



CAS groupe de Sion

Programme des activités

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

2026

SECTION MONTE ROSA 1865
Sion, le 1er décembre 2025► **Randos à ski du mardi:** hebdomadaires du 1 décembre au 30 avril selon enneigement► **NOUVEAU!** Quelques randos pédestres d'été le mardiLes 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								
Jeu 20	Formation grimper en sécurité escalade en salle	🏃	10		Dominique Bourgeois	Stéphane Lesquereux		
Décembre								
Sam 13	Technique ski hors piste + conversions: s'améliorer...	🏃	10		Pierre Nicollier	Laurent Perrenoud		
Janvier								
Sam 3	Le Sérac en boucle	🏃	8		Pascal Imfeld	Marc Emery		
Jeu 8	Théorie du cours avalanche (soir)	Obligatoire pr participants du samedi	📖	99	Amélie Claivaz			
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		🏃	8	Olivier Denis	Anne-Laure Grept		
Mer 14	Cascade de glace en soirée (départ 15h)		🏃	10	Maurice Genoud			
Sam 17	Hors piste	🏃	24	Pré	Philippe Graf		Fred	
Dim 18	Cornettes de Bise en boucle	🏃	10		Daniela Jacot			
Sam 24	Pointe de Tsevalire - Becca de Lovegno	Magic Pass	🏃	8	Olivier Duvanel	Pascale Theytaz		
Dim 25	Bec de la Montau		🏃	12	Jean Decaix	Laïna Moret		
Ven 30	Sortie fondue en cabane/pleine lune		🏃	24	Martin Wehrli	Amélie Claivaz		
Sam 31	Sortie découverte ski rando - Les Réchasses	Apprendre les bases	🏃	10	Nils Janssens	Zoë Pfeiffer		
Février								
Dim 1	Col de Torrent + P.2973 via Zinal-Sorebois	Magic Pass	🏃	8	Odile Blondel	Pascale Theytaz		
Dim 1	Cascade de glace: initiation ou +		🏃	14	Marc Emery		Pierre	
Sam 7	Ferdenrothorn depuis le Lötschental, descente sur Loèche-les-Bains		🏃	10	Daniela Jacot	Laïna Moret		
Dim 8	Hors piste		🏃	24	Pré Damien Evequoz		Virgile	
Sam 14	Niwen		🏃	12	Céline Guntern	Hervé Fournier		
Dim 15	Le Vallon de Réchy de A à Z	Magic Pass	🏃	10	Odile Blondel	Pascal Imfeld		
Sam 21	Mont de l'Etoile		🏃	8	Olivier Duvanel	Philippe Soulié		
Sam 21	Dim 22 Cabane de Susanfe		🏃	14	Pré Philippe Graf		Fred	
Dim 22	Torrenthorn + Horlini et/ou Schafberg	Magic Pass	🏃	8	Stéphanie Nendaz	Alodie Poumay		
Sam 28	Chantonnet		🏃	8	Nils Janssens	Alodie Poumay		
Sam 28	Pointe du Tsaté		🏃	8	Zoë Pfeiffer	Amélie Claivaz		
Mars								
Dim 1	Métailler en boucle depuis Pralong (Glacier du Métail)		🏃	6	Fabien Monori	Kathleen Bovet		
Sam 7	Breithorn du Simplon		🏃	12	Martin Wehrli	Tom Guibert		
Sam 7	Dim 8 Vallée de Conches	1 jour ski de fond et 1 jour rando à skis	🏃	12	Pré Olivier Denis	Joseph Di Dio		
Dim 8	Bel oiseau		🏃	8	Hervé Fournier	Céline Guntern		
Sam 14	Pointe d'Orchera		🏃	8	Laïna Moret	Kathleen Bovet		
Sam 14	Dim 15 Course de section - Hiver - Martigny		🏃	14	Amélie Claivaz			
Dim 15	Pointe des Berons		🏃	9	Jean Decaix	Pascale Theytaz		
Jeu 19	Dim 22 Silvretta		🏃	14	Pré Valeria Ferrari		Pierre	
Sam 21	Entretien des accès à Bramois + escalade + grillade offerte		🏃	20	Maurice Genoud	Philippe Graf		
Sam 28	Wildhorn		🏃	8	Philippe Graf	Odile Blondel		
Sam 28	Dim 29 Wildstrubel - couloir N et nuit à la Lämmerenhütte	Abo Crans-Montana 25.-	🏃	8	Alexandre Rey	Laurent Perrenoud		
Dim 29	Col des Ecandies		🏃	8	Anne-Laure Grept	Marc Emery		
Avril								
Ven 3	Lun 6 Massif du Tödi		🏃	12	Pré Martin Wehrli		Fred	
Sam 11	Dim 12 Igloo Pantalons Blancs + Jass		🏃	8	Philippe Graf	Valeria Ferrari		
Ven 17	Sam 18 Brèche Puiseux: Traversée W > E par glaciers des Périades et du Mont Mallet		🏃	6	Alexandre Rey	Amélie Claivaz		
Sam 18	Dent de Bertol en boucle partie longue		🏃	8	Valeria Ferrari	Anne-Laure Grept		
Dim 19	Pointe d'Allèves		🏃	8	Jean Decaix	Pascale Theytaz		
Ven 24	AG de la section Monte Rosa à Sion		⌚	99	Valeria Ferrari			
Mai								
Ven 1	Dim 3 Massif du Mont Rose		🏃	14	Pré Stéphane Lesquereux		Fred	
Sam 2	Dim 3 Cabane des Dix + Pigne Arolla		🏃	8	Pré Marc Emery	Stéphanie Nendaz		
Jeu 14	Dim 17 Vallée de la Roya (proche de Nice/Menton)		🏃	18	Pré Pierre Nicollier	Monika Nicollier		
Jeu 14	Dim 17 Escalade région vallée d'Aoste		🏃	5b - 6b	Pré Christophe Broccard	Carmine Arcudi		
Sam 30	Escalade Chemin de traverse Saleina - Initiation long. voies		🏃	4c 5c	8	Laurent Perrenoud	Christophe Broccard	
Juin								
Sam 6	Sex des Granges		🏃	8	Jérôme Barras			
Sam 13	Dim 14 Formation été Orny		🏃	50	Pré Stéphane Lesquereux		Pierre	
Dim 14	Dent de Savigny Fribourg		🏃	8	Jérôme Barras			
Sam 20	Arolla La Moria		🏃	4c-6a	12	Philippe Graf	Odile Blondel	
Sam 20	Dim 21 Chli Bielenhorn: Schildkrötengrat+Strahlengrat: Arête E, nuit à Siedelenhütte		🏃	6	Alexandre Rey	Christophe Broccard		
Dim 21	Escalades "trad" Emosson		🏃	6a	8	Tom Guibert	Marc Emery	
Sam 27	Le Buet - Col du Corbeau - Col de la Terrasse		🏃	0	Dominique Theytaz			
Sam 27	Allalinhorn Hohlaubgrat (arête E)		🏃	6	Olivier Duvanel	Stéphane Lesquereux		
Mar 30	Rando du mardi:Gummfluh par L'Etivaz		🏃	8	Jérôme Barras			
Juillet								
Sam 4	Dim 5 Trifthorn depuis Grand Mountet		🏃	9	Jean Decaix			
Sam 4	Dim 5 Traversée des aiguilles de la Lé en bivouac		🏃	6	Christophe Broccard	Laurent Perrenoud		
Mar 7	Einigs Alichji		🏃	0	Dominique Theytaz			
Sam 11	Dim 12 Mönch & Jungfrau		🏃	6	Olivier Denis	Alexandre Rey		
Sam 11	Pointe de Mourté - Dents des Rosses		🏃	6	Valeria Ferrari	Kathleen Bovet		
Sam 18	Dim 19 Traversée du Weissmies + grimpe "en grosses" aux Dri Horlini le samedi		🏃	12	Pré Stéphanie Nendaz		Pierre	
Sam 18	Le Perron (Cleuson)		🏃	6	Odile Blondel	Carine Fardel		
Sam 25	Rocher du Midi (L'Etivaz)		🏃	8	Jérôme Barras			
Sam 25	Dim 26 Fieschertal Burghütte - Escalade à choix		🏃	5a-6b	8	Laïna Moret	Dominique Bourgeois	

