

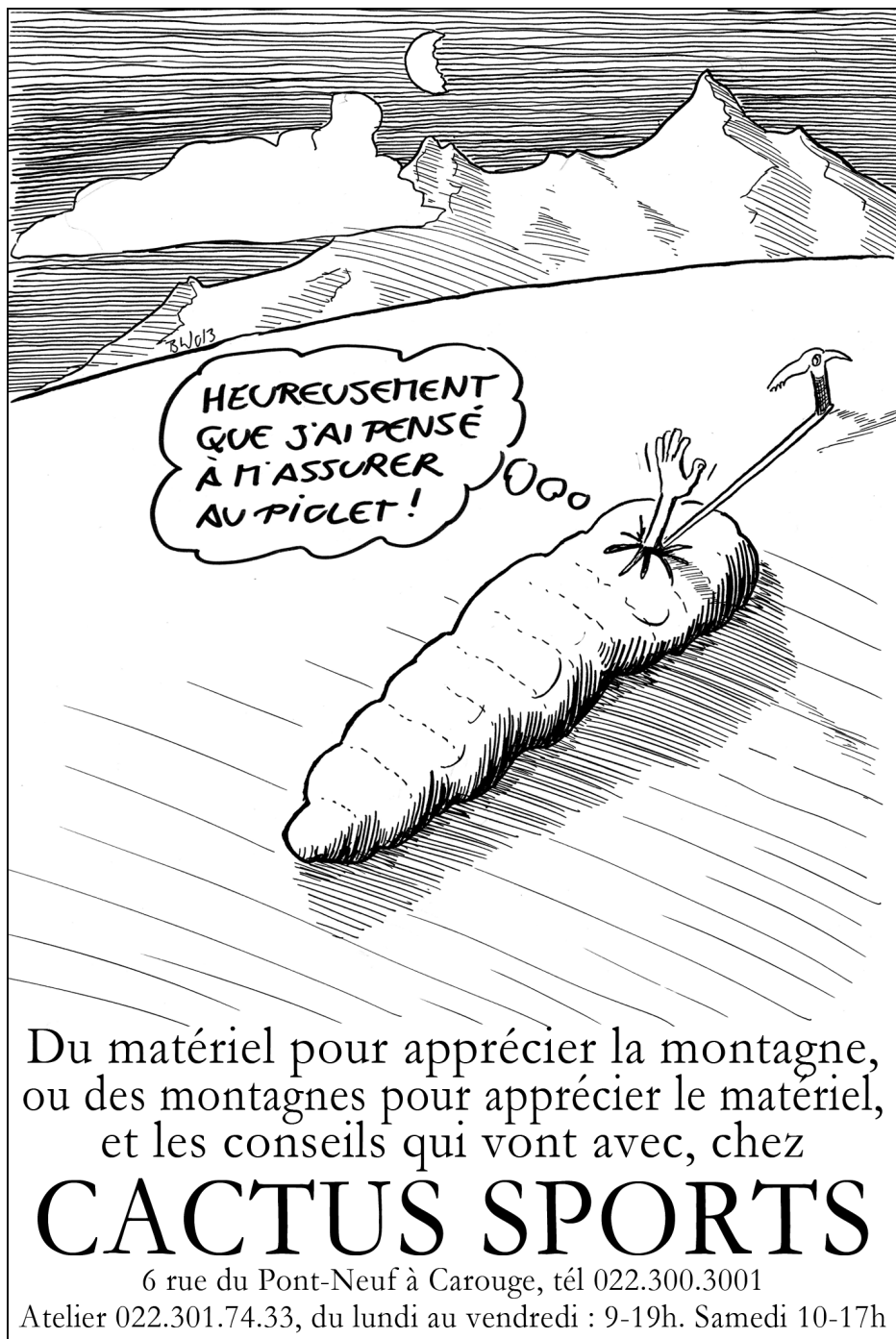


GAG

club alpin suisse
section carougeoise

**Été
Automne
2019**





Du matériel pour apprécier la montagne,
ou des montagnes pour apprécier le matériel,
et les conseils qui vont avec, chez

