

Programme des activités

Inscriptions aux activités via notre site clubalpinsion.ch le **DIMANCHE PRECEDENT** au plus tard

2026



hebdomadaires du 1 décembre au 30 avril selon enneigement

► Randos à ski du mardi: hebdomadaires du 1 décemb
 ► NOUVEAU! Quelques randos pédestres d'été le mardi

Les dates et la description des randos prévues apparaissent uniquement sur notre site internet env. 15 jours avant la course à venir Veuillez donc consulter régulièrement le programme sur notre site Internet!

Date	Course		Dif.	Nb.	Préin.	. Chef de course	Adjoint	Guide
Novembre							T	
Jeu 20	Formation grimper en sécurité escalade en salle	片		10	<u> </u>	Dominique Bourgeois	Stéphane Lesquereux	(
Décembre Sam 13	Tashuinus aki hara vieta I samususianas alamélianas	1		10		Pierre Nicollier	I avvent Davvenavel	
Janvier	Technique ski hors piste + conversions: s'améliorer	40		10		Pierre Nicollier	Laurent Perrenoud	
Sam 3	Le Sérac en boucle	17	PD+	8		Pascal Imfeld	Marc Emery	
Jeu 8	Théorie du cours avalanche (soir) Obligatoire pr participants du samedi		+	99		Amélie Claivaz	maro Emory	
Sam 10	Cours avalanche débutant, moyen et avancé Inscription avant 31.12.25			99	Pré	Amélie Claivaz	Zoë Pfeiffer	
Dim 11	Tête de Ferret par la Dotse depuis La Fouly	13	PD	8		Olivier Denis	Anne-Laure Grept	
Mer 14	Cascade de glace en soirée (départ 15h)	Ť	PD/AD	10		Maurice Genoud	Alexandre Félix	
Sam 17	Hors piste	¥	PD+	24	Pré	Philippe Graf		Fred
Dim 18	Cornettes de Bise en boucle	R	PD+	10		Daniela Jacot		
Sam 24	Pointe de Tsevalire - Becca de Lovegno Magic Pass		PD+	8	ļ	Olivier Duvanel	Pascale Theytaz	
Dim 25	Bec de la Montau	1	PD	12	<u> </u>	Jean Decaix	Laïna Moret	
Ven 30 Sam 31	Sortie fondue en cabane/pleine lune Sortie découverte ski rando - Les Réchasses Apprendre les bases	12	PD F	24 10		Martin Wehrli Nils Janssens	Amélie Claivaz Zoë Pfeiffer	
Février	Sortie découverte ski rando - Les Réchasses Apprendre les bases	1		10	<u></u>	INIIS JAIISSEIIS	Zue Pielliei	
Dim 1	Col de Torrent + P.2973 via Zinal-Sorebois Magic Pass	13	PD+	8	T	Odile Blondel	Pascale Theytaz	
Dim 1	Cascade de glace: initiation ou +	1	PD/AD	14		Marc Emery	•	Pierre
Sam 7	Ferdenrothorn depuis le Lötschental, descente sur Loèche-les-Bains	1	AD	10		Daniela Jacot	Laïna Moret	
Dim 8	Hors piste	3	PD+	24	Pré	Damien Evequoz	,	Virgile
Sam 14	Niwen	17	PD+	12		Céline Guntern	Hervé Fournier	
Dim 15	Le Vallon de Réchy de A à Z Magic Pass		PD	10		Odile Blondel	Pascal Imfeld	
Sam 21	Mont de l'Etoile	T.	PD+	8		Olivier Duvanel	Philippe Soulié	
Sam 21 Dim 22	Cabane de Susanfe	14	AD	14	Pré	Philippe Graf		Fred
Dim 22	Torrenthorn + Horlini et/ou Schafberg Magic Pass		AD-	8	<u> </u>	Stéphanie Nendaz	Alodie Poumay	
Sam 28	Chantonnet Delinto du Touté	17	PD+	8	<u> </u>	Nils Janssens	Andie Poumay	
Sam 28 Mars	Pointe du Tsaté	R	PD+	8	<u></u>	Zoë Pfeiffer	Amélie Claivaz	
Dim 1	Métailler en boucle depuis Pralong (Glacier du Métail)	17	AD	6	Т	Fabien Monori	Kathleen Bovet	
Sam 7	Breithorn du Simplon	19	PD+	12	1	Martin Wehrli	Tom Guibert	
