

Les jeudistes, CAS la Dôle, programme 2009

Date	Randonnées	Temps de marche et dénivelé	Chef de course
22.01	Mégève: (max.12 pers.)	ski alpin	G.Bietenholz
29.01*	Le Molard (les Avants) (raquette)	4h. 550m.	Cl-L Velan
m4.02	Les Moussières (Lajoux F.)(ski de fond)	4h./ 150m.	A. Rusterholz
5.02	Les Gets(max. 12 pers.)	ski alpin	S. Bryand
12.02	Forêt du Massacre (ski de fond)	4h./+ 250m.	M. Girardet
19.02	La Dôle (raquette)	4h./ 500m.	M Dähler
m.25.02	Les Cluds, Ste Croix (ski de fond)	4h./ 200m.	M.Cometti
5.03	Diablerets-Villars: (max 12 pers.)	ski alpin	G.Bietenholz
19.03*	Vignoble valaisan (Chamoson)	4h30 / 200m.(F)	Cl-L. Velan
26.03*	La Versoix (De Céligny à Versoix)	4h. / 100m.(F)	A.Vez
2.04*	St-George - St -Cergue	4h30/100(F)	P.Laedermann
9.04*	Le Vallon du Flon	4h / + 240. -550m.(F)	A.Vez
16.04*	Les gorges de l'Areuse	3h45/ +300m (F)	M . Serex
23.04*	Ombres et lumières au Trient(max. 20 pers.)	5h./+860,-500m. (F)	S. Hadjidakis
30.04	Forêt de Finges et visite du centre nature	4h/100 (F)	M. Dormond
7.05*	Le circuit des Vitraux	4h/ 100m. (F)	A.Rusterholz
14.05*	Le Cubly (narcisses)	4h30/ 790m(F)	P.Laedermann
21.05*	Montana, Tsittoret, chutes de Raspilles	5h/ +400,-800	W.Burri
28.05*	Mt-Chemin - Le Châble (max. 20 pers.)	5h./+500-960m. (F)	S Hadjdakis
4.06	Les Amburnex- Mt Sala	4h30/ 500m.(F)	J.Fayet
11.06*	Mund - Ausserberg	4h30 /+350m,-500m (PD)	A.Vez
18.06*	Kaiseregg (2185m.) (Lac Noir)	5h30/+600m.-1030 (PD)	Cl-L. Velan
25.06	Dts de Vallerette(2059m.) et Valère(2267m.)	4h30 /700m (PD)	N.Doble
2.07*	Le Roc Vieux (2213m.)(Val d'Hérens)	4h30/ 780m.(F)	A. Barillier
5 au 12 juillet	Les Dolomites(Cortina d'Ampezzo, randonnées en étoiles) max. 12 pers. Hôtel/pens.. Voyage bus. Prix 1500 frs. Inscr.avant le 15. 12. 08		S.Hadjidakis
9.07	LeTrelod (2200m) Massif des Bauges F	5h.30/ +1000m (AD)	S.Pezet
16.07	Col de l'Enchrème(1936m)	4h45 / 600m. (F)	J.Fayet
23.07*	Flühkappelle (2080m.) et gorge de la Dala	5h/ 700m (PD)	A.Vez
30.07*	Cab. des Aiguilles rouges, 2810m (Arolla)	5h30 / +820, -930m (PD)	M.Dormond
6.08	Pierre Avoi (2420 m.)	5h/ 700m. (PD)	L.Reusse
m12.08*	Les Crêtes du Salève	3h.30/ 400m (PD)	A.Vez
13.08	Cabane F-X Bagnoud (2645m) depuis Brunet	5h45/ 900m. (PD)	G.Bietenholz
20.08	Emosson-Col Terrasse (2640m.)	5h / 750m. (PD)	M. et A. Stäubli
27.08	Tête des Posettes (2172m) France	5h/ 700m (F)	M.Dähler
3.09	Hochmatt (2151m)	5h45 / 750m.	P.Blättler

Date	Randonnées	Temps de marche et dénivelé	Chef de course
10 et 11 sept.*	De Tignousa (St Luc) à St-Nicolas. Nuit à l'hôtel Schwarzhorn (dortoir ou chambres) inscr avant le 20.08(places limitées.)	jeud: 4h30 /+620,-950m. (F) vendr:5h30/+1050,-900 (PD)	F. Vautier
17.09	Lac Darbon (1813m.) (France)	5h/ 950m.(F)	M.Dähler
24.09*	Col de Cou(1921m) Barme	5h30/+300.-900m.(F)	Niels Doble
1.10	Montagnes des Auges, les Glières (F)	6h./+ 900m.	A. Zobel,M. Dähler
8.10*	Hauteurs Balschiedertal (max.20 pers)	5h30/+680m.-1065 (PD)	S.Hadjidakis
15.10	Randonnée jurasienne, le Vattay	4h./ 300m.(F)	B. Sorrensen
22.10*	Le Sentier du Sel (Plambuit- Bévieux)	4h/ +200 -400m.(F)	M.Serex
29.10.*	Rochefort. repas surprise (max 45 pers.) assemblée.Inscription au plus tard 23.10	3h./ 400m.	A.Vez/ Cl. Fayet et son équipe
5.11.*	Les hauts et bas de Lavaux	4h.	A.Rusterholz

*L'astérisque placé après la date signifie que le déplacement est prévu en train.

Inscription avant mardi midi (évt. réservation)

Difficultés: F= facile,

PD=peu difficile, par place un peu vertigineux, quelques petites barres rocheuses

AD=assez difficile, chemin de montagne, nécessitant par place l'usage des mains

Pour participer: s'inscrire 1 à 2 jours avant la course auprès du chef de course sauf indication spéciale

Les chefs de course:

A.Barrillier	022 361 04 59 (abarrillier@bluewin.ch)
G. Bietenholz	022 361 39 85 (guy.bietenholz@bluewin.ch)
P. Blättler	022 369 22 78 (p.blattler@bluewin.ch)
S.Bryand	022 367 18 53 (sharonbryand@bluewin.ch)
W. Burri	022. 364 41 15 (wburri@gmail.com)
M. Dähler	022 794 12 57 (modahl@bluewin.ch)
N./ G. Doble	022 367 12 53 (n.doble@bluewin.ch)
M. Dormond	022 369 21 94 (martine.dormond@bluemail.ch)
J. Fayet	022 366 37 95 (jcfayet@sunrise.ch)
M. Girardet	022 361 82 36 (melody@girardet.biz)
S. Hadjidakis	022 362 50 45 (hadjisol@sunrise.ch)
P. Laedermann	022 361 94 45 (pa.laedermann@vtxnet.ch)
S. Pezet	022 369 12 15 (spezet@bluemail.ch)
L.Reuse	022 363 17 25 (g_reuse@bluewin.ch)
A. Rusterholz	022 367 16 04 (albert.rusterholz@bluewin.ch)
M. Serex	022 361 20 74 (mserex@bluewin.ch)
A. Stäubli	022 361 43 04 (marstau@bluewin.ch)
B.Sorrensen	022 366 27 43 (barbara@skiclubnyon.ch)
F.Vautier	022 361 22 95 (francoise.vautier@blewin.ch)
C.-L. Velan	022 366 03 77 (clavelan@bluewin.ch)
A. Vez	022 369 18 87 (alex.vez@bluewin.ch)
Arlette Zobel	022 343 79 62 (azobel@creditduleman.com)