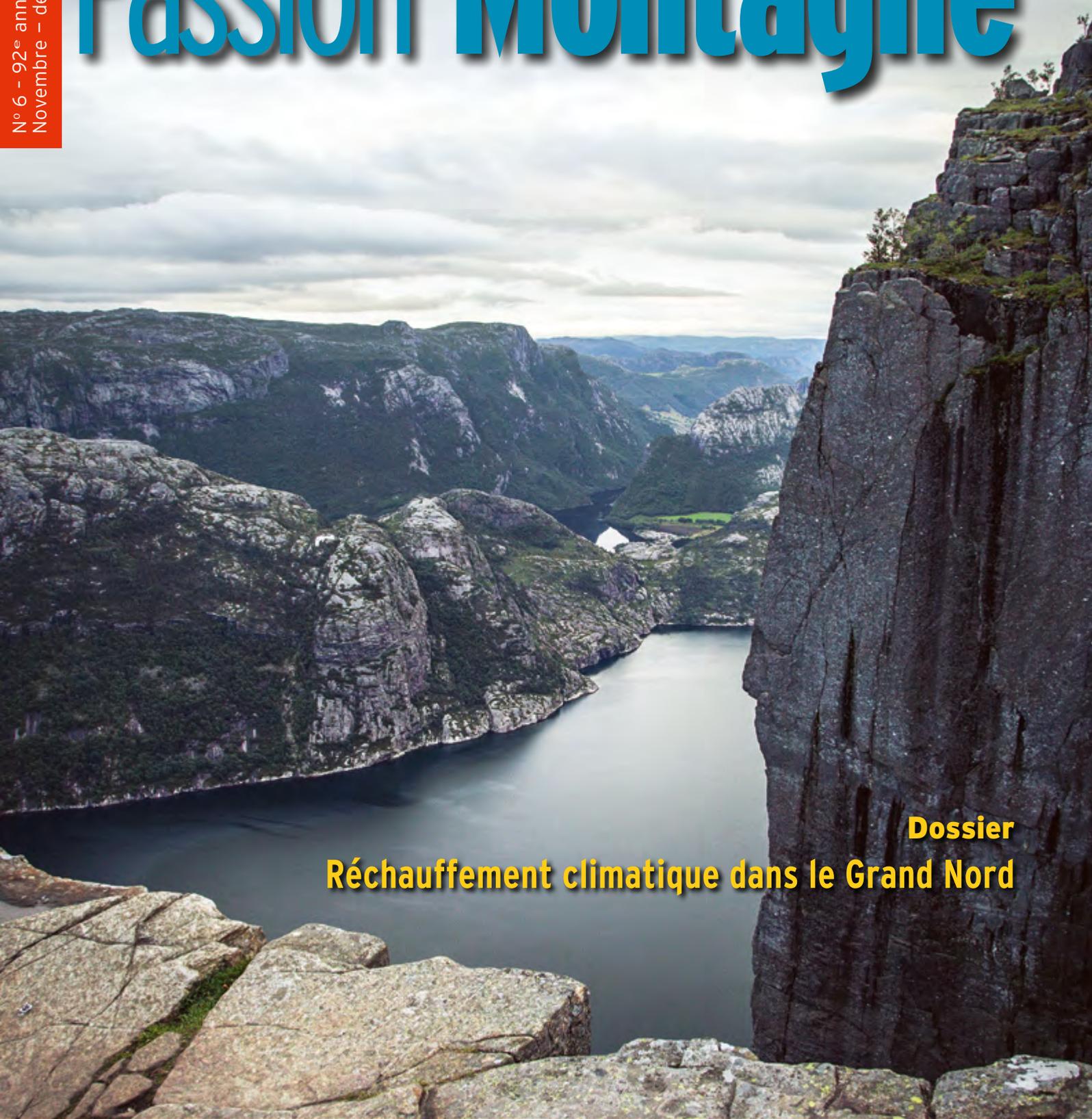


N° 6 - 92^e année
Novembre - décembre 2016

Passion Montagne



Dossier
Réchauffement climatique dans le Grand Nord

Journal de la section des Diablerets

Section lausannoise du Club Alpin Suisse
et sous-sections de Château-d'Œx, Morges, Payerne et Vallorbe

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



LA MONTAGNE À L'ÉTAT PUR AVEC L'ÉQUIPEMENT ADÉQUAT



Les sports de montagne, la passion d'une vie.

Vous trouverez chez Bächli Sports de Montagne tout ce dont vous avez besoin:
Le plus grand choix d'articles pour les sports de montagne en Suisse,
des conseils avisés, un service innovant et des prix corrects.

BÄCHLI SPORTS DE MONTAGNE
Avenue d'Ouchy 6
1006 Lausanne
Tél.: 021 864 00 20
Fax: 021 864 00 21
lausanne@baechli-bergsport.ch

BOUTIQUE EN LIGNE
www.baechli-sportsdemontagne.ch



Passion Montagne

Impressum

Editeur et rédaction
Club Alpin Suisse CAS
Section des Diablerets
Rue Beau-Séjour 24
Case postale 5569 – 1002 Lausanne
www.cas-dialberets.ch

Locaux de la section

Stamm/Bibliothèque
Tous les vendredis, dès 19 h 30,
à la Grande salle/Entrée côté
rue Charles-Monnard

Président de la section

Jean Micol, tél. 079 573 93 27
E-mail: jean.micol@gmail.com

Secrétaire général

Marcel Isler, tél. 021 320 70 79
E-mail: direction@cas-dialberets.ch

Secrétariat et administration

Gestion des membres
Marlène Tissot Meyer
Le matin de 8 h à 12 h
Tél. 021 320 70 70 – Fax 021 320 70 74
E-mail: secretariat@cas-dialberets.ch
E-mail: membres@cas-dialberets.ch

Rédaction

E-mail: secretariat@cas-dialberets.ch

PostFinance

Compte postal: 10-1645-3
IBAN CH38 0900 0000 1000 1645 3

Annonces publicitaires

URBANIC REGIE PUBLICITAIRE
Chemin de Sous-Mont 21
1008 Prilly
E-mail: info@urbanic.ch
Tél. 079 278 05 94

Tirage

4200 exemplaires

Impression

PCL Presses Centrales SA, 1020 Renens

Photo de couverture

Norvège: le vertigineux Preikestolen
Photo: Pauline Merminod-Williams

Décali rédactionnel N° 1 2017

24 novembre 2016



Le Tour des Muverans en italien?

C'est un peu ce que la sous-section de Payerne a fait cet été! Non pas, bien sûr, que les Muverans se soient déplacés sur le versant sud des Alpes. Ce sont bien nos amis italiens de Rivarolo Canavese, une ville située entre Turin et le Grand-Paradis, qui nous ont rejoints pour ce qui doit être la 17^e rencontre du jumelage que nous entretenons avec cette section du CAI depuis l'an 2000.

Cette année-là, notre sous-section fêtait ses 75 ans, et le souhait d'entreprendre quelque chose de particulier avait abouti à l'idée d'une rencontre italo-suisse de montagnards. La première vraie rencontre débuta par une réception officielle à Payerne, se poursuivit par une initiation de nos invités à la fondue, menée à la cabane de Grubenberg dans les Gastlosen et se termina par l'ascension de la Wandflue. De cette rencontre est né ce jumelage, qui se poursuit maintenant d'année en année. Nous ne sommes pas les seuls à le faire, mais, à vrai dire, je ne connais pas d'autres sections du CAS à entretenir une telle relation.

Dix-sept ans plus tard, ils étaient quatorze de Payerne pour les accueillir à Derborence, et quatorze ils sont venus avec le soleil du Piémont, des bruschettas, du vin blanc de leur région y tutti quanti! A vingt-huit nous avons marché pour «girare» autour du Petit- et du Grand-Muveran. Vous découvrirez un compte rendu de ces quatre magnifiques journées quelques pages plus loin.

Jumelage renvoie bien sûr à jumeaux et jumelles. En l'occurrence, une fratrie qui ne parle pas la même langue... Heureusement pour nous, Rivarolo n'est pas trop éloigné du val d'Aoste et que, du coup, ils parlent mieux le français que nous l'italien! Et, avant de devoir passer à l'anglais, il y a encore le langage des mains.

Mais jumelage me fait aussi penser à jumeler, avec une paire de jumelles, pour observer et mieux voir ce qui est loin de nous. Avec ce jumelage, une année sur deux les Payernois ont l'occasion de se rendre dans les Alpes italiennes. A ce propos, saviez-vous que, sur les plus de 12 millions d'habitants de l'Arc alpin, la plus grande partie, soit 30,1%, habite en Italie, et seulement 12,5% en Suisse? En termes de surface, la palme revient à l'Autriche avec 28,5%, suivie de l'Italie avec 27,2% et, en quatrième position, la Suisse avec 14,0%. Donc encore pas mal de courses à prévoir au sud et au sud-est de notre pays!

L'invitation pour découvrir un nouveau coin des Dolomites nous a déjà été donnée pour l'été prochain. Et, bien sûr, nous nous réjouissons de retrouver nos amis transalpins!

A vous tous, chers lecteurs, je vous souhaite d'ores et déjà une très belle saison d'hiver, ici ou ailleurs!

Marc Schütz,
président de la sous-section de Payerne

SOMMAIRE

► Magazine

Actualités Vincent Gillioz	4	Environnement Accès à nos cabanes	14
Dossier François Modoux Au Svalbard, où la glace fond vite	6	Portrait Francis Vermot-Petit-Outhenin	15
Conseil matos Les skis de randonnée	10	Portfolio Pauline Merminod-Williams	16
Idee de course Traversée Chrüzflue-Cousimebert- Käsenberg (1663 m)	12	Conseil Santé Alcool et pratique de la montagne	18
		► La vie du club Sommaire détaillé	19



@CAS/ davidschweizer.ch

La grimpeuse zurichoise Petra Klingler sacrée championne du monde de bloc

La spécialiste du bloc, Petra Klingler, s'est illustrée à la fin de septembre à Paris, en remportant le titre suprême. La Zurichoise était d'abord la première Suissesse de l'histoire à se qualifier pour une demi-finale de Championnat du monde. Avec sa victoire, elle a ouvert un nouveau chapitre de l'histoire du sport suisse. Les quelque 10 000 spectateurs présents à l'AccorHotels Arena ont, par ailleurs, pu vivre du suspense jusqu'au dernier moment. Il a fallu attendre le dernier des quatre blocs pour connaître le nom de la reine mondiale. La grimpeuse de 24 ans a résolu les ultimes difficultés en quatre essais. Après qu'elle a sorti le quatrième bloc, seule la Japonaise tenante du titre, Akyio Noguchi, pouvait encore la battre. Visiblement tendue, Noguchi a échoué sur le dernier bloc. «Tout s'est naturellement mis en place. J'ai grimé comme je ne l'ai encore jamais fait dans ma vie et j'ai encore du mal à le croire», a déclaré Petra à l'issue de sa performance. Deuxième, Miho Nonaka (JPN) comptabilise également trois tops avec cinq essais de plus que la Suissesse. Le bronze est revenu à Akyio Noguchi.

European Outdoor Film Tour 2016/2017, le programme est en ligne

Le programme de l'Eoft 16/17 est en ligne, avec cinq représentations prévues en Romandie. Le 24 novembre au Cinéma Capitole de Lausanne, le 10 décembre à l'Université de Fribourg, le 11 décembre au Collège de la Planta à Sion, le 12 décembre à l'Apollo Kino de Bienne et le 14 décembre à l'Auditorium Arditi de Genève. Avec 300 dates dans quatorze pays, cette rencontre qui dure depuis une quinzaine d'années est une des plus importantes du genre. Le concept est simple: pas d'acteurs, pas de fond vert et, surtout pas, de seconde prise. Les films présentés ne sont que des purs produits d'aventures, souvent parmi les meilleures productions du moment. Des rendez-vous à ne pas rater. Plus de renseignements sur www.eoft.eu



Photo: Eoft



Sports alpins aux JO, où en est-on?