Sam 7 Dim 8	Vallée de Conches 1 jour ski de fond et 1 jour rando à skis		PD+	12	Pré	Olivier Denis	Joseph Di Dio	
Dim 8	Bel oiseau		PD+	8	1	Hervé Fournier	Céline Guntern	
Sam 14	Pointe d'Orchera	13	PD+	8		Laïna Moret	Kathleen Bovet	
Sam 14 Dim 15	Course de section - Hiver - Martigny	13	PD	14		Amélie Claivaz		
Dim 15	Pointe des Berons	12	PD+	9		Jean Decaix	Pascale Theytaz	
Jeu 19 Dim 22	Silvretta	44	PD+/AD	14	Pré	Valeria Ferrari		Pierre
Sam 21	Entretien des accès à Bramois + escalade + grillade offerte	戊		20	<u> </u>	Maurice Genoud	Philippe Graf	
Sam 28	Wildhorn	13	PD	8	<u> </u>	Philippe Graf	Odile Blondel	
	Wildstrubel - couloir N et nuit à la Lämmerenhütte Abo Crans-Montana 25	1	AD-	8		Alexandre Rey	Laurent Perrenoud	
Dim 29 Avril	Col des Ecandies	A.	PD	8	<u></u>	Anne-Laure Grept	Marc Emery	
Ven 3 Lun 6	Massif du Tödi	17	AD	12	Pré	Martin Wehrli		Fred
Sam 11 Dim 12	Igloo Pantalons Blancs + Jass	13	D	8		Philippe Graf	Valeria Ferrari	1100
	Brèche Puiseux:Traversée W > E par glaciers des Périades et du Mont Mallet	1	D	6		Alexandre Rev	Amélie Claivaz	
Sam 18	Dent de Bertol en boucle partie longue	13	AD	8		Valeria Ferrari	Anne-Laure Grept	
Dim 19	Pointe d'Allèves	13	AD+	8		Jean Decaix	Pascale Theytaz	
Ven 24	AG de la section Monte Rosa à Sion	⊜	F	99		Valeria Ferrari		
Mai								
	Massif du Mont Rose	1	PD+	14		Stéphane Lesquereux		Fred
	Cabane des Dix + Pigne Arolla	7	PD+	8		Marc Emery	Stéphanie Nendaz	
	Vallée de la Roya (proche de Nice/Menton)	^ \ ~	PD+	18		Pierre Nicollier	Monika Nicollier	
	Escalade région vallée d'Aoste	7	5b - 6b	20	Pré	Christophe Broccard	Carmine Arcudi	
Sam 30 Juin	Escalade Chemin de traverse Saleina - Initiation long. voies	Ř	4c 5c	8	Щ	Laurent Perrenoud	Christophe Broccard	
Sam 6	Sex des Granges	1	T3	8		Jérôme Barras		
	Formation été Orny		PD	50	Pré	Stéphane Lesquereux		Pierre
Dim 14	Dent de Savigny Fribourg	*	T4	8		Jérôme Barras		
Sam 20	Arolla La Moria	Ř	4c-6a	12	†	Philippe Graf	Odile Blondel	
	Chli Bielenhorn: Schildkrötengrat+Strahlengrat: Arête E, nuit à Siedelenhütte	*	AD+	6		Alexandre Rey	Christophe Broccard	
Dim 21	Escalades "trad" Emosson	ß	6a	8		Tom Guibert	Marc Emery	
Sam 27	Le Buet - Col du Corbeau - Col de la Terrasse	7	T4	0		Dominique Theytaz		
Sam 27	Allalinhorn Hohlaubgrat (arête E)	4	AD-	6		Olivier Duvanel	Stéphane Lesquereux	(
Mar 30	Rando du mardi:Gummfluh par L'Etivaz	1	T4	8		Jérôme Barras		
Juillet								
Sam 4 Dim 5	Trifthorn depuis Grand Mountet	N.	AD-	9	<u> </u>	Jean Decaix		
Sam 4 Dim 5	Traversée des aiguilles de la Lé en bivouac	A.	AD	6	<u> </u>	Christophe Broccard	Laurent Perrenoud	
Mar 7	Einigs Alichji	<u> </u>	T4	0	<u> </u>	Dominique Theytaz	Alaman das Di	
Sam 11 Dim 12	Mönch & Jungfrau	₩.	AD	6	<u> </u>	Olivier Denis	Alexandre Rey	
	Dainta da Manuti. Danta das Dasasa							
Sam 11	Pointe de Mourti - Dents des Rosses Traversée du Weissmies + grimpe "en grosses" aux Dri Horlini le samedi	4	AD PD+	6 12	Pré	Valeria Ferrari Stéphanie Nendaz	Kathleen Bovet	Pierre