Date	Course	Dif.	Nb.	Préin.	Chef de course	Adjoint	Guide
Dim 26	Dent de Nendaz arête Nord		PD	6	Robin Perruchoud	Bernard Balmer	
Août							
Sam 1	Dent des Follièches (Arolla)		5c	6	Odile Blondel	Carine Fardel	
Dim 2	Oldehore		T4	0	Dominique Theytaz		
Sam 8	La Maya d'Arolla, longue voie le lézard		5c-6a	8	Dominique Bourgeois	Christophe Broccard	
Dim 9	Confiance aux tétards - St-Bernard - Initiation long. Voie		4c	8	Robin Perruchoud	Kathleen Bovet	
Mar 11	Refuge des Bouquetins		T4	0	Dominique Theytaz		
Ven 14 Sam 15	Bivouac sauvage et Pointe du Pas de Chèvre		PD+	6	Maurice Genoud		
Sam 22 Dim 23	Wiwanni, longues voies + arêtes		5b	12	Pré	Christophe Broccard	Pierre
Dim 23	Rohrbachstein		T4+	10	Caroline Dallèves	Nathalie Christe Graf	
Mar 25	Pointe des Perris Blancs (en boucle)		T4-	8	Jérôme Barras		
Sam 29	Hockenhorn en traversant de Lauchernalp à Selde		T3	8	Françoise Seppey		
Sam 29 Dim 30	Balfrin depuis cabane Bordier		PD	9	Jean Decaix		
Sam 29 Dim 30	Course de section - Eté - Sierre		PD	14	Stéphane Lesquereux		
Dim 30	Becs Noirs arête N		AD	6	Kathleen Bovet	Marc Emery	
Septembre							
Sam 5 Dim 6	Gastlosen Wandflue Grand Orgue		5b-6b	8	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		AD à D	-	Pré	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		5c	8	Christophe Broccard	Laurent Perrenoud	
Sam 3 Dim 4	Engelhornhütte: traversée Klein- Grossimelistock et/ou longues voies		5c	8	Daniela Jacot	Pascale Theytaz	
Sam 10	Bravo Lapp		5b	6	Kathleen Bovet	Fabien Monori	

► Gymnastique

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

► Escalade en salle

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

► Escalade extérieure

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

← Les débutants sont
← les bienvenus.

Mer 15 Avr	Laina Moret	Mazembroz
Mer 22 Avr	Fabien Monori	Bramois

Mer 29 Avr	Marc Gianadda	Arbaz
Mer 6 Mai	Stéphane Lesquereux	Dorenaz

Mer 13 Mai	Odile Blondel	Bramois
Mer 20 Mai	Bernard Balmer	Vetroz