CACTUS SPORTS

6 rue du Pont-Neuf à Carouge, tél 022.300.3001

Atelier 022.301.74.33, du lundi au vendredi : 9-19h. Samedi 10-17h



GAG

club alpin suisse section carougeoise

Sommaire

Editorial & Publicité dans le bulletin	4	Les CDC	20
Gagologie	5	Informations & Droptours	21
Dates & Manifestations	6	Abréviations & cotations des courses	22 - 24
Convocation à l'AG	7	Calendrier des courses	25-43
Bibliothèque & Vitam	8	Carnet rose	43
Les transports	9	Guides & experts	44
Divers et Jubilaires	10	Les courses réussies	45
Cotisations & Nouveaux CDC	11	Hommages	46 - 48
Location de matériel	12	Appel solidaire	49
Les bénévoles	13	Le comité & l'organigramme du comité	50 - 51
Le mur d'escalade	14	Admissions & démissions	52
Alpiness	15	Procès-verbal de l'AG 2018	53 - 57
Formations	16 - 19	Secours en montagne	58

Été - Automne 2019

Paraît 2 fois par an

Prochaine parution

Fin novembre 2019

www.cas-le-gag.ch

C.P. 2010 – 1227 Carouge

CCP 12-7852-1

Stamm:

Le jeudi soir de 18h30 à 19h30

Salle des Charmettes

3, place des Charmettes - 1227 Carouge

Bulletin :

BORLOZ Sophie - www.extrableu.ch

Tél. +41 79 632 88 90

sophie@extrableu.ch

Publicité :

Sarah Lachat

Tél. +41 76 679 28 89

Impression et reliure :

ATAR ROTO PRESSE

Zimeysa Voie 11A

CP 565 - 1214 Vernier

022 719 13 13

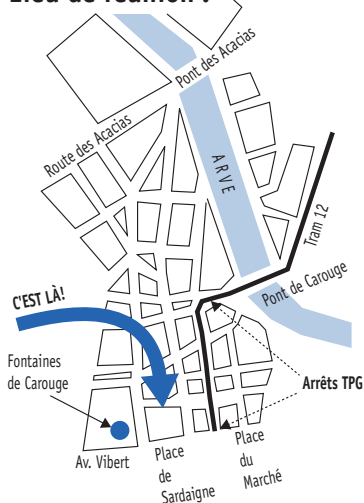
Couverture :

Sortie Alpiness au Mont Blanc de Cheillon sur sa magnifique arête Est.

Date : 29 juillet 2018

Photographe : Olivier Messerli

Lieu de réunion :



Promenons-nous dans les bois

Les bains de forêt, la sylvothérapie ou thérapie par les arbres, le Shinrin-yoku. Autant de noms pour une activité que tout GAGiste pratique déjà, sans s'en rendre compte, à chaque fois qu'il part en course.

Les alpinistes, les skieurs, les grimpeurs, les marcheurs : tous passent par la forêt, qu'elle soit l'objectif de leur sortie ou qu'ils ne fassent que la traverser pour atteindre le sommet.

Cette pratique est à la mode. Elle consiste à aller en forêt pour se ressourcer, respirer l'air pur, se retrouver et profiter du calme. Ces pauses méditatives sont très en vogue au Japon, où elles sont mêmes prescrites à certains patients. Tous les sens sont mis à contribution pour prendre le temps de découvrir l'environnement qui nous entoure et nous ramener à l'essentiel.

La forêt nous fait du bien. S'y promener fait diminuer le taux d'une hormone responsable du stress, le cortisol. S'y promener améliore aussi notre sommeil, réduit la tension artérielle et stabilise notre fréquence cardiaque. La forêt serait même une cure de jouvence !

Car les arbres produisent des molécules de défense, les phytocides, qui sont des substances volatiles aux effets antibiotiques. Ces molécules sont composées de vapeurs d'huiles essentielles, qui passent très facilement à travers nos poumons.

Bonne nouvelle, les amis ! En Suisse, la forêt représente 32% de notre territoire ! Encore une raison de plus de s'inscrire aux courses du club, et de passer nos week-ends à la montagne.

Vite, sortons ! Allons marcher et nous promener dans les bois. Prenons le temps d'observer la forêt, de la toucher, de la sentir, de l'écouter. Protégeons-la et respectons-la, pour qu'elle continue à nous prodiguer ces fabuleux soins que nous lui (re)découvrons aujourd'hui.

Ariane Walpen, Présidente

Publicité dans le bulletin et sur notre site internet

Nous sommes à la recherche de quelques annonceurs supplémentaires.

Vous êtes indépendant, vous dirigez une entreprise ou vous connaissez quelqu'un qui pourrait être intéressé par un encart publicitaire dans nos medias; n'hésitez pas à contacter un membre du comité pour des renseignements supplémentaires sur les possibilités, les tarifs, etc, comités@cas-le-gag.ch.