La Fédération internationale de ski-alpinisme (ISMF) a été reconnue, au mois d'août de cette année, par le Comité international olympique (CIO) lors de sa 129^e session à Rio, deux ans après sa reconnaissance provisoire. Le fait que le CIO ait reconnu complètement l'ISMF est une étape importante dans l'histoire du ski-alpinisme. Armando Mariotta,

président de l'ISMF, s'est montré satisfait de la nouvelle: «Nous sommes très fiers et conscients de la responsabilité que cette décision implique.» Le CIO a longtemps observé et contrôlé la structure et les processus de la fédération avant d'accorder sa reconnaissance complète. En tant que sport d'hiver durable et propre, le ski-alpinisme a été bien perçu par le CIO. Les développements dans le domaine du marketing et les progrès dans la collaboration internationale ont également permis de faire pencher la balance du bon côté. De plus, l'ISMF s'engage consciemment pour la relève, contre le dopage et jouit d'une croissance dans la participation des athlètes. Le prochain objectif de l'ISMF est de devenir une discipline olympique et d'être intégrée officiellement au programme des Jeux d'hiver. Une première possibilité s'ouvre pour les Jeux olympiques de la jeunesse qui se dérouleront à Lausanne, en 2020, ou lors des Jeux d'hiver à Pékin de 2022.

L'escalade est de son côté au programme des Jeux de Tokyo, en tant que sport additionnel. Des épreuves de vitesse, de difficulté et de bloc sont prévues pour être disputées par 40 sportifs (20 hommes et 20 femmes), durant quatre jours, pour donner lieu à un classement combiné de ces trois disciplines.

Des offres pour profiter de la montagne en automne

Les sept stations des Alpes vaudoises cherchent à attirer les touristes durant l'entre-saison. Ainsi, juste après la saison estivale et quelques semaines avant le début de la saison de ski, elles lancent une nouvelle offre pour permettre aux marcheurs de découvrir, durant l'été indien, plus de 1000 kilomètres de sentiers balisés à petits prix. Un forfait de 100 fr. par personne donnera accès à deux nuits d'hôtel (jusqu'à deux étoiles), incluant le petit-déjeuner ainsi qu'une carte de balade et un sac de randonneur contenant une bouteille de vin de la région et 200 grammes de fromage de L'Etivaz. Un joli condensé de terroir et une belle opération de marketing, mais, surtout, une chouette occasion de profiter des belles journées d'automne et de ses camaïeux de rouge et d'orange qui ont recouvert les Alpes vaudoises. www.alpes.ch



Festival de films d'alpinisme

Le Festival Summit Experiences se déroulera, du 19 novembre au 3 décembre, dans sept salles de Haute-Savoie. Une bonne occasion de passer la frontière, et de découvrir, par-là même, de nouvelles régions. Au programme: alpinisme, découverte de pays, parapente, vélo et split-board, les alpinistes du team de l'équipementier Camp présenteront une sélection de leurs meilleures productions. Chaque projection se réalisera en présence d'un ou de plusieurs membres de l'équipe dont le film est projeté. Ainsi, il sera possible de rencontrer Pierre Tardivel sur ses plus grandes réalisations en ski de pente raide, Stéphanie Maureau sur le super couloir, Sébastien Bohin sur les expéditions du GMHM ainsi que Yann Borgnet et Yoann Joly sur leurs voyages alliant découverte de pays d'alpinisme, parapente et vélo. Pour rendre ce projet possible, six cinémas dans toute la Haute-Savoie se sont prêtés au jeu pour permettre au plus grand nombre de découvrir, ou de contempler, ces aventures en montagne. Programme: 19 novembre, Thorens, 25 novembre, La Roche-sur-Foron, 29 novembre, Talloires, 1^{er} décembre Saint-Gervais, 2 décembre, Annemasse, et 3 décembre, Annecy. Infos complètes sous: www.camp-france.fr

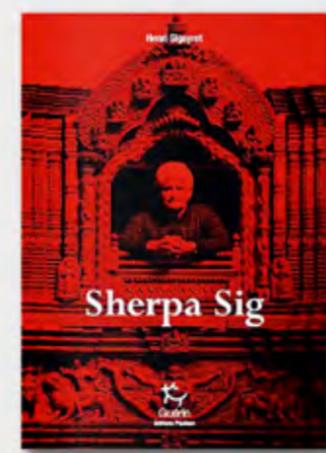


NOUVEAUTÉS LIVRES



A la verticale de soi
par Stéphanie Bodet. Editions Guérin
« Une voie d'audace et de sagesse »
Préface de Sylvain Tesson

Née en 1976, à Gap, dans les Hautes-Alpes, Stéphanie Bodet a remporté la Coupe du monde d'escalade de bloc en 1999. Elle partage sa passion des voyages verticaux avec son compagnon Arnaud Petit, depuis vingt ans. Du Pakistan aux Etats-Unis, en passant par le Venezuela, le Maroc ou la Patagonie, elle parcourt la planète à la recherche des parois les plus vertigineuses. Un an après l'ascension de la mythique paroi du Salto Ángel, 979 mètres de dévers sur coinçons, Stéphanie est devenue, en 2007, la troisième femme à gravir intégralement en libre et en tête, El Capitan, dans le Yosemite. L'ouvrage préfacé par Sylvain Tesson, le deuxième qu'elle publie chez cet éditeur, réconcilie son goût de l'action et de la contemplation. La grimpeuse vit l'ascension comme un acte poétique, une voie d'intrépidité et de sagesse. Une lecture fabuleuse qui ouvre une nouvelle dimension vers la verticalité.



Sherpa Sig
par Henri Sigayret. Editions Guérin

En 1979, Henri Sigayret fait la une de *Paris-Match*, en doudoune rouge et moustache gelée: il vient de réaliser, avec Yves Morin, la deuxième ascension française de l'Annapurna, dix-neuf ans après Herzog et Lachenal. L'image le fait connaître, mais le tapage médiatique écoeure vite ce très libre penseur qui nous livre, ici, une autobiographie sensible et palpitante, d'une sincérité sans concession. De l'enfant qui faisait de la Résistance en mitraillant les autos de l'occupant au lance-pierres, de l'adolescent qui découvre un sens à sa vie en se contorsionnant dans les falaises de la périphérie grenobloise, à l'homme qui parcourt infatigablement l'alpe à la poursuite d'un chamois admiré et chéri, d'un songe himalayen ou d'une sage solitude, ce personnage bouillonnant ne cesse de rêver, d'apprendre, de réfléchir et de fourbir ses armes contre l'égoïsme et l'hypocrisie.

L'une de ces armes est l'autodérision, un humour qui n'empêche ni la profondeur de la réflexion ni l'hyper-sensibilité aux bivouacs sous les étoiles et à l'injustice du monde. Au Népal, auprès des sherpas du Khumbu, ce n'est plus pour gravir les sommets qu'il se battra pendant plus de vingt ans, mais pour tenter d'aider ce pays qui fait toujours partie des dix plus pauvres du monde. Il adoptera une petite tribu d'enfants sherpas et sherpanis. Au-delà de l'aventure, il nous offre un éclairage nouveau sur cette réalité des piémonts de Sagarmatha-Chomolungma-Everest, assortie d'une énergie terriblement revigorante!



Le choix du vide
par Steph Davis. Editions du Mont-Blanc

Steph Davis, une Américaine hors limites, qui aime prendre des risques, et se laisse guider par son instinct en agissant en fonction de ce qu'elle ressent au plus profond d'elle-même. Inégalée qu'elle soit, sa place dans le monde de l'alpinisme a quelque chose de profondément humain. Dans ce livre, elle raconte ses débuts en escalade et quelques-unes des aventures qui ont forgé sa carrière, mais elle parle surtout des choses de la vie pour essayer de comprendre les moteurs qui la poussent à grimper, à sauter du haut des parois ou à voler en wingsuit. «Pour moi l'escalade a toujours été plus que le fait de grimper.» Largement salué aux Etats-Unis, cet ouvrage, d'une totale franchise et d'une haute sensibilité, se donne à lire comme un essai intime, à la tonalité très poétique. Il réconcilie le goût de l'extrême avec les valeurs universelles que sont l'amour, l'amitié, l'enrichissement personnel, l'intimité. Au-delà, il offre une généreuse leçon sur ce qu'est la force de l'esprit.



Photos de Patrick Martin

Nordenskiöldbreen est un glacier du Spitzberg

Au Svalbard, où la glace fond si vite

FRANÇOIS MODOUX

L'archipel norvégien dans l'océan Arctique attire chercheurs et touristes. Glaciers gigantesques, montagnes tabulaires, faune et flore polaires: c'est une place privilégiée pour y observer le climat dérégulé.

Vêtu d'un manteau noir, le visage grave, assis au piano sur une petite plateforme flottante, Ludovico Einaudi joue son *Élégie pour l'Arctique* au milieu des icebergs. Devant le fameux compositeur italien se dresse un spectaculaire mur de glace: le front du Nordenskiöldbreen, glacier en phase de recul accéléré. Tandis que les notes d'une tristesse poignante s'envolent délicatement, on entend le grondement sourd des blocs de glace s'abîmant dans le fjord.

La vidéo a été tournée le 16 juin dernier par Greenpeace, au large des côtes du Svalbard, archipel norvégien dans l'océan Arctique. Postée sur YouTube quatre jours plus tard, elle a aussitôt été vue des dizaines de milliers de fois. Hymne funèbre dédié à l'Arctique menacé par le réchauffement climatique, le morceau d'Einaudi, composé tout exprès, devait sensibiliser les dirigeants de la planète au moment où débutait une conférence internationale à Oslo.

Saisissant et désolant

Le Nordenskiöldbreen a reculé de 600 mètres en à peine quinze ans. La visite de ce front de glacier figure au programme des croisières auxquelles participent les touristes toujours plus nombreux au Svalbard. J'y étais en juin juste avant le tournage de la vidéo. C'est un spectacle à la fois saisissant et désolant: on a l'impression d'assister, en direct, au dérèglement climatique.

Le réchauffement est plus marqué dans l'Arctique que partout ailleurs. Le Svalbard, à mi-chemin entre le cap Nord (point le plus septentrional du continent européen) et le pôle Nord (point géographique le plus au nord du globe), est un observatoire privilégié de ce phénomène vertigineux.



Le Svalbard vu d'avion

Entre les 78° et 80° degrés de latitude nord, c'est la terre habitée la plus au nord du globe. Le Spitzberg, plus grande île de l'archipel, en est aussi la plus connue. Au cours des vingt dernières années, la température moyenne y a augmenté d'un peu plus de 2 degrés: entre +1 et +1,2 degré par décennie. A comparer avec la hausse de 0,8 degré de la température moyenne du globe depuis l'ère préindustrielle.

Le thermomètre s'emballé

L'amplification de l'effet de serre au niveau mondial a modifié les courants marins et atmosphériques qui enveloppent le Svalbard. Or, la fonte de la banquise et des glaciers, qui réfléchissent davantage le rayonnement solaire, a pour conséquence une plus grande absorption de chaleur par la



Excursion dans l'archipel du Svalbard avec des chiens de traîneau

Terre ou l'océan. D'où un effet d'emballage sur le thermomètre. Et une accélération du basculement naturel des glaciers dans les fjords. A l'image du Kronebreen, un autre glacier côtier du Spitzberg: son front a reculé d'un kilomètre en trois ans. Un record. Ce géant - 30 kilomètres de long, 4 kilomètres de large, entre 300 à 400 mètres d'épaisseur - a perdu 7% de sa surface en trente ans.

D'autres signes du réchauffement sont visibles partout au Svalbard. Des fjords ne gèlent plus l'hiver. La flore en été se diversifie.



De nouvelles espèces marines apparaissent: le cabillaud et le maquereau remontent jusqu'au Spitzberg; de nouvelles espèces de krill prospèrent, ce qui attire la baleine bleue, désormais visible au large de l'archipel dès juin et non plus seulement à la fin de l'été. «Les bouleversements déjà visibles au Svalbard préfigurent ce qui pourrait arriver dans les zones froides sur le continent européen», analyse Kim Holmen, directeur de recherche à l'Institut polaire norvégien dont une antenne scientifique est installée dans l'archipel.

Un aimant nommé «wilderness»

Outre les scientifiques, le Svalbard attire désormais les touristes. Quelque 100 000 visiteurs s'y sont rendus en 2015. Ils ne font pas ce long voyage pour la principale localité, Longyearbyen. L'été, cette ancienne cité de mineurs laisse une impression étrange. Des résidus de neige salie s'accrochent aux pentes brun gris de vastes montagnes tabulaires à l'allure avachie. Caillasse et toundra composent un paysage austère planté de vestiges industriels. L'exploitation du charbon qui a fait la réussite de Longyearbyen au siècle dernier est à l'agonie.

