

Dernière
mise à
jour

5.11.2009

CAS - section La Dôle Programme des courses des jeudistes

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



dates 2010	Randonnées (pédestre, sauf autre indication)		Temps de marche et dénivélé	chef de course	déla inscript. par defaux mardi midi
7.01					
14.01*	Raquettes - St Georges - St. Cergue	F	5h. 600m.	Claire-Lise Velan	
21.01	Ski-piste Mégève	Ski		Guy Bietenholz	
28.01	Ski-fond - Course surprise	F	4h	Melody Girardet	
4.02	Ski-fond - Lamoura	F	4h30	Wolfgang Milzow	
11.02	Ski-fond - lieu selon enneigement	F	4h	Albert Rusterholz	
18.02					
25.02					
4.03					
11.03	Ski-piste Diablerets-Villars (max. 12 p.)	Ski		Guy Bietenholz	
18.03					
25.03*	Moulin de vert et berges du Rhône	F	3h30 +/-200m	Alexandre Vez	
1.04	Le Vuache	F	3h30 +/-500m	Monique Dähler	
8.04*	Les Rives de l'Arve	F	3h30 +/-100m	Alexandre Vez	
15.04	Les Voirons(depuis col de Saxel)	F	4h30 +/-530	Roland Jeannin	
22.04	Arboretum,la floraison des magnoliers	F	4h +/-450m	Alexandre Vez	
29.04*	Les 3 lacs de la valle de Joux	F	4h. +/-300m.	Madeleine Serex	
6.05.*	Des Pléiades aux Avants	F	4h. +300 -650m	Claire-Lise Velan	
13.05	Cabane de Cunay	F	4h30. +150 - 570m	Pierre Laedermann	
20.05.*	Bisse de Lens et lacs des Hauts plateaux	AD	5h. +/- 500m.	Werner Burri	
27.05	Premanon - Mont Fier	F	3h45 +/-300m	Jean Fayet	
3.06.*	Blonay- Châtel St-Denis		4h30 +/-600m.	Roland Haas	
me 9.06	Marchairuz (découverte de la flore)	F	4h +/-400m	Alexandre Vez	
10.06*	Mt Racine	F	4h +700 -530m.	Madeleine Serex	
17.06	Cascade du Rouget - Col d'Anterne	F	6h30 +/- 1050m.	Pierre Waibel	
24.06*	Du Léman à la Gruyère	PD	6h30. +700 -1300m	Albert Rusterholz	
1.07	Etivaz -Château d'Oex via col de Base	PD	6h. +900 -1050	Sylvette Pezet	
8.07*	Derborence - Plans sur Bex	PD	6h +500 -900m	Denis Cherix	
15.07	La Tzoumaz- Lac des Vaux	PD	5h30 +/-850m	Lotti Reuse	
22.07*	Lac des Dix - Thyon	F	5h30 +400 -450	Roland Jeannin	
29.07	Col de L'Enchrème	F	4h45 +/-600m.	Jean Fayet	
5.08	Col du Jaun - Bäderhorn	PD	4h30 +/-500m	Alexandre Vez	
lundi / mardi 9/10 août	Massif de la Chartreuse	AD	4-5h. +600 à 900m.	Sylvette Pezet	inscription avant 27.07.2010
12.08	Trou à l'Ours	PD	4h. +/-500m	Denis Cherix	
me.18.08*	Les Crêtes du Salève	PD	3h30 +/- 400m	Alexandre Vez	
19.08	Tour du Lac de Mauvoisin	PD	6h30 +/-1200 m	Guy Bietenholz	
jeudi / vendr. 26/27 08*	Du Rhône à la Saane nuit en auberge de montage à Derborence	PD	je 5h30 +600-600m. Ve 7h. +900-1100m	Albert Rusterholz	inscription avant 17.08.2010
2.09*	Etivaz - Gstaad via Jable	PD	6h. +980 -840m	Roland Haas	
9.09*	St-Luc - Lac de Combavert	F	5h30 +/-800m	Solange Hadjidakis	