Nous profitons de cette occasion pour encourager tous nos membres à favoriser nos annonceurs qui par leur action soutiennent nos activités.

Un gag au logis... ou une Gagologie ?

Le vendredi 2 novembre 2018, une sympathique bande de 9 énergumènes s'est donné pour objectif d'amuser la bonne cinquantaine de Gagistes présente à la salle du Rondeau de Carouge.

Qui pensez-vous être l'instigateur de ces sketches, retraçant un stamm de l'an 1980 (eh oui, au siècle précédent !) et les péripéties de l'accueil au local de la Brasserie des Tours de Carouge ?

Sans surprise, c'est Daniel Rochat qui a voulu faire revivre des anecdotes de cette époque épique, en romançant quelque peu des faits et comportements véridiques... à 98.5%, selon ses dires.

Les spectateurs auront reconnu, sur place, et vous allez les découvrir sur la photo jointe :

- Le Maître Daniel Rochat, aussi dénommé « El Capitan », seul Gagothérapeute suisse diplômé de l'université du Yosémite.
- Les 3 jeunes femmes suivantes, très motivées, parfois « travaillées » par leur horloge biologique : Sophia Taylor, alias Béatrice. Nathalie Jacquemoud, alias Coralie. Ariane Walpen, alias Elena.
- Deux voyeurs quelque peu obsédés, Jean-Michel Tavelli et Georges Melet, obsédés... bien sûr par la chaleur et la personnalisation de l'accueil fait aux dites jeunes femmes.
- Eveline Berset, déjà membre, et qui ne s'en laisse pas conter...
- Yannick Coquoz, plutôt amateur de tennis que de sports de montagne
- Régis Rosset, que son prénom a destiné à sa fonction.... de régisseur (et décorateur) !

Dès lors, comment ne pas se souvenir d'un accueil plein de prévenances, envers les femmes admises au sein du CAS ? Comment ignorer qu'un club mixte pouvait s'avérer être aussi un club de rencontres ? Comment admettre que certaines courses comptaient jusqu'à 20 participants, mais d'autres une seule participante ? Comment ignorer qu'un camping-car pouvait se substituer aux cabanes et gîtes habituels ? Bref, beaucoup de considérations / difficultés de choix / types de courses / liste des participant(e)s déjà inscrit(e)s aux courses....quel casse-tête !

Pourtant, depuis ces années 80, l'effectif a été multiplié par 10 au moins, et le rapport femmes/hommes n'a pas pâti de quelques vieilles pratiques et coutumes qui ont été rappelées (ou dévoilées, pour certaines personnes) à la cinquantaine de spectatrices et spectateurs présent(e)s.

Rappelons ici que l'intégration des femmes au sein du CAS a été fortement déclenchée par une dizaine de membres fondateurs du GAG ; qu'ils en soient ici sincèrement remerciés !

Georges Melet



Escalade 2018 :

Nos membres ont eu une belle surprise lors de la dernière soirée de l'escalade :

Une marmite vivante !

La petite Yuna – grimpeuse en herbe – est venue nous rendre visite avec un magnifique déguisement de marmite, qu'elle avait fait avec sa famille.

Merci Yuna pour ce beau moment !



Animations

Le 6 juin, un membre du comité central du CAS viendra nous présenter **le Portail des courses du CAS**.

Le 29 juin, inauguration des **blocs d'escalade** sur le centre de Genève Montagne, au Petit Lancy.

Du 8 au 10 novembre, le **salon de la Montagne à Palexpo**. Réservez ces dates, nous aurons besoins de bénévoles pour présenter le GAG au public et pour l'assurance au mur d'escalade.

Séance d'informations sur les formations « CHEF-FE-S DE COURSES »

Vous avez envie de participer activement à la vie du club en vous engageant comme chef-fe de courses ? Le club peut vous aider en participant jusqu'à 100% aux frais de formation.

Une séance d'information et d'échanges est prévue le

Lundi 4 novembre 2019 à 19h00, à la salle des Charmettes

Ouverte à toutes et à tous ; présentation des différentes filières de formation proposées par le CAS, conditions, financement, etc... En compagnie des responsables activités et formation Adrien Besson, Michel Grivet, Laurent Bommeli et du coach Alpiness, Robin Delabays.

Renseignements : au stamm ou par mail : formations@cas-le-gag.ch

Inscriptions en ligne sur Droptours.