De juin à septembre, les visiteurs arrivant par avion ou par bateau viennent pour la nature sauvage et l'exotisme de la vie polaire. Des excursions en mer et sur terre les conduisent au milieu de nulle part, dans le décor brut d'une nature à la beauté sauvage. Fjords et glaciers, immensités silencieuses, lumières étranges, soleil de minuit l'été, obscurité permanente et froid intense l'hiver: la destination ne manque pas d'atouts insolites.

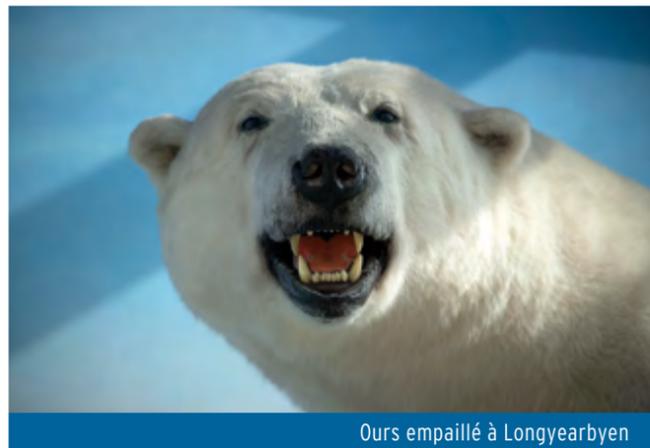
La majorité des visiteurs privilégie une croisière: l'occasion de voir des paysages côtiers étonnants et d'observer la faune en sécurité. Un public plus jeune et sportif recherche plutôt un parfum d'aventure. Trekkings à pied et en raquettes l'été; virées en moto-neige, sorties en traîneaux tirés par des chiens ou randonnées à peaux de phoque sont en tête de liste des loisirs dès la sortie de la longue nuit polaire.



Longyearbyen est la capitale administrative du Svalbard



Soleil de minuit sur le Svalbard



Ours empaillé à Longyearbyen

L'ours polaire est la star du Svalbard que tout visiteur rêve d'observer. Nombreux seront les déçus! Ils se contenteront de voir un ours empaillé à Longyearbyen, dans le hall de l'aéroport, au musée ou à leur hôtel. A la fin de l'hiver, il y a environ 3000 ours sur et autour de l'archipel, soit davantage que le nombre de résidents (environ 2400 sur l'île du Spitzberg). L'ours est plus difficile à voir l'été, période où il bouge davantage et colonise principalement la partie nord-est du Svalbard.

Discrétion requise

La Norvège, qui exerce une souveraineté limitée sur l'archipel depuis la signature d'un traité international en 1920, prend au sérieux sa responsabilité de préserver la nature. Le territoire du Svalbard, une fois et demi grand comme celui de la Suisse, compte sept parcs nationaux et vingt et une réserves naturelles. Ces territoires protégés couvrent 65% de toute la surface: ils constituent la réserve de *wilderness* qui aimante les touristes.

Partout, la discrétion est attendue des visiteurs. Les messages du gouverneur du Svalbard, placardés aux endroits passants de Longyearbyen, donnent le ton avec un mélange de bon sens et d'humour: «Ne laissez aucune trace durable de votre passage. Nous savons que c'est impossible d'être un touriste invisible, mais nous apprécions vos efforts dans ce sens.»

Des guides pour arpenter l'eden arctique

Hilde Marita Haraldsuik, 22 ans, est candidate au brevet de guide en milieu arctique. Nous avons marché ensemble autour de Longyearbyen la veille de ses examens finals. Elle confie ce qui la motive à guider les touristes au Svalbard: «Je marche au milieu de la toundra, dans la neige ou sur un glacier. Mon esprit vagabonde et je savoure la simplicité de l'instant. Il n'y a rien ou presque rien dans cet environnement hostile. Et, soudain, je découvre une fleur, je croise un renard polaire ou j'entends un oiseau chanter. Cette manifestation de la vie au milieu du rien est un cadeau d'une valeur inestimable, tellement plus grande que ce que je peux recevoir partout ailleurs où règne l'abondance.»



Hilde Marita Haraldsuik en compagnie d'un guide breveté

Le diplôme de guide arctique, décerné par l'Université norvégienne de Tromsø, récompense une formation théorique et pratique de deux ans. Le titulaire du brevet a suivi des cours approfondis en sciences de l'environnement (géologie, océanographie, climatologie), mais aussi en biologie (connaissances de la faune et de la flore), en économie touristique et en psychologie pour bien gérer les clients aux comportements parfois imprévisibles. La formation pratique enseigne aux candidats - 25 places par volée - les techniques de sécurité en montagne et celles de survie en milieu arctique.



Oula Niemelä, guide diplômé par l'Université norvégienne de Tromsø

Toujours armé d'un fusil

L'éventualité de croiser un ours au Svalbard oblige à progresser armé d'un fusil chargé dès que l'on quitte Longyearbyen. Le non-respect de cette règle est amendable. Le risque n'est pas théorique. Les accidents sont rares, mais ils frappent chaque fois les esprits. Comme quand un ours attaqua quatre jeunes Britanniques, en août 2011, près de Longyearbyen; un adolescent de 17 ans y laissa la vie.

Le climat changeant est l'autre difficulté majeure. Oula Niemelä, mon guide lors d'une excursion en raquettes, met en garde: «La météo change très vite. Les précipitations sont rares, mais le vent et le brouillard transforment une balade d'un jour sans difficultés en exercice de survie.»

Pour toutes ces raisons, le tourisme au Svalbard est encadré. «C'est simple, sans guide, vous ne verrez rien», avertit la préposée à l'Office du tourisme de Longyearbyen. En groupe ou en solitaire, le visiteur est obligé de recourir à quelques agences locales qui proposent une palette d'activités, toutes conduites par un guide.

L'ours polaire s'adapte et résiste

L'image montrant un ours polaire coincé sur un iceberg dérivant loin de la banquise est devenue une icône. La photo a sensibilisé le public au réchauffement climatique: privé de nourriture en raison de la fonte de la banquise, le seigneur de l'Arctique risque de mourir de faim; sa disparition serait programmée.

Des chercheurs de l'Institut polaire norvégien suivent depuis dix ans la population d'ours polaires dans la mer de Barents, Svalbard inclus. Leurs observations sont moins pessimistes. Certes, le réchauffement est un facteur de stress accru pour l'ours. Avec la banquise qui fond, l'espace vital du phoque rétrécit et c'est l'accès à la nourriture principale de l'ours qui se complique. Toutefois, a constaté le biologiste Magnus Andersen, l'ours est équipé pour s'adapter. Pour l'instant la population observée est «plutôt stable» et les pronostics à long terme sont «aléatoires», souligne le chercheur.

L'essor du tourisme est dénoncé par certains écologistes comme un facteur supplémentaire de stress. Parfois décrite comme une catastrophe, cette évolution n'inquiète pas trop Magnus Andersen: «Les règles strictes fixées au Svalbard pour que l'ours polaire y soit dérangé le moins possible sont respectées et elles ont fait leur preuve.» Son groupe est financé par le Ministère norvégien de l'environnement et du climat. Le dialogue avec le WWF et Greenpeace est constant: «Peut-être faudra-t-il fixer une fois des règles plus restrictives, mais ce jour n'est pas encore venu», analyse le scientifique.



*Illustration: collaborateurs Ricoh lors du projet forêt de montagne à Trient (VS), le 2 septembre 2016

Ricoh, en matière de protection de l'environnement, c'est du concret !

Ricoh a inscrit son développement dans une **démarche durable** avec la volonté de réduire l'impact environnemental.

Chaque année le groupe organise un mois de **Eco Action**. Tous les employés de Ricoh – environ 110 mille dans le monde – sont invités à s'engager dans des projets de développement durable.

Une cinquantaine de collaboratrices et collaborateurs de Ricoh Suisse contribue chaque année à la **préservation des forêts et pâturages de montagne***.

Chez Ricoh, la durabilité n'est pas une parole en l'air, mais un objectif à atteindre au quotidien.



Photos: 5 Element Production

Les skis de randonnée

Les skis Race Pur et Performance

Depuis l'apparition du rocker (cambure de la spatule et du talon) et l'emploi de carbone associé à des noyaux de bois léger, les skis de rando ont bien évolué. En dix ans, le shape (forme) et la largeur se sont tellement modifiés qu'il est parfois difficile de les distinguer des modèles plus alpins autrement que par le poids. Résultat, les skis de course ne sont plus des patinettes en descente et on ne monte plus avec deux enclumes à chaque pied dès lors qu'on veut envoyer un minimum en descente.

Alors: cap ou champ ABS, cambre classique, rocker ou double rocker, bois-bois, bois-fibre, bois-carbone, bois-fibre-carbone, titanal? Double rayon, triple rayons, rayon évolutif? Pas facile de faire le tri dans la forêt de choix que nous offrent les fabricants. Mais quel ski pour moi?

Choisir son ski, ce n'est pas choisir un catalogue de technologie ou de marketing, c'est répondre à une question simple et personnelle: «Quelle est, pour moi, la journée de ski parfaite?» La réponse permet de s'orienter vers une gamme et en fonction de son niveau, de ses attentes et, pour la plupart d'entre nous, de son budget, pour faire son choix.

On distingue trois gammes de skis de randonnée: le Race Pur et Performance, le Rando classique et le Rando freeride.

Les skis Race Pur et Performance

Ultralégers avec des poids oscillant entre 600 grammes et 700 grammes, les Race Pur s'adressent aux sportifs élitistes pour qui le chrono prime sur le reste. Ce sont le célèbre Fish-pro de Movement, le Trab Gara Aero de World Cup pour ne citer qu'eux. Tous ces modèles restent peu accessibles avec 68 mm au patin pour 160 cm (150 cm chez les dames).

Dans cette gamme, on distingue la plus grande évolution dans les modèles moins spécifiques Race: de 68 mm à 85 mm. Ici, l'utilisation du carbone a fait de petits miracles donnant naissance à des petits bijoux de technologie, réactifs et «pêchus» comme, par exemple, la nouvelle gamme Alp Tracks de Movement ou encore l'Ultimate d'Atomic. Ces skis nouvelle génération ont une skiabilité proche des skis de rando, dits classiques. Ils ont perdu, pour notre plus grand plaisir, l'effet dumping (vibration) propre au carbone, cause d'une skiabilité toute particulière, mais jamais très confortable.

Ce n'est pas dans cette gamme qu'on trouvera les skis le meilleur marché avec des prix qui oscillent entre 600 fr. et 1500 fr. Mais ne dit-on pas qu'il faut savoir faire des sacrifices pour atteindre ses objectifs?

Les skis Rando classique ou Touring, de 80 mm à 92 mm au patin

C'est le cœur des pratiquants de randonnée à skis ou le plaisir de la montagne est la valeur phare. On sort entre amis pour passer de belles journées. Les skis de rando dit classiques sont avant tout des skis efficaces en montée et en descente, avec des poids moyens variant de 1 kilo à 1,6 kilo. Pas trop lourds et avec une largeur de patin confortable, on garde de la réserve pour apprécier de jolies descentes. Ici, les prix sont essentiellement conditionnés par le facteur poids (soit le plus souvent l'utilisation du carbone ou non) et varient de 450 fr. à 1200 fr. pour les modèles les plus légers, comme le Dynafit Carbonio 88 qui mixte avec perfection poids et skiabilité.



Les skis Rando classiques ou Touring

La gamme Rando freeride

Ce sont les Fat skis avec 95 mm et plus sous le pied. Les amoureux de la descente, freeriders et consorts vont, ici, trouver leur bonheur. Pas de compromis, la descente, la descente et encore la descente! Attention cependant, là, les contraintes à la montée augmentent avec la largeur du ski: plus ils sont larges, plus les contraintes lors des traversées ou dans les pentes à fort dénivelé sont importantes, surtout pour les genoux (attention aux blessures!). Mais bon, tout cela n'est rien en contrepartie des descentes de rêve à Mach 12, loin des espaces freeride des domaines skiabiles. Pour les Rando freeride, comptez entre 500 fr. et 1000 fr. pour une paire et, contrairement aux autres catégories, ici, le prix ne dépend que de l'image de votre «favorit brand».



La gamme rando freeride

Celui ou celle qui, aujourd'hui, ne trouve pas son bonheur dans les skis de rando, eh bien, il peut faire du bob!