Date		Course		Dif.	Nb.	Préin.	Chef de course	Adjoint Guide		
Sam 18		Le Perron (Cleuson)	*	AD+	6		Odile Blondel	Carine Fardel		
Sam 25		Rocher du Midi (L'Etivaz)	À	T4	8		Jérôme Barras			
Sam 25 [Dim 26	Fieschertal Burghütte - Escalade à choix	R	5a-6b	8		Laïna Moret	Dominique Bourgeois		
Dim 26		Dent de Nendaz arête Nord	A.	PD	6		Robin Perruchoud	Bernard Balmer		
Août										
Sam 1		Dent des Follièches (Arolla)	Ř	5c	6		Odile Blondel	Carine Fardel		
Dim 2		Oldehore	1	T4	0		Dominique Theytaz			
Sam 8		La Maya d'Arolla, longue voie le lézard	Ř	5c-6a	8		Dominique Bourgeois	Christophe Broccard		
Dim 9		Confiance aux têtards - St-Bernard - Initialtion long. Voie	Ŕ	4c	8		Robin Perruchoud	Kathleen Bovet		
Mar 11		Refuge des Bouquetins	*	T4	0		Dominique Theytaz			
	Sam 15	Bivouac sauvage et Pointe du Pas de Chèvre	4	PD+	6		Maurice Genoud	Coline Boulanger		
Sam 22 [Dim 23	Wiwanni, longues voies + arêtes	W.	5b	12	Pré	Christophe Broccard	Pierre		
Dim 23		Rohrbachstein			10		Caroline Dallèves	Nathalie Christe Graf		
Mar 25		Pointe des Perris Blancs (en boucle)	À	T4-	8		Jérôme Barras			
Sam 29		Hockenhorn en traversant de Lauchernalp à Selde	1	T3	8		Françoise Seppey			
Sam 29 [Dim 30	Balfrin depuis cabane Bordier	W.	PD	9		Jean Decaix			
	Dim 30	Course de section - Eté - Sierre	*	PD	14		Stéphane Lesquereux			
Dim 30		Becs Noirs arête N	W.	AD	6		Kathleen Bovet	Marc Emery		
Septembre	е									
Sam 5	Dim 6	Gastlosen Wandflue Grand Orgue		5b-6b			Laurent Perrenoud	Laïna Moret		
Dim 6		Mont à Cavouère		T4	8		Jérôme Barras			
Mar 8		Fontanabran Bel oiseau		T4	8		Stéphanie Nendaz			
Sam 12		Couronne de Bréona		AD	6		Kathleen Bovet	Fabien Monori		
Dim 13		Drônalette		D-/5b	6		Robin Perruchoud	Pascale Theytaz		
Ven 18	Sam 19	Haute Cime depuis Susanfe	*	T4	8		Bernard Balmer			
Sam 19		Traversée Miroir d'Argentine et autre arête Course des CDC	4	AD à D	•		Stéphane Lesquereux	Fred		
Sam 26 \	Ven 2	Long. voies à Esterel et/ou Destel(proche Cannes) et 2 canyons sur la route	₹^ ~ ~	5b et +	14	Pré	Pierre Nicollier	Monika Nicollier		
Octobre										
Sam 3		Coup de Brosse	Ř	5c	8		Christophe Broccard	Laurent Perrenoud		
-	Dim 4	Engelhornhütte: traversée Klein- Grosssimelistock et/ou longues voies	4	5c	8		Daniela Jacot	Pascale Theytaz		
Sam 10		Bravo Lapp	Ř	5b	6		Kathleen Bovet	Fabien Monori		
	= formati	on 🦻 = ski hors piste	1	= casca	ade de	glace		RP = "rando plaisir"		
∱ =	🔭 = randonnée pédestre 💢 = randonnée à ski		T2	= rando en montagne				PD = peu difficile		
	= haute n	montagne, alpinisme 🐧 = raquettes		3 = rando en montagne exigeante				AD = assez difficile		
₹ =	= escalad	3			aire al	pin		D = difficile		
,	= canyon	ing 🕡 = via ferrata	T5	5 = itin. alpin exigeant TD = très diffic				TD = très difficile		
	= canyon			= itin. a	iipin e	xigean	τ	υ = tres αιπισιίε		

▶ Gymnastique Les lundis d'hiver à 18h30 à la salle de gym de l'EPTM à Sion.

Salle de gym de l'EPTM à Sion. Voir les horaires et consignes sur notre site. ► Escalade en salle

► Escalade extérieure Rendez-vous au parking du tennis de Valère les mercredi à 17h30 (après vac. de Pâques).

Les débutants sont les bienvenus. Bramois Vetroz Odile Blondel

er 15 Avr	Laina Moret	Mazembroz	Mer 29 Avr	Marc Gianadda	Arbaz	Mer 13 Mai	Odile Blondel	Bramois
r 22 Avr	Fabien Monori	Bramois	Mer 6 Mai	Stéphane Lesquereux	Dorenaz	Mer 20 Mai	Bernard Balmer	Vetroz