Convocation à l'Assemblée générale

Date: le mercredi 13 novembre 2019

Lieu : Salle du Rondeau, 26, bd des Promenades à Carouge

Ouverture de la salle : dès 18h00

Assemblée générale : dès 18h45

Chers amis gaguistes,

Le comité a le plaisir de vous inviter à l'assemblée générale de votre club. Un **apéritif de bienvenue** vous sera offert avant l'assemblée et, comme l'an passé, nous comptons sur vous pour nous régaler de vos petits plats salés ou sucrés lors du **repas canadien** qui suivra.

Si vous souhaitez ajouter un point à l'ordre du jour, contactez un membre du comité, par email comite@cas-le-gag.ch ou au stamm.

Ordre du jour

1) Introduction

- Présentation et adoption de l'ordre du jour.
- Nomination des scrutateurs.
- Approbation du PV de l'AG ordinaire du 13 novembre 2018, publié dans le bulletin été 2019. Quelques exemplaires seront disponibles le soir de l'AG.

2) Bilan du club

- Activités & Formations.
- Ecole de ski.
- Mur d'escalade.
- Communication.
- Rapports des vérificateurs sur les comptes 2018.
- Approbation des comptes et nomination des vérificateurs pour 2019.

3) Comité 2019 – 2020

- Élection du nouveau comité.

4) Visions & objectifs 2020

- Présentation et approbation de la vision 2020.

5) Budget 2020

- Présentation et approbation du budget.

6) Divers

7) Remise des médailles aux jubilaires

Remarques : Cette convocation remplace la convocation envoyée par la poste aux membres. Pour celles et ceux qui voudraient consulter les comptes avant l'assemblée, Olivier Nicolas se tiendra à votre disposition.

Les acquisitions récentes:

Cote	Titre	Auteur	Edition	Année
Alpinisme				
A 41	Classic climbs of the Cordillera Blanca, Peru	Brad Johnson	Brad Johnson	2009
A 42	Glace des Alpes : ascensions classiques	Marco Romelli	Idea Montagna	2017
A 43	Alpes suisses : les plus belles courses : rocher, neige, glace et mixte	Stéphane Maire	Glénat	2018

Ski de randonnée				
RS 84	Ski de randonnée : Vallée d'Aoste	Philippe Ertlen	Olizane	2018
RS 85	Grand Paradis / Topo neige Val d'Aoste	Jean-Baptiste Mang	Volopress	2018

Randonnée				
RP 152	Randonnées pour Grizzlys et autres animaux solitaires : Alpes valaisannes	Philippe Noth	Slatkine	2013
RP 153	Grandes randonnées le long des bisces : Valais rive droite	Armamd Dussex	Rossolis	2018
RP 154	En route, sac au dos... En Haute-Savoie et en Valais	Philippe Metzker	Slatkine	2018

Divers				
D 91	Courir les montagnes suisses : 30 trails incroyables	Doug Mayer, Kim Strom, Janine et Dan Patitucci	Helvetiq	2018
D 92	Montagnes romandes : à l'assaut de leur nom : Etude étymologique des noms de montagnes de Suisse romande	Gilbert Künzi, Charles Kraege	Cabédita	2001
D 93	Le sommet des dieux, vol. I : Tenir ses rêves	Jiro Taniguchi, Baku Yumemakura	Kana / Dargaud Lombard	2010
D 94	Enfant du Salève	Claude Girod	La Chartreuse du Pomier	2018

Vitam

Grimper à Vitam pour moins cher.

Le club vous propose toujours des entrées Vitam à prix subventionné (12 CHF)

Contact : Christine Coquoz, christine.c@hotmail.ch / port. 079 883 70 26

Calcul des frais de transport

En voiture :

- Jusqu'à 400 km: 60 centimes par voiture et par kilomètre
- Au-delà de 400 km: 50 centimes

En train:

Le prix indiqué suppose généralement l'abonnement demi-tarif des CFF.

Subvention du club pour frais de transport de 50% aux jeunes (jusqu'à 22 ans / 25 ans si en formation) pour toutes les courses qui ne sont pas déjà subventionnées.

- **Le prix du transport du chef de course est assumé par le club.**
- **La nuitée en demi-pension en cabane du chef de course est assumée par le club (pour les séjours au-delà de trois nuits, prendre contact avec le responsable A&F).**

Pour les trajets en train, le montant de ces frais doit être calculé avec l'abonnement demi-tarif.