Plus sérieusement, il faut certes le bon ski, mais aussi que la bonne taille de ski soit, au niveau du front, pour ceux qui veulent du confort en conversion et dans le déclenchement du virage, à 5 cm de plus que votre taille si vous êtes un freerider émérite. On prend les skis en moyenne 5 cm à 10 cm plus longs qu'il y a 10 ans, du fait du rocker.

Gardez toujours en tête que vous ne pourrez apprécier pleinement les qualités de votre ski qu'en ayant une cohérence de choix entre skis, fixations et chaussures. Rien n'est moins logique qu'un ski light performant avec une fixation à plaque et de vieilles chaussures à faibles débattements. A bon entendre...

L'investissement pour un équipement complet de randonnée de ski, fixations, chaussures, peaux et set DVA restant considérable, il est important d'être bien conseillé pour acheter au plus près de ses besoins et de ses envies.

En panne ? →

Ne jetez pas ! ←

Faites réparer !

La Bonne Combine

**Electroménager – TV – HiFi
Informatique - Smartphone**

- Réparations toutes marques garanties
- Occasions révisées
- Appareils neufs

route de Renens 4 – 1008 Prilly – 021 624 64 74
www.laboncombine.ch



Début de la descente sur La Roche avec, au fond, Le Moléson

Traversée Chrüzflue-Cousimbert-Käsenberg (1633 m)

TEXTE: FRED LANG ET GEORGES SANGA – PHOTOS: FRED LANG

La région de la Singine (en allemand «Sense»), où se déroule la course à raquettes proposée, passe essentiellement sur la large crête entre la vallée sauvage de Plasselbschlund et le lac de la Gruyère. Il s'agit d'un itinéraire très varié et peut se faire avec les transports publics. Cette traversée, d'une distance non négligeable, relie les villages de Plasselb à La Roche, en évitant, à la descente, les pistes de ski de La Berra.

Cette contrée préalpine, proche des agglomérations, est équipée de remontées mécaniques de la station du lac Noir et de La Berra. Le nom de Plasselb est dérivé du latin «plana silva», signifiant «pleine forêt», en français. Du reste, le début de l'itinéraire passe dans la vaste zone forestière de Burgerwald. La Roche, lieu d'arrivée du parcours, est célèbre pour son tea room, certains faisant le déplacement depuis Genève pour savourer, là, de délicieuses pâtisseries. Bémol: comme l'arrivée est souvent tardive, le choix est moindre, peut-être qu'une réservation de millefeuilles, d'éclairs ou de religieuses serait possible...

D'ailleurs, la fromagerie n'est pas en reste, le gruyère ainsi que le vacherin fribourgeois ayant déjà obtenu plusieurs prix internationaux. A citer également, l'illustre Chœur d'hommes des Armaillis de La Roche, dirigé par Daniel Brodard. Impressionnant! Ces chants d'une grande pureté vont droit au cœur.

Du village de Plasselb, situé à 856 mètres d'altitude, se rendre dans la partie basse de ce dernier. Remonter la rive droite de la rivière Ärgera (Gérine) jusqu'au pont à 873 mètres d'altitude. Parfois, les raquettes peuvent être

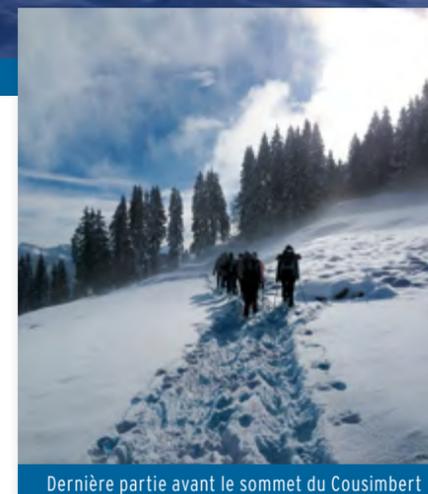


En montant, vue sur les Préalpes du Gantrisch

déjà utiles, si le sol est gelé. L'ambiance au bord de la rivière peut être assez féérique et plutôt froide. Traverser ce dernier et suivre sur la gauche quelque peu la route, puis bifurquer à droite vers les prairies de Gross Schwand (1043 m). Cette partie, un peu raide, se fait à travers les champs, puis continue dans la forêt par le sentier pédestre, obscur en hiver. Nous passons du soleil à la nuit... A 1120 mètres d'altitude environ, il ne faut pas rater la bifurcation à gauche. Un raidillon mène sur la ligne de crête, au point 1250. Des marches d'escalier, des passages plus ou moins raides et aériens doivent être franchis (WT3).



Début de la montée, avec le village de Plasselb

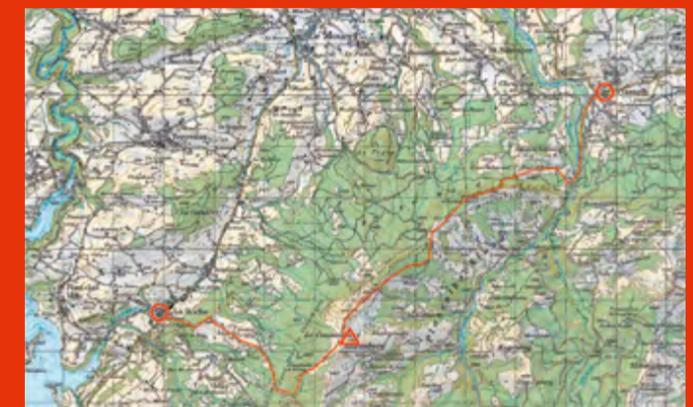


Dernière partie avant le sommet du Cousimbert

A se demander ce que nous faisons là, il fait beau partout ailleurs et nous voilà dans un monde noir et froid... La récompense sera au bout du tunnel. En effet, l'arrivée sur la crête permet de découvrir un merveilleux panorama et, ainsi, de retrouver la lumière! C'est le moment d'un repos bien mérité.

Poursuivre sur la crête en direction de la Chrüzflue (1263 m). De là, gagner «Le Crau» et suivre l'itinéraire balisé par la route qui mène au Cousimbert ou Käsenberg, 1633 mètres. Pour la descente, accéder au Cousimbert-à-Rémy (1518 m), puis rejoindre le sentier raquettes balisé ou bien errer de gauche à droite jusqu'à traverser un petit torrent, qui permet d'atteindre les larges clairières de Ramsera. Continuer en direction de Strublin (982 m). De cet endroit, un sentier à droite (désaffecté, peut-être interdit), permet de couper à travers les bois et rejoindre La Roche. Autrement, sur la gauche, emprunter le raide sentier, bien visible sur la carte nationale.

Variante de montée plus facile: du pont (873 m), suivre la route qui s'introduit dans le Plasselbschlund sur un kilomètre environ. Obliquer à droite vers Roggena et rejoindre ainsi, par les clairières, le P. 1250.



Fiche technique

- Accès:** train pour Fribourg. Bus des transports publics fribourgeois (TPF) jusqu'à Plasselb.
- Accès retour:** de La Roche, bus des transports publics fribourgeois pour Fribourg.
- Temps de marche:** montée de Plasselb au Cousimbert: 3 h. Descente du Cousimbert à La Roche: 2 h 30. Compter du temps supplémentaire s'il faut faire la trace.
- Cartes:** CN 1205 Rossens, 1206 Guggisberg, 2625 Rochers-de-Naye (verso de la carte).
- Ouvrages de référence:** Course en raquettes 1. De Montreux au lac de Thoune, Editions du CAS.
- Internet:** www.schwarzsee.ch / www.la-roche.ch / www.plasselb.ch
- Curiosité:** palais de glace sur la route du lac Noir.



Accès à nos cabanes

Et si on remplaçait les hélicoptères par des mulets?

L'idée n'est pas aussi saugrenue que cela, tant l'utilisation de l'hélicoptère devient abusive – à l'exclusion du transport de charges lourdes et des actions de secours en montagne. Depuis quelques années, la question s'est posée, dans tout l'Arc alpin, de savoir si nos braves mulets ne pourraient pas assumer, de nouveau, le transport régulier de charges légères et de personnes à mobilité réduite, et cela pour accéder à nos cabanes sans trop de nuisances pour l'homme et la faune alpine.

Le mulet, né de l'accouplement d'un âne et d'une jument, est connu depuis la plus haute antiquité et on retrouve sa trace en Mésopotamie, puis en Europe plusieurs siècles avant J.-C. C'est un animal sobre et endurant, de bonne volonté et qui a laissé un souvenir impérissable à tous ceux pour qui il est devenu un vrai compagnon de route, tant au civil qu'au service militaire (les anciens soldats du train vous le diront volontiers). C'est bien sûr un être vivant dont on doit s'occuper, qu'il faut nourrir et soigner même quand il ne travaille pas et pour lequel il faut des aires et des locaux de repos tant en plaine que dans les abords des cabanes, demandant un engagement constant de la part des gardiens, en plus de leurs charges habituelles – qui sont nombreuses. Et c'est là que le bât blesse, c'est le cas de le dire.

L'hélicoptère est, quant à lui, certes beaucoup plus rapide, transporte à lui tout seul la charge de 17 mulets et dispose d'une puissance jusqu'à 540 fois supérieure! Il fait, en effet, en moins de cinq minutes, le trajet que ferait un mulet en 45 minutes, mais il utilise deux fois plus d'énergie par kilo de fret. Ce qui est plus grave encore, c'est que l'hélicoptère accapare une source d'énergie non renouvelable qu'il consomme goulûment (environ 150 litres à l'heure).

Nos amis français de l'Arc alpin ont introduit, dans les chartes environnementales de leurs refuges, une réflexion pour diminuer le nombre des rotations d'hélicoptères et ont entamé une étude tant technique que financière pour le remplacer autant que possible par le mulet. Nous en attendons avec intérêt leurs conclusions.

Le CAS a également étudié ce problème tant sont nombreux les clubistes à se plaindre de ce moyen de transport et de l'augmentation des places d'atterrissage en milieu alpin, comme le souligne Dick Schlatter, du CAS de Zurich, section Uto (*lire article dans la «NZZ» du 11.12.2015 «Tiere statt Helikopter»*). Un projet était en effet né concernant trois cabanes de la Göschenalp et en particulier la Voralphütte. Les problèmes à résoudre se sont avérés si nombreux qu'ils ont malheureusement obligé les initiants à renoncer momentanément à ce projet pilote, en particulier à cause de l'opposition des gardiens (*lire «Les Alpes», mai 2016, «Projet muletier avorté»*).

Les hélicoptères ne devraient, finalement, être utilisés que pour des transports qu'un simple mulet n'est pas capable d'accomplir et où la rapidité est essentielle (charges lourdes, secours en montagne). Pour tous les autres cas, et cela est valable pour la plupart des cabanes, l'utilisation du mulet semble une alternative crédible et, surtout, conforme aux convictions environnementales qui sont les nôtres. Alors, ne perdons pas courage et continuons, même si c'est difficile, de réfléchir à tous les niveaux à cette opportunité de rendre nos courses en montagne encore plus belles et plus sympathiques.

Jean-Marc Mermoud, avec la collaboration des membres de la Commission environnement



Francis Vermot-Petit-Outhenin: un bricoleur montagnard qui fourmille d'idées

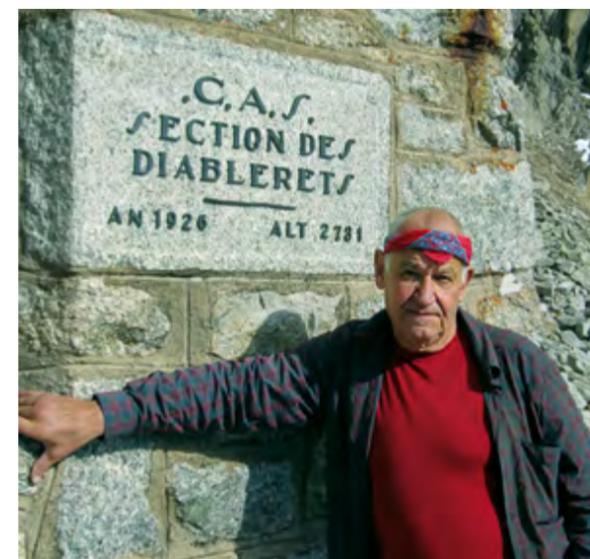
TEXTE REBECCA MOSIMANN

Depuis plus de quarante ans, le préposé de la cabane A Neuve s'est investi dans toutes les activités sociales qu'a comptées la section des Diablerets.

