une journée qui s'annonçait bien, malgré une météo mitigée. Le seul mot d'ordre: devoir rejoindre la télécabine de la Gemmi pour notre nuit et soirée.

Pour beaucoup, c'était une première dans ce formidable décor alpin. L'accueil, les dortoirs et l'apéro que j'avais organisé ont donné la touche festive de ce rassemblement. Ce qui a suivi

ASSOCIATION GENEVAY  
GUENIN



ABATTAGE · ÉLAGAGE  
BOIS DE CHEMINÉE

LA RAVIÈRE · 1269 BASSINS

022 / 366 15 46 · 022 / 366 46 43

## Découvrez le monde à pied



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

Brochure sur demande



**Tirawa**

Rue du Petit-Chêne 28  
1003 Lausanne

021 566 74 91

**www.tirawa.ch**

# Souvenirs partagés



fut à la hauteur de l'événement, le «masterchef» local nous ayant concocté un repas de première. S'il y a eu des cas de MAM, ce n'était pas l'altitude de la Gemmi, mais les bonnes bouteilles du Cellier.

Et après le samedi soir, le guide et les chefs de course doivent penser au lendemain. Des projets se dessinent, mais la météo peu engageante nous fait reporter à demain matin notre décision. Le réveil sera quand même matinal et médaille d'or encore pour faire sortir sous la neige 40 clubistes motivés. Car c'était écrit, nous partons; par petits groupes d'abord et puis après quelques minutes de marche une longue colonne se forme derrière la trace de notre guide. A part nous, soit devant ou derrière, il n'y a personne, la montagne est à nous.

Nous sommes en contact radio et, après une heure, sous la cabane Lämmern, un regroupement se forme à l'attaque d'une petite difficulté rendue délicate par la neige. François Germain, qui devait se diriger sur le Wildstrubel, m'informe qu'il bifurque comme nous au Roter Tötz, sommet plus accessible, vu les conditions. Et c'est là que je redonne une médaille d'or à tous pour l'effort effectué dans une météo exécrable. Au sommet, je n'ai vu personne sortir son pique-nique, mais plutôt mettre une couche supplémentaire pour entamer la descente «à peine visible». La cabane Lämmern fut un bastion vaudois pour notre plus grand plaisir et celui de la gardienne. Les heures tournent et nous avons encore le long plat jusqu'au col. L'arrivée fut géniale, le ciel s'est ouvert pour nous faire admirer enfin le soleil. Une tyrolienne grand luxe nous ramène à la station de

Loèche et le groupe assoiffé et content entame un thé «dansant» en attendant l'échéance du bus (bondé) et du train CFF qui nous transporte en Romandie. Ambiance fatiguée, mais heureuse au sein du groupe de la Dôle.



Merci aux participant/es, à Pierre, Daniel, Fabrice, Roland, Gilles nos chefs de courses, à François notre guide et Christian, co-organisateurs de ce week-end.

*Christian Spahn*

## Le Chantonnet, 09 février 2014

A 7h du matin, aux Morettes dans la pluie et le brouillard, la Crêta de Vella 2519m avait déjà du plomb dans l'aile. Mais... 8 courageux s'embarquent dans le bus de Joel Musy via Martigny où 3 clubistes nous rejoignent. Nicolas nous propose un petit changement de programme, nous partons pour le Val Ferret où Le Chantonnet 2490m (un peu à gauche de la Tête de Ferret) moins exposé aux avalanches remplacera La Crêta de Vella.

De la neige, il en est tombé une jolie couche dans la nuit. Nicolas nous explique l'itinéraire. On met les lunettes

# Souvenirs partagés



jaunes, on chausse les skis et départ. Le ciel est grisouille, les nuages vont et viennent. On longe un peu le ruisseau, puis on monte, on passe sur quelques mottes d'herbe, dans de petites gonfles, on conversionne, on glisse, on perd une peau, Nicolas farte, chauffe la peau, zut cela ne tient pas, alors il change la peau. C'est tout simple quand on a un super chef de course, qui sait nous mettre en confiance.

Le vent se lève un peu, et le brouillard aussi. Un petit coup d'œil au GPS: tout baigne, sauf que des fois on ne voit pas que cela descend et on se retrouve la tête plantée dans la neige. Hélas ce n'est plus la saison des champignons... et voilà une belle crête soufflée, on casse, on tire, on pousse et hop tout le monde passe. Mais le temps se bouche, on ne voit plus grand-chose, les estomacs de certains se mettent à tanguer. On est entre 2200m et 2300m , petite discussion et

Nicolas décide de redescendre.

C'est la récompense, quelques jolies pentes avec une belle neige, parfois on entend: attention caillou... le ciel se dégage en bas sur Ferret et déjà nous arrivons vers le bus.

Merci à Nicolas pour cette sympathique course de remplacement. Comme chacun le sait, une course où l'on ne part pas est forcément une course ratée!!!

Ont participé: Joel M. Niall M. Elsbeth K. Annie B. Pierre P. Jasmine. Philip K. Alain B. Michel M.

Chef de course: Nicolas Lecoultre

*Marianne Stäubli*



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](mailto:michel.ruffieux@jura-trek.ch)  
site web : [www.jura-trek.ch](http://www.jura-trek.ch)

The logo consists of the letters 'S' and 'B' formed by multiple parallel, curved lines that create a sense of depth and movement.

**SPORT  
SERVICE**  
[www.sbsport.ch](http://www.sbsport.ch)

A black and white photograph of a snowy mountain range. A large, semi-transparent watermark is overlaid on the image. The watermark features a stylized mountain peak with the letters 'SB' integrated into its shape. Above the peak, the text 'BUREAU DE GUIDES - SB - GLAND' is written in a curved path following the top of the mountain silhouette.

BUREAU DE GUIDES - SB - GLAND

[www.sbmontagne.ch](http://www.sbmontagne.ch)



## Disparition des Abeilles \*

Elles n'oublient jamais l'intérêt général, ont le sens du devoir, de la hiérarchie, de l'effort. Elles vénèrent une reine, sont sapées impeccablement, ne sortent qu'en livrée, cultivent une taille de guêpe et le sens esthétique. Qu'un ennemi pointe ses mandibules, elles défendent leur territoire jusqu'au sacrifice. Bref, elles sont antimodernes! Et nous, nous les exterminons, sans aucun égard pour leur contribution à l'équilibre de la nature. Un jour, elles disparaîtront et nous pourrions alors compter nos dernières heures sur les doigts de nos mains coupables. Car, en pollinisant, les abeilles sèment la vie et président à l'éternel retour des floraisons. Elles n'ont pas oublié, les bonnes ouvrières, que la nature vibre à l'unisson, que tout, de l'aubépine aux constellations, s'accorde au même solfège, et que tout, en ce bas monde, est régi par des lois d'inséparabilité\*



\*=*anagrammes*, tel le CHIEN qui rentre dans sa NICHE et que MILLE REVES recèlent autant de MERVEILLES. Pendant ce temps, le maître de la maison BICHONNE un peu trop la BONNICHE pendant que les PARISIENS prennent beaucoup d'ASPIRINES, car ils aiment s'IMAGINER qu'ils ont la MIGRAINE ... Avez-vous remarqué ce VANDALE qui LAMBINE comme un MINABLE et qui piétine sauvagement la LAVANDE ?

*Jean Brésille*

**Remise des textes pour le prochain bulletin No 3/2014**

**28.04.2014**

Merci de respecter ce délai car nous ne pourrions sinon pas les inclure dans le prochain 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](mailto:bulletin@cas-la-dole.ch)