Les membres du CAS ne bénéficient d'aucune couverture d'assurance par le Club. Chaque participant doit être assuré personnellement en cas d'accident.

Transport écologique

L'abonnement 1/2 tarif des CFF vous permet de voyager à un prix très proche de celui du tarif voiture appliqué par le GAG. De plus, vous bénéficiez du tarif réduit des TPG tout au long de l'année. Pensez aussi à utiliser les cartes journalières des CFF, valables avec le 1/2 tarif.

Des cartes journalières sont disponibles dans la commune de Carouge à 42 Fr.- non remboursables, www.carouge.ch/carte-journaliere-cff

Elles sont également disponibles dans les communes suivantes, sans abonnement 1/2 tarif, mais il faut les réserver assez longtemps à l'avance : Cologny, Versoix et Veyrier (lien utile : <http://www.tageskarte-gemeinde.ch/fr-fr/> et <https://www.versoix.ch/cartes-cff/>)

La date d'utilisation de ces cartes ne peut être changée, il vaut donc mieux prévoir un autre voyage au cas où la course est annulée!

Abonnement Tunnel du Mont-Blanc

Un abonnement de passage du tunnel du Mont-Blanc est à votre disposition au Stamm auprès de Christine Coquoz, responsable du matériel.

Contact : christine.c@hotmail.ch / port. 079 883 70 26

Conditions d'inscription aux cours et aux courses avec guide ou chef de courses :

Pour les courses ou cours avec guide, il peut être demandé aux participants de **verser des arrhes** (ou, selon les cas, la totalité du prix) lors l'inscription. Les chefs de courses peuvent également demander des arrhes pour leurs courses. En cas de désistement, les arrhes ne seront pas remboursées.

Nous rappelons que la section s'engage non seulement auprès des professionnels, mais aussi auprès de ses membres et de ses chefs de courses; ce n'est pas à elle d'assumer les frais engendrés par des désistements tardifs ou inopinés. Nous vous remercions de votre compréhension.

IMPORTANT: Pour les courses avec guide, les participants sont soumis aux "Conditions générales des guides de montagne pour la Suisse": <http://www.4000plus.ch/index.php?id=153&L=1>

Notamment:

En cas de désistement du participant les honoraires du guides doivent être payés:

- 60 à 31 jours avant le début de la course = 25% des honoraires
- 30 à 11 jours avant le début de la course = 50% des honoraires
- 10 jours ou moins avant le début de la course = 100% des honoraires

Pour des raisons de sécurité, le guide peut proposer une course de substitution. **Le participant ne peut pas, dans ce cas là, annuler sa participation.**

Soupers canadiens

Comme d'habitude venez partager un repas canadien chaleureux dans les rires et la bonne humeur au stamm. **Les prochaines dates seront: jeudi 13 juin et jeudi 12 septembre.**

Ces dates seront également présentées dans la Newsletter et sur les réseaux sociaux.

Les Jubilaires en 2018:

25 ans:

Guy Tornare
Olivier Pavesi
Michel Sadowski
Kyoko Lizuka
Yannick Flugli
Markus Pikart

60 ans:

Bruno Schaerrer
Beat Friedli

Cotisations 2019

Catégories :

Jeunesse	6 à 22 ans révolus
Individuel	Dès 23 ans
Famille	Deux adultes d'au moins 23 ans avec enfants de 6 à 17 ans, vivant en ménage commun et membres d'une même section
Vétérán	Dès 50 ans de sociétariat
Membre d'honneur	Distinction accordée à une personne qui a rendu d'éminents services à la cause du club ou de la montagne

Détail de la cotisation :

Membre	Finance d'entrée	Section	CC + Les Alpes	Total
Jeunesse	-	12.-	28.-	40.-
Individuel	30.- (1ère année)	44.-	68.-	112.-
Famille	50.- (1ère année)	79.-	102.-	181.-
Vétérán dès 50 ans de soc.	-	-	38.-	38.-
Membre d'honneur	-	-	-	-

Les nouveaux membres qui s'inscrivent au cours du 3ème trimestre paient une cotisation réduite de 50%.

Les nouveaux membres qui s'inscrivent au cours du 4ème trimestre sont exonérés de cotisation.

Les démissions sont acceptées jusqu'au 31 janvier. Passé ce délai, la cotisation doit être payée.

Félicitations aux nouveaux chef-fe-s de courses !