Certains l'appellent encore «Pierrot», du nom de la compagnie de glaces pour laquelle il a travaillé plus de 20 ans. D'autres se souviennent de lui, déguisé en Père Noël atypique à la fête de fin d'année de la section, sa hotte remplie de cadeaux personnalisés qu'il passait des heures à bricoler. Ses «œuvres» les plus insolites font d'ailleurs partie des archives du club. Francis Vermot-Petit-Outhenin, 71 ans, a marqué de son empreinte et de son énergie débordante le local de la section et de nombreuses cabanes où il a passé «des moments mémorables.» Avant d'ajouter: «J'y ai tissé des amitiés d'une vie. Je suis certainement plus connu pour toutes ces activités sociales que pour mes exploits de montagnard», lâche-t-il dans un éclat de rire, en regardant, du coin de l'œil, son épouse Christiane, ancienne secrétaire de la section et aujourd'hui membre de la Commission des cabanes.

Francis a grandi dans le Jura français à deux pas de la frontière. Toute son enfance, il emprunte son fameux «sentier de l'école», trois kilomètres qui se terminent avec une montée à pic de 300 mètres. «J'y ai récemment emmené des copains du club. Ils ont enfin compris d'où je tenais ma forme physique», plaisante-t-il. Avant-dernier d'une famille de dix, il est d'abord appelé à devenir curé. Il quitte le petit séminaire au bout de deux ans, se forme aux métiers du bois dans un lycée technique, travaille à l'usine avant de s'enrôler dans la Marine nationale française et d'embarquer sur le porte-hélicoptères *Jeanne d'Arc* pendant 16 mois. Ce touche-à-tout finit par atterrir à Lausanne où il retrouve Christiane, un ancien flirt d'adolescence, qu'il épouse en 1970.

S'il craint l'eau malgré ses mois passés sur la mer, il garde le pied sûr en montagne et en ski de rando qu'il découvre en rejoignant, à 25 ans, le Groupe des skieurs (GSD), qui faisait partie, à l'époque, de la section des Diablerets. «C'est là que j'ai appris à skier. Je suivais les cours chaque année, notamment avec celui qui allait devenir mon maître à penser, Samy Massy, aujourd'hui décédé», se souvient-il. Le couple transmet sa passion des cimes à leurs deux fils et, désormais, à leurs quatre petits-enfants. Chaque année à Pâques, la famille et un noyau de fidèles amis du club passaient quelques jours à la cabane Barraud à gravir les sommets de la région.



Tour à tour membre du comité du GSD, puis responsable des courses, Francis s'investit dans l'organisation de nombreux événements, du bal des skieurs au concours de ski des enfants lors de la Journée des familles. «A l'époque, le local était plein, le vendredi soir. Il nous arrivait de discuter jusqu'à minuit sachant qu'on avait une course le lendemain. Les bénévoles étaient nombreux. On trouvait toujours quelqu'un pour donner un coup de main», se souvient-il. Sans insister sur le «c'était mieux avant», il garde toujours pour le club un lien profond. A sa retraite, il est devenu préposé à la cabane l'A Neuve, un mandat qu'il termine à la fin de l'année. Attaché à «ce petit bijou perché sur un nid d'aigle», il a pris soin pendant huit ans de son ouverture, de sa fermeture et de toute la gestion des aspects techniques. «Il faut être manuel et savoir réagir vite», explique-t-il, fraîchement redescendu du Camping de La Fouly, à quelques heures de marche de la cabane, où lui et Christiane ont passé une bonne partie de l'été. «Plus je vieillis, plus j'ai la forme, lance joyeusement le retraité très actif également dans la compagnie de théâtre de la vallée de Joux, le Clédar. □



Les Lofoten vu depuis Tindstinden

Cette série de clichés a été prise lors de notre voyage en Norvège, en juillet 2015, ayant comme but les îles Lofoten. Quasi 9500 kilomètres, aller-retour, au volant de notre bus VW, en partance de Payerne, nous ont conduits à travers de somptueux paysages du nord de notre continent. Là-haut, la nature est omniprésente et la faune qui peuple ces grands espaces nous ont réservé de bien belles surprises. Dans de telles conditions, il ne nous était pas difficile de ramener un large «Portfolio». Pour vous.

Voir aussi: www.westbynorthwest.ch

Pauline Merminod-Williams, sous-section de Payerne



Marche matinale pour atteindre le Preikestolen



Une belle surprise au bord de la route proche du cercle polaire



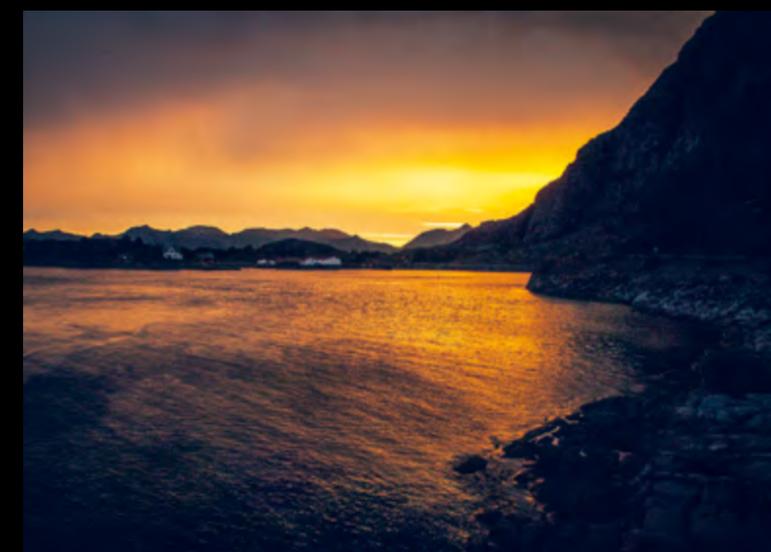
Eglise en bois debout, à Lom, dans le Sognefjord



Village de Å aux Lofoten



Tangstad aux Lofoten



Coucher de soleil et lever de lune sur Henningsvær



Alcool et pratique de la montagne

La consommation d'alcool en altitude, en cabane le soir avant une ascension par exemple, est souvent importante (vins rouge et blanc, alcool fort). Cette consommation correspond à un besoin de convivialité et d'un anxiolytique pour des personnes soucieuses des dangers de la course du lendemain...

Quels sont les inconvénients de cette utilisation même ponctuelle (on ne parle pas, ici, des consommations chroniques liées à une dépendance)?

- L'alcool est un psychotrope puissant, euphorisant modifiant profondément notre comportement par rapport au danger et provoquant une sous-estimation des risques.
- La modification de la coordination est importante et les maladroites consécutives à la prise d'alcool sont bien connues.
- La vasodilatation des vaisseaux de la peau va augmenter la déperdition de chaleur et favoriser l'hypothermie lors de l'exposition au froid (l'alcoolique imbibé qui s'endort dans le froid et la neige a bien des chances de ne pas se réveiller...).
- La modification des mécanismes d'adaptation de notre organisme à l'altitude va favoriser l'apparition du mal des montagnes (= œdème cérébral avec céphalées et vomissements) et également les hypoglycémies.
- L'alcool a un effet diurétique et provoque paradoxalement une déshydratation qui va diminuer la tolérance à l'effort.
- La toxicité de l'alcool sur les muscles va également diminuer les performances musculaires.

Ces manifestations existent déjà à partir d'un taux de 0,3 pour mille d'alcool sanguin et deviennent patentes dès 0,6.

L'élimination de l'alcool dans le sang se fait par le foie à la vitesse constante de 1 g d'alcool par kilo de poids corporel et par heure et n'est pas modifiée par l'effort physique ni par un sauna. Donc une prise importante d'alcool, le soir, laissera des traces importantes encore le lendemain matin...

La consommation d'alcool diminue fortement les performances de l'organisme en montagne et provoque un risque important de blessure, voire d'une maladroite mortelle. Donc, comme pour la conduite d'un véhicule à moteur («boire ou conduire, il faut choisir»), il faut faire les bons choix en montagne en fonction des contraintes prévues le jour même mais également le lendemain!

Bonne fin de saison et à bientôt. Amicalement.

D' Bobo, CAS des Diablerets

Publicité

CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE
MÉDECINE DU SPORT
MÉDECINE PHYSIQUE ET RÉADAPTATION
RADIOLOGIE OSTÉO-ARTICULAIRE

WWW.MEDICOL.CH
WWW.HIRSLANDEN.CH/LAUSANNE



MEDICOL | **HIRSLANDEN**
CLINIQUE BOIS-CERF

CENTRE ORTHOPÉDIQUE LAUSANNE



LA VIE DU CLUB



Infos		Les rapports de courses	
Agenda – soirée des bénévoles		Combin-de-Corbassière (3716 m)	24
Assemblée générale d'automne	20	Pointe-du-Crêt, Rochers-du-Bouc	26
Cours à skis 2017	21	Brunegghorn - voie normale	28
Nouveaux membres - Décès	22	Tour des Muverans	30
Sous-sections	23	Ilhorn - en boucle depuis Chandolin	32
		Cabane Prarochet - depuis le col du Sanetch	34

AGENDA NOVEMBRE - DÉCEMBRE 2016

Mercredi 9 novembre à 19 h 30

Soirée de réception des nouveaux membres

Jeudi 10 novembre à 19 h 00

Séance d'information pour candidats chefs de course

Samedi 12 novembre à 19 h 00 ▼

Soirée des bénévoles → lire encadré

Samedi 19 novembre à 18 h 00

Soirée de clôture AJ

Mercredi 26 novembre à 20 h 00 ►

Assemblée générale d'automne → lire ordre du jour

Samedi 3 décembre à 14 h 00

Fête de Noël des Jeudistes

Vendredi 16 décembre à 19 h 00

Soirée conviviale de Noël - Souper canadien



Idee cadeau pour Noël: le calendrier Rambert 2017, au prix de 20 fr. En vente à la bibliothèque et au secrétariat.



Que tu sois membre du comité, membre d'une commission ou d'un groupe, chef ou cheffe de course, adjoint, préposé ou bénévoles!

Viens passer une sympathique soirée et partager le repas convivial que la section offre à tous ses indispensables bénévoles!

Samedi 12 novembre, à 19h, à la Grande salle de la rue Beau-Séjour.

Il suffit de t'inscrire sur Go2top, avec ou sans accompagnant, jusqu'au 6 novembre.

Assemblée générale d'automne

Convocation à l'assemblée générale d'automne du 30 novembre 2016



Ordre du jour

1. Accueil – désignation des scrutateurs – adoption de l'ordre du jour (informatif et décisionnel)
2. Adoption du procès-verbal de l'assemblée générale du 27 avril 2016 (décisionnel)
3. Communications diverses du comité (informatif)
4. Informations et présentation des sous-sections, des commissions et des groupes (informatif)
5. Présentation et adoption du budget 2017 (décisionnel)
6. Election au scrutin de liste des comités des commissions (décisionnel)
7. Election du président et du comité (décisionnel)
8. Propositions et élections de nouveaux membres d'honneur 2017
9. Divers et propositions individuelles (informatif)

Tous les documents concernant cette assemblée générale d'automne, notamment le budget, sont à disposition au secrétariat et sur le site www.cas-diablerets.ch/vie-du-club.htm

A la suite de la partie officielle:

Exposé de Nicolas Bossard: un parcours himalayien

Séance d'information pour candidats chefs de course

Si vous pratiquez régulièrement des activités en montagne (randonnée à pied ou à skis, alpinisme, raquettes, escalade...) et avez envie de partager votre passion avec d'autres membres de notre section, le **jeudi 10 novembre, à 19 heures**, venez à la soirée d'information pour candidats chefs de course.

Pendant la séance, qui aura lieu dans la petite salle (rue Beau-Séjour à Lausanne) nous aborderons des thèmes comme les formations proposées par le club, les droits et devoirs d'un chef de course, les activités dont les chefs de course de la section peuvent bénéficier, et tant d'autres encore. La séance sera suivie d'un apéritif.

La qualité et la richesse des activités proposées par notre section dépendent de l'engagement de ses chefs de course. Vous aussi, vous pouvez aider à rendre cette offre encore plus complète. Donc, venez nombreux!

La Commission d'alpinisme



Pour cet hiver, des nouveautés bien pratiques pour votre logiciel favori.

Entre autres:

- Meilleure visibilité des caractéristiques d'une course
- Récupération automatique du mot de passe
- Davantage de flexibilité pour l'inscription aux activités

Toutes les explications dans la prochaine Newsletter: ne manquez pas de la lire attentivement!

