

2013

CAS - section La Dôle Programme des courses du jeudi



Courses
plusieurs
jours

dates 2013	Randomnée (titre) (pédestre, sauf lorsque autre indication)	g	h	Dénivelé (+...m/-...m)	Diff.	chef de course	Texte complément. p/ publication dans bulletin résumé itinéraire, difficulté si lieu, autres indications	délai inscr.
8. 08	Col d Bostan depuis les Allamans, Samoens	6h.		+/- 1000m.	PD	Sharon Bryand	Belle course avec vue sur les Dents du Midi	
14-16 08	Traversée de Kandersteg à Mürren (3 1/2 n.)	5h. J1 4h30 J2 4h30 J3		+1200m. -1200/+800m. +400/-1200m.	PD	Albert Rusterholz	J1 Train -> Kandersteg + Oeschinen, puis montée à la Blüemlisalp (2834m). J2 Descente dans Kiental et remontée à la Gspalenhornütte (2450m.). J3 Petite descente avant montée au col de Selinalugga (262m), descente sur Mürren, et retour en train.	30.6.
15. 08	Tour du Grand Chavalard	6h.		+750/-750m.	PD	Guy Bieterholz	De l'Erie au lac de Filly puis montée agréable au col de Fenestral. Retour par Lui d'Aout	
22. 08	JA Charmey - Vounaise (1627m), alternative pour JR	2h30		+760 m	F	Gérard Bohner	Itinéraire par La Vaz: Chasse « chez Dudu » à Tissinèva (1474), retour en benne, possibilité de se baigner	
22-23 08	Arête Bettmerhorn-Eggishorn (21.)	6h 5h		+500m +500/-1000m	AD	Werner Burri	J1: Fischeralp-Mariensee Station Bettmerhorn-Riederalp J2: Chemin UNESCO de Bettmerhorn à Eggishorn	31.7.
29. 08	Crêt du Midi - Le Louché - St. Martin	5h30		+720 / -1630m	AD	Pierre Laedermann		
29. 08	JA St.Cergue - Mont Roux - Le Vermelliey	4h1/2		+/-240m	F	Liliane Lamberg		
5. 09	Du Marchairuz à la vallée de Joux	5h		- / + 310m	F	Jean-Pierre Jaquet	Rte des Arbumex - Sèche de Gimel - Le Brassus et retour par Pierre à Ecusson - Sèche des Arbumex	
12. 09	Crêt de la Neuve	4h30		+468/-673m	F	Michel Favre	Douce montée depuis la Vallée (Le Brassus), jusqu'au sommet, pic rti, et redescente sur la Côte (Marchissy) par le Sentier du Coq	
12. 09	JA Hte Rte de la Rivière (Jaman-Sonloup)	4h30		+400 m-1150 m	F	Gérard Bohner		
19. 09	Blisse de Lens, moitié trajet avec 200m de dénivelé pour les +-JA	4h		+800m	PD	Werner Burri	Blisse de Lens d'Ecogne au Lac Zeusier (passages vertigineuses, mais sécurisées), "petit colorado", gorges impressionnantes	
26. 09	JA Le brème du cerf	5h.		+/- 500 m	F	Solange Hadjidakis	Entre Nax et Vercorin	
26. 09	Crêt de Chalam (Jura/France)	5h30		+960/-960	PD	Monique Dähler	Circuit de Chésery-Forens (582m) dans la forêt par Petit et Grand Mamel, pr atteindre le sommet (1545m). Descente sur la Borne au Lion, Croix Manant, Noire Combe et Chésery-Pancrama à 360° sur la Hte Chaire et les plateaux du Jura. Limitée à 16 participants	
3. 10	Les Schwyberg : du Lac Noir à Planfayon	5h		+ 600 - 800	F	Claire-Lise Velan	Du Lac Noir, montée sur la large croupe des Schwyberg, qu'on traverse entièrement pour descendre sur Planfayon. Belles forêts, vastes pâturages, beaux panoramas	
3. 10	JA La Dunanche - Crêt de la Neuve	4h30		500 m	F	Gérard Bohner	(circuit)	
10. 10	La Cure - Le Noirmont - Le Croue - La Givrène	Env. 5h		+/- 320m	F	Geneviève Kocher	Randomnée automnale dans le Jura Vaudois	
17. 10	La Barillette	4h30		885m	F	Geneviève Zoller	Repas ou pique-nique à la Barillette (max. 15 pers.)	
24. 10	Mauborget - Môtiers	4h30		+420 / -860m.	F	Odile Christinet	Randomnée automnale dans le Jura Neuchâtelois	
31. 10	Rencontre Jeudiste à Rochefort	2h30		+/- 500m.	F	Albert Rusterholz	Avec séance annuelle et repas. Inscription jusqu'au 25 oct.	25.1
7. 11	Par monts et Lavaux	4h.		+/-250m.	F	Albert Rusterholz	Tradition annuelle, avec casse-croute au resto et visite d'une cave	
7-14. 11	A la découverte des volcans de la Palma, îles Canaries. Tour de l'île pour les JA avec moins de dénivelée, sous conduite d'un assistant	4-6h/j.		400 à 1200m/j.	F à AD	Werner Burri	Coûts approx. 1000 CHF. Inscriptions jusqu'au 1.03.2013, limitées à 16 personnes. 5 courses au programme selon météo. Possibilité de prolonger le séjour.	1.03.
21. 11	Visite du CERN	3 h.		en élévateur !	F	Niels Doble	Repas de midi suivi p.a. visite guidée (espoir de pouvoir visiter le LHC) Limité à 24 personnes	15.09