Dernière
mise à
jour
5.11.2009

CAS - section La Dôle Programme des courses des jeudistes

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



dates 2010	Randonnées (pédestre, sauf autre indication)		Temps de marche et dénivelé	chef de course	délaï inscript. par defaux mardi midi
16.09	Hochmatt, préalpes fribourgeoise	F	5h30 +/-750m	Peter Blättler	
me 22.09*	Pierre à Perchia	F	4h45 +/-850m.	Danielle Noes	
jeudi / vendr. 23/24 09*	Mex à Champéry Demis tour des Dents du Midi	F	4h30 +650 -150m. 6H +750 -1300m	Niels Doble	inscription avant 14.08.2010
30 09*	Diablerets - Col de la Croix - Barboleuse	F	5h30 +600 -500m.	Martine Dormond	
7.10*	Balschiedertal - Hauteurs sauvages	PD	5h30 +700 -1050m	Solange Hadjidakis	
14.10	Praz-de-Lyz- Pte de Marcellly	PD	4h30 +/-500m.	Roland Jeannin	
21.10	Le Suchet	F	5h. +/-800 m.	Claire-Lise Velan	
me 27.10	Maison du Salève et Plan du Salève	F	3h +/-300m.	Monique Dähler	
28.10	Rochefort - Assemblée annuelle jeudistes	-	3h +400m.	Rusterholz/ Fayet	10/18/2010
4.11*	Par monts et Lavaux	F	4h	Albert Rusterholz	
11.11					

date * * = déplacement en transport public.

jeudis en gris sont encore sans course définie ; vos propositions peuvent encore être ajoutées

Difficultés : F = randonnée pédestre facile, tand techniquement que pour l'effort demandé
PD = peu difficile, par place un peu vertigineux, quelques rochers, demande un certain effort
AD = assez difficile, chemin de montagne, nécessitant par place l'usage des mains, effort soutenu

Dernières mises à jour indiquées en rouge ; le programme corrigé est périodiquement mis à jour dans le site

Inscription : sauf indication contraire, jusqu'à midi 2 jours avant la course auprès du chef de course

Les chefs de course

Guy Bietenholz	022 361 39 85	guy.bietenholz@bluewin.ch
Peter Blättler	022 369 22 78	p.blattler@bluewin.ch
Werner Burri	022 364 41 15	wburri@gmail.com
Denis Cherix	022 369 30 27	dchmail@vtxnet.ch
Monique Dähler	022 794 12 57	modahl@bluewin.ch
Niels Doble	022 367 12 53	n.doble@bluewin.ch
Martine Dormond	022 369 21 94	martine.dormond@bluemail.ch
Jean Fayet	022 366 37 95	jcfayet@sunrise.ch
Melody Girardet	022 361 82 36	melody@girardet.biz
Solange Hadjidakis	022 362 50 45	hadjisol@sunrise.ch
Roland Haas	022 361 23 32	rolandhaas@bluemail.ch
Roland Jeannin	021 691 04 50	rolandjeannin@yahoo.fr
Pierre Laedermann	022 361 94 45	pa.laedermann@vtxnet.ch
Wolfgang Milzow	022 361 07 35	milzow@bluewin.ch
Danielle Noes	0033 450207770	daniellenoes@wanadoo.fr
Sylvette Pezet	022 369 12 15	spez@bluemail.ch
Lotti Reuse	022 363 17 25	g_reuse@bluewin.ch
Albert Rusterholz	022 367 16 04	albert.rusterholz@bluewin.ch
Madeleine Serex	022 361 20 74	mserex@bluewin.ch
Claire-Lise Velan	022 366 03 77	clavelan@bluewin.ch
Alexandre Vez	022 369 18 87	alex.vez@bluewin.ch
Pierre Waibel	021 807 37 05	pierre.waibel@bluewin.ch