A très bientôt.

L'équipe Go2top.

Photo: freres remy ©Claude Rémy



En compagnie de Boris Girardin au milieu

Claude et Yves Remy remportent l'«Albert Mountain Award»

Claude Remy (1953) et son frère Yves (1956), tous les deux nés à Lausanne, viennent de voir leurs carrières récompensées avec le Prix Albert Mountain. Les frères Remy sont des grimpeurs réputés, qui ont commencé à ouvrir des voies d'escalade dès 1970. Depuis, ils ont rendu accessibles aux autres grimpeurs quelque 15 000 longueurs de corde sur des nouvelles voies qu'ils ont été les premiers à franchir avant de les équiper. Avec un sens légendaire pour tracer des lignes dans le rocher et une remarquable passion pour leur sport, les frères Remy ont toujours avancé en pionniers de l'escalade. Au fil des années, ils se sont imposés en ambassadeurs de la grimpe. Grimsel, Salbit, Schlossberg, Wendenstöcke, Engstlenalp, vallée de Fiesch, Sanetsch, Argentine ou Verdon sont autant de terrains qui portent leur signature. Auteurs de nombreux guides et topos, ils ont largement contribué à rendre l'escalade populaire. Le Prix Albert Mountain - attribué en l'honneur du roi des Belges Albert I^{er} (1875-1934), un alpiniste émérite - récompense ceux qui ont apporté une contribution importante à la préservation de la montagne en tant que patrimoine de notre monde. Cinquante personnes et institutions l'ont à ce jour obtenu.

COURS À SKIS 2017

Le comité d'organisation (Bertrand Sieber, président, et Yvan Péguiron, caissier) a le plaisir de vous présenter le programme de cet hiver.

Dimanches 15, 22, 29 janvier et 5 février 2017
Réserve: 12 février



Ces cours sont destinés à toute personne de 6 à 99 ans désireux perfectionner son niveau de ski, particulièrement en neige non préparée, seule ou en famille.

Lieux: par défaut, Portes du Soleil, selon enneigement.

Niveaux de ski, choix des lieux, etc.: www.druba.ch

Équipement: DVA, pelle et sonde obligatoires pour tous les participants qui sortent des pistes.

Covoiturage:

Si vous avez une ou plusieurs places à offrir, prière d'indiquer votre n° de téléphone lors de l'inscription, afin de vous joindre. Il sera affiché sur le site avec votre prénom + domicile.

Tarifs pour les quatre dimanches avec abonnement de ski pour les quatre cours (déplacements et repas non compris)

	Actifs CAS	Invités CAS
Adultes (dès 18 ans révolus)	320 fr.	370 fr.
Jeunes de 16 à 18 ans	280 fr.	320 fr.
Enfants de 6 à 15 ans: dont un des parents participe au cours	150 fr.	
dont un des parents ne participe pas au cours	185 fr.	

Délai d'inscription: 23.12.2016 (date de réception)

Inscriptions: par paiement électronique (poste/banque)
Club Alpin Suisse, Section des Diablerets, cours de ski
CP 10-11105-4 / IBAN CH15 0900 0000 1001 1105 4

En indiquant les nom, prénom, niveau de ski, catégorie (adultes-enfants-adolescents), n° de membre CAS obligatoire pour réduction, année de naissance jusqu'à 18 ans (1999) du ou des participants + n° téléphone pour covoiturage* (facultatif).

Ou par bulletin de versement

A demander au Secrétariat du CAS par courriel ou par téléphone. Idem pour le programme des cours.

Le paiement fait office d'inscription. Aucune confirmation de paiement n'est envoyée. Inscriptions limitées.

Rappel: remboursement encore possible suite à l'annulation du 4^e dimanche en 2016. Voir site druba.ch

Nouveaux membres

SECTION LAUSANNOISE

I	Alvares	Elodie	Belmont-sur-Lausanne
I	Backes	Claudine	Penthalaz
I	Bonis	Isabelle	Lausanne
I	Bossel	Yann	Orbe
J	Cotton	Aurèle	Savigny
F	de Kalbermatten	Romaine	Dully
I	Dichy	Benjamin	La Conversion
I	Ducommun	Sandra	Cheseaux
I	Fairfax	Abigail	Jongny
I	Fassnacht	Thomas	Lausanne
I	Fracheboud	Héloïse	Confignon
I	Friend	Benjamin	Morlens
I	Genoud Katz	Claire	Paudex
I	Goy	Baptiste	Sainte-Croix
F	Grau	Etienne	Lausanne
F	Grau	Pierre-Frédéric	Lausanne
F	Grau Cherpillod	Anne	Lausanne
I	Grindroz	Sandra	Dompiere
I	Hache	Benjamin	Lonay
I	Jenny	Thomas	Lausanne
F	Jonas	Isabelle	Lausanne 26
F	Jonas	Stanislav	Lausanne 26
F	Jonas	Kim	Lausanne 26
I	Kosch	Alexandra	Brent
I	Krieger	Jenny	Lausanne
I	Lanier	Romain	Londres
F	Laroque	Gaëlle	Lausanne
I	Leonardi	Matteo	Pully
I	Luoni	Cornelia	Lausanne
F	Magnin	Arnaud	Cully
I	Makela	Sylvie	Lausanne
F	Mast	Pascal	Dully
F	Melillo	Alessandro	Mont-sur-Rolle
F	Melillo	Esterina	Mont-sur-Rolle
J	Melillo	Andrea	Mont-sur-Rolle
J	Melillo	Serena	Mont-sur-Rolle
I	Nguyen	Khoa	Chavannes-près-Renens
I	Nuez	Teresa	Pully
I	Palla	Eleni	Lausanne
I	Pfeiffer	Evelyne	La Conversion
F	Pilet	Emilie	Epalinges
I	Poulsen	Mikkel	Lutry
I	Rozier	Manon	Lausanne
I	Scalea	Sandra	Lausanne
I	Schnepp	Anna	Lausanne
I	Schombourg	Karin	La Conversion
I	Stouder	Guillaue	Cheseaux
F	Tinner	Jean-Yves	Lausanne
F	Tinner	Mia	Lausanne
F	Tinner	Sam	Lausanne
F	Turpin	Samuel	Lausanne
I	Viani	Francesco	Belmont-sur-Lausanne
I	Vivero Andrade	Sebastian	Lausanne
I	Werenne	Olivier	Londres
F	Zuppello	Eleonora	Epalinges

Catégorie: I = Individuel / F = Famille / J = Jeunesse

SOUS-SECTION DE CHÂTEAU-D'ŒX

I	Crivelli	Pierre	Novazzano
I	Pilet	Christine	Rossinière

SOUS-SECTION DE MORGES

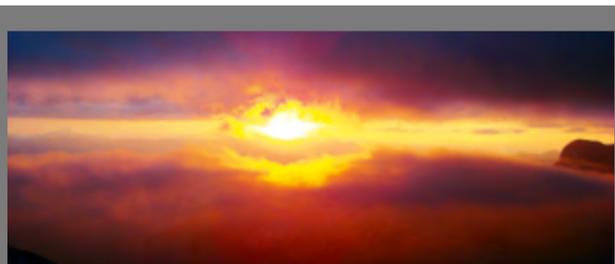
I	Charrière	Anne-Lise	Morges
F	Stoll	Pauline	Saint-Livres
F	Traisnel	Mathieu	Saint-Livres

SOUS-SECTION DE PAYERNE

I	Magnin	Olivier	Payerne
I	Pilet	Nicolas	Missy
I	Pista	Hajnalka Kinga	Treytorrens

SOUS-SECTION DE VALLORBE

J	Pascale	Romain	Croy
---	---------	--------	------



Avec tristesse, nous avons appris le décès de:

- ▶ **Marie Noble**
décédée en montagne, membre depuis 2011
- ▶ **Pierre Schick**,
membre depuis 1955 et membre d'honneur
- ▶ **Pierre Vaney**
membre depuis 1946 - membre d'honneur du CAS Diablerets et du CAS central
- ▶ **Etienne Wurgler**
membre depuis 1978 et membre d'honneur

A leur famille et à leurs proches, nous présentons nos sincères condoléances.

GRAF - toiture SA

VOTRE FERBLANTIER-COUVREUR

Le spécialiste des toitures

www.graf-toiture.ch

Maitrise fédérale et brevet fédéral

Bureau et atelier :

Rue du village 29 - 1081 Montpreveyres

Tél : 021 903 21 34 - Fax : 021 903 43 35

Email : info@graf-toiture.ch

Château-d'Œx

Nous rappelons à tous nos membres notre assemblée générale du **samedi 5 novembre 2016**. Il est encore temps de s'inscrire auprès de Xavier Ecoffey au 079 698 51 02.

Prochaines activités

Mercredi 9 novembre Les Marcheurs
Samedi 10 décembre Fête de Noël petits et grands

Morges

Rappel convocation

Mardi 31 janvier: assemblée, à 19 h 30, au Restaurant du Tennis à Morges (chemin du Petit-Bois, Parc des sports, 1110 Morges). Elle sera suivie par un souper.

Les jubilaires seront invités à cette assemblée et nous présentons les nouveaux membres. Pour le repas après l'assemblée, inscriptions obligatoires avant le 24 janvier auprès d'Elisabeth Regamey (courriel: elisabeth.regamey@peinturedeco.ch ou téléphone au 021 800 48 87).

Nouveau chef de course

Toutes nos félicitations de la part du Club à Oscar Stoll pour sa réussite au cours de chef de course été 1. Nous sommes très heureux d'avoir un nouveau chef de course et te souhaitons beaucoup de plaisir dans cette nouvelle fonction.

Carnet rose

Bienvenue à la petite Jeanne et félicitations aux heureux parents, Charlotte Maisonneuve et Thomas Serra. Bonne continuation et beaucoup de joie à toute la famille.

Vœux

Le prochain *Passion Montagne* sortant après les Fêtes, le comité vous souhaite d'ores et déjà de bonnes fêtes de fin d'année et vous présente ses meilleurs vœux pour 2017.

Payerne

Mur d'escalade de Payerne

Une quinzaine de soirées sont programmées sur notre mur d'escalade à la Halle des fêtes. Ces séances, qui sont ouvertes aux débutants, aux avancés et aux «cracks», auront lieu, en fonction de la disponibilité de la salle et des responsables, les mercredis de novembre à avril, dès 18 h 30. Pas d'inscriptions. Possibilité d'emprunter du matériel sur place.

Prochaines dates:

- 23 et 30 novembre
- décembre à avril: voir programme des courses envoyé à la mi-novembre.

Pour les jeunes, des mercredis après-midi sont prévus. Les dates figureront dans le programme des courses.

Soirée de Noël

Petits et grands, venez le **vendredi 9 décembre** partager la traditionnelle fondue, suivie de la visite du Père Noël. L'invitation, avec les détails, vous parviendra à la mi-novembre.

Carnet rose

Nous souhaitons la bienvenue à Gaïa, née le 3 septembre 2016, dans la famille de Caterina Matasci et de Laurent Margairaz. A eux, tous nos vœux de bonheur!

Bonnet
électricité SA

Installations électriques et télématiques

Installateur électricien diplômé
Membre de la section

Ch. J. Pavillard 2
1009 Pully
Tél. 021 729 78 88
Fax 021 729 82 95
info@bonnet-electricite.ch

A production by Moving Adventures Medien

MAMMUT/GORE-TEX

EUROPEAN OUTDOOR FILM TOUR 16/17

LAUSANNE
24.11.2016
LE CAPITOLE, 19H00

Billet prévente : Yosemite
www.lausanne.yosemite.ch, Tel +41 21 6173100
prélocation: CHF 22 | sur place: CHF 26

YOSEMITE

TOUTES LES INFOS SUR LE PROGRAMME ET PLUS DE DATES SUR
WWW.MEILLEURDELAVENTURE.FR

LES RAPPORTS



Vue du sommet

COMBIN-DE-CORBASSIÈRE (3716 M) - ARÊTE S

• 2 - 3 juillet 2016 • Chef de course: François Feihl

Alt. 3716 m - Déniv. 1100 m - Durée 2 jours/10 h - Difficulté PD

Le rendez-vous avait été fixé à la gare de Lausanne, le samedi, à 10 heures. Nous avons en effet décidé d'atteindre la cabane FXB ou de Panossière par le chemin le plus court, soit depuis la cabane Marcel Brunet, à 2103 mètres d'altitude. Ainsi, le dénivelé sur la carte n'était, pour la journée, que de +538. L'idée était de ne pas faire une journée trop longue ni trop difficile en prévision de la journée de dimanche qui, elle, s'annonçait relativement chargée.