Course en réserve

55 V Col des Pauvres 5h30 900m PD
54
P = en transport public V = en voiture (& bus section si libre)

CAS - section La Dôle

Programme des courses du jeudi

dates 2013	dates 2013	Randonnée (titre) (pédestre, sauf lorsque autre indication)	sa p m a r c h é	Dénivelé (+ / - m / - ... m)	Diff.	chef de course	Texte complément, p/ publication dans bulletin résumé itinéraire, difficulté si lieu, autres indications	déai inscr.
3. 01								
10. 01	V	Skis de piste au Grand Massif - FR		-		Sharon Bryand	Limité à 10 personnes et par beau temps uniquement	
17. 01	V	Skis de fond Plateau de Rotord	4h	-	F	Sylvette Pezet	Ski de fond Plateau de Rotord (Bellegarde) ou col des Mosses selon enneigement	
24. 01	V	Skis de fond "surprise" - Jura Français	4h	-	F	Melody Girardet	Sortie par tous les temps. Limité à 15 participants avec repas dans un gîte.	
31. 01	V	Ski de fond - Jura Neuchâtelois	4h	-	F	Odile Christinet	Sortie par tous les temps. Limité à 15 participants avec repas dans un chalet-auberge	
7. 02	V	Ski alpin - Hauteurs de Megève	-	-	-	Guy Bietenholz	Départ de La Procresse, pour Mont d'Arbois, St Nicolas de Vérocce, après-midi Rochebrune et Côte 2000	
14. 02	V	Ski de fond - Découverte du Jura	4h.	+/- 250m.	PD	Albert Rusterholz	Ski de fond sauvage hors trace en partie	
21. 02		<i>sem. des relâches scolaires</i>						
28. 02	V	Ski de fond - Lajoux au Pré Filet	5h	+200-200m	PD	Wolfgang Milzow	Restaurant sympathique, PD à cause de la longueur du parcours. Nombre maximum 18.	
7. 03	V	Raquette Pointe de Bellevue, Morgins	4h	+ / - 600m	PD	Rita Brunner	Vue panoramique de 360° que par beau temps	
14. 03	V	Ski de fond - Les Cluds la Ronde Noire	4h.	+/- 250m.	F	Monika Cometti	(Jura) 19km AR avec repas à l'auberge	
21. 03								
28. 03	V	Tour du lac de Gruyère	4h	+ / - 30m	F	Serex Madeleine	De Broc à Corbeyrier et retour par l'autre rive	
4. 04	V	Tour du lac de Gruyère via l'Arboretum	5-6h	-300m	F	Jean-Daniel Carrard	Randomnée en terrain facile	
11. 04	P	JA La Borgne	4h.	+ 500m.	F	Solange Hadjidakis	Entre Brailois et Euseigne. Rudes montées et descentes	
18. 04	P	Le Doubs et son Saut	5h	+/-300m	F	Monique Dähler	Circuit de Les Brenets - Saut du Doubs - Roches de Moron - Les Brenets.	
25. 04	P	St. George - Arzier - St.Cergue	4h30	+580 / -470m	F	Pierre Laedermann	Randomnée facile	
2. 05	V	Le long du Talent	4h30	+ / - 250m	F	Marianne Stäubli	Balade dans le Nord-Vaudois. Région d'Orbe	
9. 05	P	Lac Noir-la Balisa-Valsainte-Charmey	4h30	+640/-480m	PD	Pierre Waibel	Randomnée pittoresque	
16. 05	P	Dent de Vaulion	4h30	+480m/-600m	PD	Serex Madeleine	Le Pont - Le Day en passant par la Dent de Vaulion (par beau temps uniquement)	
23. 05	V	Via ferrata facile (guide F. Germain)	- -	- -	-	Albert Rusterholz	Sous la conduite d'un guide. Coût -100.-/p. Limité à 6. Délai d'inscription 15 mars	15.03
30. 05	V	JA Grand Colombier 1535m. (narcisses)	4 h 30	+/- 600m	F	Pamela Harris	Belle course en circuit - vue panoramique sur Mont Blanc et La Tournette, et floraison magnifique. 1h 30 en volume à Bellegarde, puis au Sur Lyard. (carte IGN no 333101)	
6. 06	P	St. Pierre de Clages à Ovornaz	3h.30	+900m	F	Werner Burri	A travers les vignobles ensoleillés de la vallée du Rhône. Montée vers Ovornaz via Chamoson, avec visite des baux	
13. 06	V	Refuge de Mayère, Crete des Saix, Refuge de Doran	4h.30	+900m	PD	Sharon Bryand	Belle course au-dessus de Salanches en France avec très belle vue du Mont-Blanc et la Pointe Percée. A la montée à la Crête des Saix il y a un passage un peu vertigineux	
13. 06	V	JA Trois gouilles en montage	4h15	+ 500m./-900m.	F	Solange Hadjidakis	Entre le col du Pilon et Feutersony	
20. 06	V	Flore du flanc nord de la Dôle	3h30	+400m/-400m	F	Alexandre Vez	Excursion botanique à la découverte de la richesse floristique du Jura et notamment de quelques plantes rares en Suisse	
27. 06	P	Les Lacs d'Antène	6 h.	+/-1000m	F	Niels Doble	Les deux Lacs d'Antène depuis Champéry, Retour par la Galerie Défago	
4. 07	P	JA Le bisse de Tsa-Crêta	4h.	+/- 490 m.	F	Solange Hadjidakis	Entre Mase et Suen	
4. 07	V	Lac Blanc par les Cheserys	5-6h.	+/-935m	AD	Sylvette Pezet	Pentes soutenues, quelques passages équipés de câbles et échelles à la montée et à la descente. Demande de l'attention en raison du vide. Limité à 12 personnes.	
06-14 juillet	P	Trek du 150è - Rochefort à Arpittezz	9 jours	selon prg.		Albert Rusterholz		
11. 07	V	Pointe de la Chavasse	5h30	850m	PD	Monika Cometti	Depuis le col de Ramaz, dans la région de Sonmand	
18. 07	P	Col de la Forclaz à Champex (VS)	4h45	+730m/-790m	F	Jacques Lafitte	Du col de la Forclaz sentier en pente douce jusqu'à l'épave de la Grêle, puis celui de la Bovine. Ensuite descente au fond du val de la Jure puis le Plan de l'Al, Champex-d'en-Haut et enfin la station de Champex Lac	
18. 07	V	JA Place d'Armes - Pré-aux-Veaux	3h	300 m	F	Gérard Bohner		
25. 07	V	La Tournette (Annecy)	5-6h.	+/-950m.	AD	Sylvette Pezet	Pentes soutenues, sentiers escarpés, aérien, équipé de câbles et marchepieds. Limité à 12 personnes.	
1. 08	P	Le Roc de la Vache, Circuit	6h	+906	PD	Rita Brunner	Zinal, Lac d'Arpilletaz, Roc de la Vache, Zinal	
1-2. 08	P	1er Août à la cabane Arpilletaz (2j.)	4h30	+1100m -600+300-800	PD	Rita Brunner + adjoint	Zinal, Lac d'Arpilletaz, cabane (nuitée) descente de la Cabane Arpilletaz par Roc de la Vache et Zinal	27.07