Au départ de la cabane Brunet, le soleil était au rendez-vous, puis le temps s'est dégradé. Grisaille et légère bruine nous ont accompagnés tout au long de la marche. De la cabane, nous avons suivi le sentier qui passe par le lieu-dit Odxiet et, au lieu de prendre une première passerelle sur la gauche du sentier, nous avons continué tout droit pour atteindre une sorte de replat appelé «Rionde» que nous avons traversé, grosso modo, d'ouest en est pour atteindre le col des Avouillons, à 2649 mètres. Un peu avant d'atteindre le col, nous avons traversé un névé, la neige était molle et, par endroits, nous nous enfoncions jusqu'aux genoux.

Depuis le col, on pouvait voir la cabane FXB légèrement en contre-bas, de l'autre côté du glacier de Corbassière. Du col, nous avons glissé sur un autre névé jusqu'au sentier environ 200 mètres plus bas et tiré sur la gauche pour aller prendre la passerelle qui nous permettait d'enjamber le bas du glacier sans trop de difficultés. Dernier coup de collier à donner pour atteindre la cabane: un sentier sinueux, assez pentu. Et nous sommes arrivés à la cabane une petite heure avant la pluie qui allait tomber durant une grande partie de la nuit.



En montant vers le col



La descente dans la neige molle



La passerelle au bas du glacier de Corbassière



Un peu avant Brunet et la fin de la course

Arrivés à la cabane, François et Robert, nous ont fait répéter quelques rudiments relatifs aux cordées, aux différents nœuds et aux bons gestes à avoir dans le cas d'une chute dans une crevasse.

Au matin, le ciel était dégagé, mais la température très douce, puisqu'il faisait 5 degrés. Après un petit-déjeuner aux environs de 4 heures 30, nous étions prêts à partir. Le lever du jour sur le Grand-Combin était magnifique. De la cabane, nous sommes descendus en quelques enjambées sur le glacier où nous nous sommes équipés de nos crampons et nous nous sommes encordés, deux fois quatre. A 5 heures 30, nous entamons la longue approche de l'arrête S du Combin-de-Corbassière.

Nous avons traversé le glacier afin de le remonter par son côté gauche. Il y avait encore bien de la neige, mais déjà plutôt molle, ce qui rendait la marche par endroits laborieuse. Un peu avant la courbe de 3000 mètres, nous avons bifurqué sur la droite et quitté la langue du glacier de Corbassière pour arriver sur un plateau, quelque 60 mètres plus haut. Nous avons ensuite piqué direction nord, traversé une zone de rochers déneigés et sommes arrivés sur un nouveau plateau que nous avons monté direction nord-ouest jusqu'à un col, à 3402 mètres, qui était aussi le départ de l'arrête pour le Combin-de-Corbassière. Il était 9 heures 50 quand, finalement, une seule cordée de six attaqua le sommet, objectif du jour. En effet, une participante s'est décidée de ne pas s'y engager et, avec l'adjoint (merci Robert!), a rebroussé chemin. Rendez-vous a alors été donné à la cabane Brunet.

Le reste du groupe poursuivra sur l'arrête. Nous avançons tous de concert dans ce rocher solide, facile et ludique. Au sommet, spectacle inoubliable qui porte du Mont-Blanc aux Alpes valaisannes. Puis, il a fallu penser au retour. Face ouest zéro problème, puis descente sur le glacier de Corbassière par

la pente bien exposée au sud. Le soleil avait déjà bien tapé, neige super molle. Le groupe se montrera inventif: il est beaucoup plus facile, dans ces conditions, de «routcher» sur son arrière-train, en retenant avec les pieds, charge au chef de course de surveiller que la corde reste tendue dans ces conditions... Heureusement, et il y avait une excellente trace qui nous a conduits, en contournant l'arrête sud, sur la zone en glace vive sous la cabane FXB. Nous continuerons de suivre la rive droite du glacier, jusqu'au pont. Heureux de retrouver la verdure et les fleurs à foison sur le chemin conduisant à Brunet, dans cette belle lumière de fin d'après-midi où nous retrouverons nos deux amis à la cabane.

Une journée que tous ont appréciée!

Dominique et François

Cave de la Crausaz Féchy



Féchy AOC La Côte
CHF 7.50

la bouteille de 70 cl.

prise à la cave

(+ CHF 0.40 verre repris)

Magasin ouvert du lundi au samedi

Chemin de la Crausaz 3 - Féchy

021 808 53 54 - www.cavedelacrausaz.ch

LES RAPPORTS



Le vallon des Ecoulaies avec, au fond, le glacier du même nom.
A l'horizon (à gauche): la Pointe-du-Crêt

POINTE-DU-CRÊT, ROCHERS-DU-BOUC - EN CIRCUIT

• 8 - 10 juillet 2016 • Chef de course: Jean-Marc Suter

Alt. 3322 m - Déniv. 750 m - Durée 2 jours/6 h - Difficulté F

Cette course très variée a soulevé l'enthousiasme des participants. Répartie sur deux jours et demi, elle nous a permis de jouir pleinement de la nature, du paysage et des surprises rencontrées, dont, par exemple, un accouplement de bouquetins... Comme la température ambiante était plus qu'estivale, chacun de nous a sué, tout au long de la montée, même sans forcer l'allure. Heureusement qu'il y avait de la neige près de l'Igloo pour nous permettre de nous désaltérer avec une bonne soupe.



L'Igloo des Pantalons-Blancs, vu du sud, avec les Rochers-du-Bouc (longue arête, à droite)



Traversée du névé en pente



Dimanche matin à l'Igloo, avant la descente par les Rochers-du-Bouc



Coucher de soleil à l'Igloo des Pantalons-Blancs



Ambiance mythique à la tombée de la nuit



Le lac des Dix et l'alpage de La Barma

Nous avons rencontré successivement les terrains suivants: des pâturages alpins, des moraines, des névés, un glacier, une arête de gros blocs, quelques rochers bien polis par l'ancien glacier, des rochers de schistes traversés grâce à des chaînes, de nombreux gros névés qui nous ont barré le passage et forcés de faire un rappel et une traversée en terrain exposé, plusieurs arêtes de neige, enfin une sente alpine. La diversité du terrain nous a permis de nous exercer à plusieurs techniques, ce qui était excellent après le cours d'initiation à l'alpinisme de la section.

Vu les obstacles rencontrés, la course a duré samedi et dimanche nettement plus longtemps que prévu. Nous avons placé la sécurité au premier plan; nous avons le temps. Nous avons formé trois cordées, sauf sur le glacier.

Un grand merci à Vicenta et à Philip, tous les deux chefs de course expérimentés, de leur soutien fort apprécié, tout au long de la course.



Sur l'arête de la Pointe-du-Crêt

LES RAPPORTS



Bassin du barrage de Turtmann



Ascension du Brunegghorn



Summit team

BRUNEGGHORN - VOIE NORMALE

• 13 - 14 août 2016 • Chef de course: Renzo Restori

Alt. 3833 m - Déniv. 1320 m - Durée 2 jours/ 9 h - Difficulté PD

Jolie course de deux jours sur un week-end ensoleillé.

Le premier jour, une partie du groupe désireuse d'amortir au mieux le déplacement, est partie tôt le matin de Lausanne pour grimper aux alentours de la cabane de Tourtemagne. Le reste du groupe est parti plus tard. Tout le monde s'est retrouvé, le soir, à la cabane pour le souper. Après le repas, test de grimpe en grosses sur un bloc de 2 mètres 50 de haut pour vérifier si le groupe du matin avait bien amorti le déplacement: positif!

Le deuxième jour, lever aux aurores pour atteindre le sommet du Brunegghorn sans difficultés, aux alentours de midi. Mais, comme dit une vieille rengaine: «Mon Dieu que c'est long!»... avant d'arriver au pied des dernières pentes où, enfin, cela ressemble à de l'alpinisme. Température clémente et vent calme nous ont permis de manger au sommet. Tout aussi longue sera la descente pour retourner à la cabane. Longue pause rafraîchissements à la cabane et, heureusement, moins longue, sera la descente pour rejoindre nos véhicules. Sur la route, les langues se sont déliées et nous avons pu oublier la fatigue des 18 à 19 kilomètres que nous avons parcourus dans la journée.

Merci à nos chefs, Béatrice et Renzo, pour cette belle sortie!
David B.

PASSE MONTAGNE

Les vrais spécialistes

BOOTFITTING

CHAUSSURES
SUR MESURE



PASSE MONTAGNE

UN BUREAU DE GUIDES | TROIS MAGASINS SPECIALISTES | MONTHEY | GENEVE | LAUSANNE

WWW.PASSEMONTAGNE.CH

LES RAPPORTS



Payerne et Rivarolo, sur la terrasse de Rambert



Les deux présidents, Agostino et Marc, lors du traditionnel échange des cadeaux



Baignade dans le lac de Fully

Sous-section de Payerne

TOUR DES MUVERANS: 12 - 15 août 2016

Dans le cadre du jumelage des Clubs Alpins de Payerne et de Rivarolo, Marc Schütz, notre président, et Dominique Grobéty, le vice-président, ont organisé un giro des Muverans en quatre étapes.

1. Derborence - La Vare

Une trentaine de randonneurs venus, pour une moitié, de la Broye et, pour l'autre, depuis l'Italie, se retrouvent donc à Derborence pour un apéritif de bienvenue. Chacun baragouine quelques mots de salutations, et Graziella, parfaitement bilingue, assure la traduction des informations importantes.

Après l'apéro, Pas-de-Cheville et col des Essets sont au menu du jour. Le tour des Muverans emprunte une partie de la via Gealpina avec plusieurs sites intéressants sur le plan géologique. Près du col, nous trouvons effectivement quelques fossiles de coquillages, témoins de la présence de l'océan qui précédait les Alpes.

Très bon accueil au refuge de La Vare où le gardien ne sera pas avare au moment de l'apéritif et du pousse-café.

2. La Vare - La Tourche

Au matin, ceux qui ont dormi sur la paille repartent avec quelques brins, en souvenir. Nous descendons sur Pont-de-Nant et profitons de déposer les sacs pour visiter le Jardin botanique. Après Nant, c'est 1000 mètres de montée continue qui nous attendent pour franchir le col des Perris-Blancs avant de plonger sur La Tourche. Cette cabane, suspendue entre la plaine du Rhône et les Dents-de-Morcles, offre un panorama spectaculaire: Vélan, Mont-Blanc, Léman et, dans le fond... le Moléson.



Peu après Rionda, l'Aiguille-Verte, le Mont-Blanc et nous!

3. La Tourche - Rambert

Cette grande étape commence par une vire qui contourne les magnifiques plissements des Dents-de-Morcles avant de remonter sur Demècre. Au lac de Fully, on n'a pas encore fait la moitié, mais on ne peut résister à tremper les pieds, voire à piquer une tête, pour les plus courageux. Après Fenestral et Jorasse, la montée à Rambert s'effectue en trois paliers, témoins du passage des glaciers. Enfin, nous découvrons la nouvelle cabane avec son sac à dos posé sous l'épaule du Grand-Muveran.

4. Rambert - Derborence

L'ultime étape passe par le col de La Forcla, le pied du Pacheu avec, encore, quelques beaux névés, puis il n'y a qu'à suivre le cours de la Derbonne pour nous ramener à notre point de départ. Le tour se termine les pieds dans l'eau du lac de Derborence, issu du fameux éboulement de 1714 et toujours sous le soleil, amené sans doute par nos amis italiens de Rivarolo.

Daniel Pradervand



Una bella Stella alpina! (Etoile des Alpes, ou Edelweiss, si vous préférez)

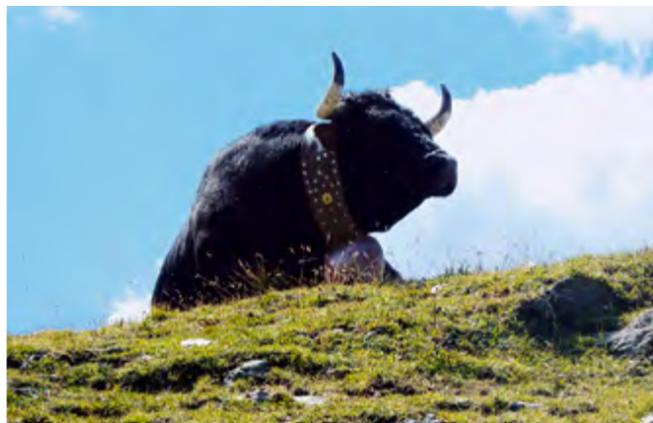


Av. de Longemalle 9 11020 Renens
tel. 021 317 5151 | email: info@pci.ch

www.pci.ch



Une partie du groupe juste avant le sommet



Une habitante de la Grande-Remointse

Illsee

ILLHORN – EN BOUCLE DEPUIS CHANDOLIN

• 28 août 2016 • Chef de course: Carole Bardy

Alt. 2717 m – Dénivelé 950 mètres – Durée 7 h – T2

Convivialité, esprit d'équipe et beauté

Trois mots qui définissent à merveille cette incroyable journée de pur bonheur, organisée par notre guide Carole Bardy, accompagnée de son adjointe Nathalie Caboussat, journée à laquelle ont participé douze randonneurs.

Six heures du matin, le soleil n'a pas encore pointé le bout de son nez que nous sommes déjà sur le parking de la gare de La Conversion, prêts à nous mettre en route pour une randonnée que je présume conviviale, à l'image du chaleureux et sympathique accueil que nous ont réservé notre guide et son adjointe.

Première étape, la cabane de l'Illhorn pour une pause-café, indispensable à la bonne mise en forme de l'équipe et nécessaire pour amorcer la véritable ascension de 850 mètres de dénivelé qui nous attend, avant d'atteindre le sommet de l'Illhorn.

Après deux heures et demie environ de marche, au rythme du pas du guide, notre objectif se concrétise, nous voici au sommet de l'Illhorn, à 2717 mètres d'altitude. On ne peut que s'émerveiller par tant de beauté. Un seul mot: grandiose!



Notre place de pique-nique

Grâce à une météo dégagée et ensoleillée, nous contemplons l'Obergabelhorn, le Weisshorn, le Cervin et le Zinalrothorn ainsi que le Bishorn pour ne nommer que quelques sommets.

Pour figer cet instant, une photo de groupe s'imposera avant d'entamer notre descente au lac du Pas de l'Illsee. C'est à proximité des rives azur du barrage que nous posons notre camp, le temps d'un pique-nique bien mérité.

Quelque quarante minutes plus tard, nous reprenons notre chemin en passant à travers, l'Illpass, la Grande-Remointse, le Plan-Losier pour rejoindre notre destination finale, Chandolin, où nous nous réjouissons de partager le verre de l'amitié.

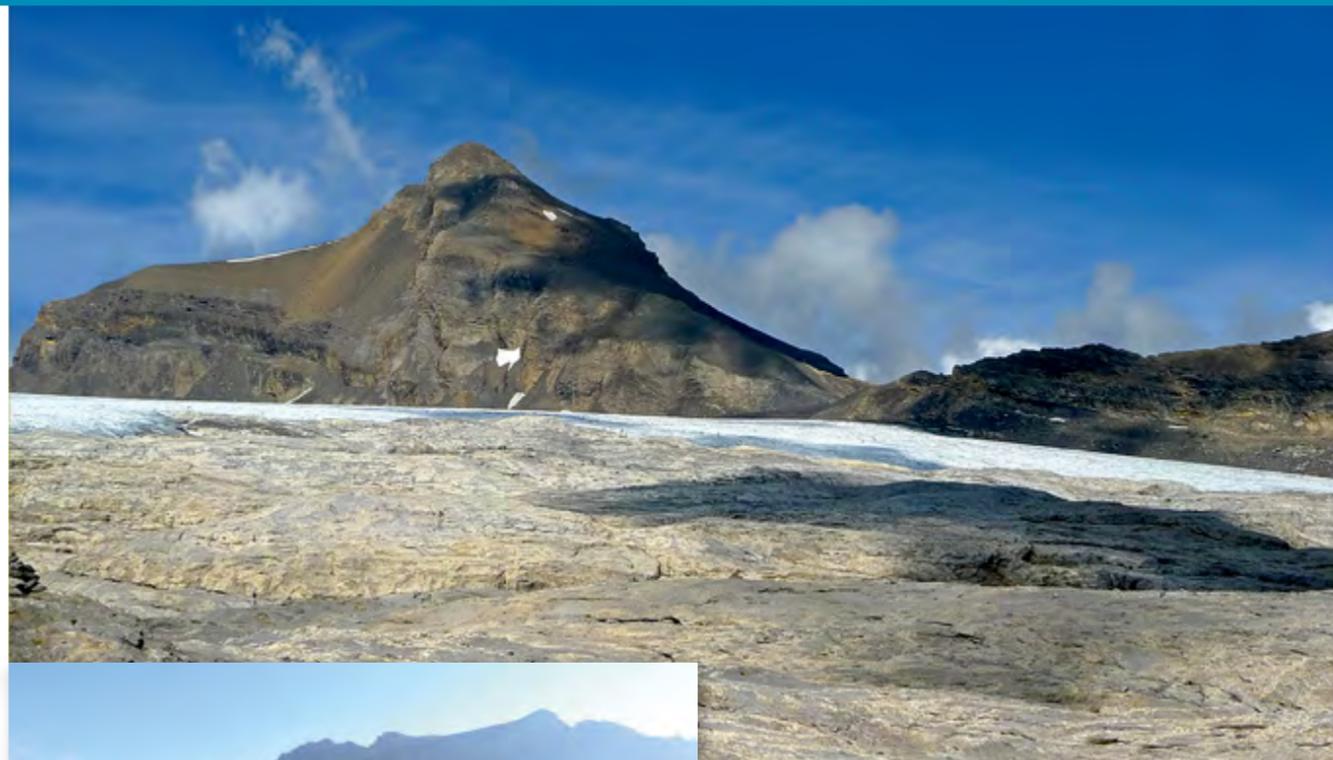
Un grand merci au CAS, à notre guide et à son adjointe pour nous avoir permis de vivre cette sensationnelle aventure.

Antonella



Et voici le groupe!

LES RAPPORTS



L'Oldenhorn ou Becca-d'Audon, majestueux avec ses 3120 mètres...

CABANE PRAROCHE - DEPUIS LE COL DU SANETCH

• 11 septembre 2016 • Chef de course: Nicolas Xanthopoulos

Alt. 2555 m – Dénivelé 700 mètres – Durée 5 h – T2

C'est un de ces dimanches dont tout chef de course rêve! D'ailleurs, pendant la semaine, les pronostics sont stables, et c'est en toute sérénité qu'on peut envisager la course. Mais, voilà, en contrepartie, plein de participants se sont inscrits, espérant profiter de ces magnifiques journées estivales... C'est donc à vingt-quatre au lieu de quinze au départ que nous nous retrouvons à La Conversion. Remplir les autos et cheminer vers le col du Sanetsch, un chemin étroit plein de virages et même deux tunnels sur la fin.

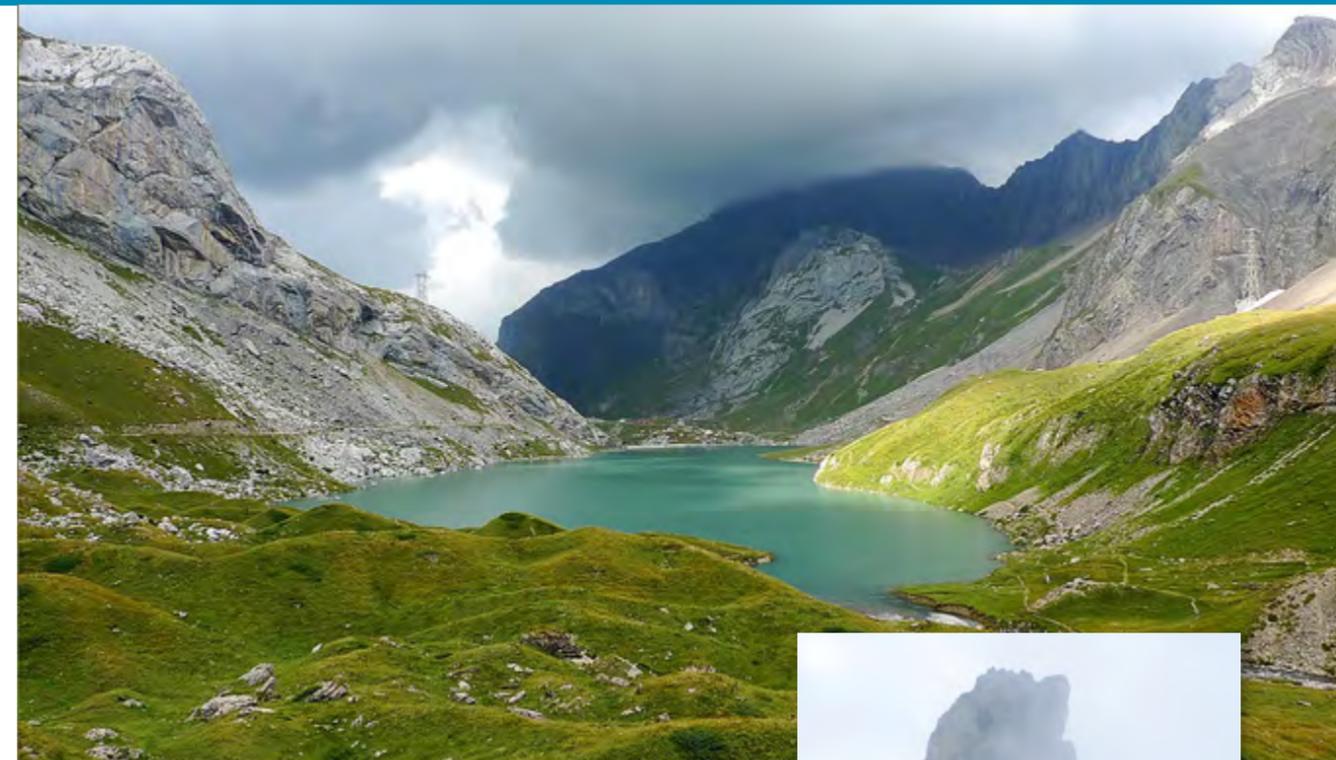
Démarrage sous le soleil et la fraîcheur. Notre but, la cabane Prarochet, qui est à peine à deux heures de marche. Longeant des parois calcaires, des lapiaz millénaires, des fleurs encore belles, nous arrivons vers 11 heures et demie à la cabane. Quatre d'entre nous s'arrêtent là, alors que les autres poursuivront, à travers ce calcaire poli par des siècles de frottement glaciaire, vers la Tour Saint-Martin ou, autrement dit, la Quille-du-Diable. Nous avançons vite et, à peine une heure plus tard, nous y sommes. Là, déception, les brumes montent inlassablement du côté de Derborence nous enlevant toute la vue sur ce précipice impressionnant. Mais fi! Le spectacle est sous nos yeux, entre le glacier, les lacs formés dans les roches et les montagnes environnantes, c'est superbe!



Au col du Sanetsch, au petit matin... enfin presque!



Grimette en file indienne...



Le lac de Senin...

Nous redescendons en vitesse, pique-niquons à la cabane, puis, nos comptes faits, certains nous quittent alors que la majorité s'embarque en direction du lac et du barrage de Senin où un coup de tonnerre et une pluie soudaine nous rappellent qu'on est en montagne...

Le verre de l'amitié avalé et un coup d'œil sur le cours de la Saane - c'est-à-dire la Sarine côté bernois -, nous quittons ce magnifique endroit pleins d'énergie pour le... lendemain. Enfin, on espère!

Salut à tous et à la prochaine.
Nicolas

La Quille-du-Diable ou
Tour Saint-Martin...



**COURTIER EN ASSURANCES
DES PME ET DE VOTRE ASSOCIATION**

Rue de Bourg 27
CH-1003 Lausanne
www.patrimgest.ch



PATRIMGEST



photo: David de Sibonnet - © 2016 Yosemite.com

s'équiper
montagne,
trekking,
voyage...



+de service
+de conseil
+de suivi
+humain...

Yosemite Lausanne
Bd de Grancy 12
1006 Lausanne
021 617 31 00

Yosemite Zermatt
Bahnhofstrasse 20
3920 Zermatt
027 968 17 77

Yosemite Vevey
Rue du Torrent 5
1800 Vevey
021 922 40 41

lausanne
zermatt
vevey



YOSEMITE
www.yosemite.ch