Le comité félicite nos nouveaux chefs de courses et les remercie chaleureusement de leur engagement au sein du club.

Chef de courses Hiver 1 CAS : Adrien Besson

Chef-fe-s de courses Randonnée CAS : Ariane Walpen, Julien Grunder

Chef de Cours 1 J+S Excursion à ski : Kevin Bryand

Moniteur J+S Excursion à ski : Tim Vernet

Le Comité

Location de matériel

Le Club vous propose une palette de matériel en location ainsi que des rabais pour les péages de tunnels autoroutiers et des rabais pour l'escalade en salle. Ces articles sont disponibles au stamm tous les jeudis soirs de 18h30 à 19h30. **Pour les membres de moins de 22 ans, ou moins de 25 ans en formation, les locations sont gratuites!**

Escalade:

Set d'escalade comprenant un baudrier, un panier d'assurage, une sangle d'auto-assurage (vache), 3 mousquetons à vis, une cordelette de 120 cm (prussik) et une cordelette de 250 cm. 4 sets sont à disposition.

Prix de location

- Membre: Fr. 10.-
- Non-membre: Fr. 20.-

Des chaussons d'escalade d'occasion sont aussi à disposition en prêt.

Via ferrata:

Set de longues de via ferrata avec 3 mousquetons. 4 sets à disposition.

Prix de location

- Membre: Fr. 10.-
- Non-membre: Fr. 20.-

Courses hivernales:

Les chefs de courses n'accepteront pas les participants qui ne seront pas équipés du matériel minimum de sécurité contre les risques d'avalanches, soit un set avec DVA, pelle et sonde.

Prix de location du set DVA, pelle et sonde

- Membre: Fr. 15.-
- Non-membre: Fr. 20.-

Prix de location d'un DVA seul

- Membre: Fr. 15.-
- Non-membre: Fr. 20.-

Prix de location d'une pelle ou sonde seule

- Membre: Fr. 5.-
- Non-membre: Fr. 10.-

Prix de location de piolet et crampons

- Membre et non-membre: Fr. 10.-

Le matériel loué devra être rendu au plus tard au début du stamm suivant. Vous trouverez le règlement détaillé sur place.

Si vous avez du matériel ancien en bon état et à jour dont vous souhaitez vous séparer, vous pouvez l'apporter à la responsable matériel. Cela pourra dépanner ceux qui n'en possèdent pas encore!

Responsable: **Christine Coquoz**, christine.c@hotmail.ch / port. 079 883 70 26

Remerciements aux bénévoles du GAG

Les membres du comité et les chefs de courses sont tous des bénévoles et ont droit à leur propre liste dans ce bulletin.

Mais en plus, sous vos yeux ou en coulisses, de nombreux bénévoles s'activent afin que le GAG fonctionne et vous offre tous les services que vous attendez ou même ceux que vous ne soupçonnez pas. Un grand merci donc à ces bénévoles, dont la liste apparaît ci-dessous.

Mais après tout, pourquoi ne pas nous suivre dans cette belle aventure du bénévolat ? Vous serez les bienvenus. Contactez la responsable, Sophia Taylor, sophia_taylor_56@hotmail.com ou au Stamm un jeudi.

Le comité

Accueil:

Lauper Eric (responsable), Berger Isabelle, Borloz Sophie, Coquoz Yannick, Grivet Michel, Koziel Tomek, Melet Georges, Oetiker Philippe, Richards Judith, Sabih Agathe, Vilaclara Alexandra, Weigl Katja.

Bar:

Bölsterli Walter (responsable), Annemark Elisabeth, Berset Eveline, Borloz Sophie, Coquoz Yannick, Dagonnier Thomas, Janin-Ndaw Geneviève, La Lueta Carmen, Lavorel Michèle, Mauris Yves, Pettinaroli-Kempa Corinne, Schmid Agathe, Taylor Sophia, Walpen Ariane, Ziesche Claudia, Zuber Olivier.

Bibliothèque:

Tavelli Jean-Michel (responsable), Aeberhard Laurence, Bauer Pascal, Bouvard Denise, Dupraz Mona, Giovannini Bernard, Melet Georges, Rosset Régis, Taylor Sophia, Zuber Olivier.

Ecole de ski:

Baud Nicolas, Delmège Philippe, Vilaclara Alexandra, Zuber Olivier.

Mur d'escalade:

Guéra Sébastien (responsable), Alberti Ingo, Besson Adrien, Berger Isabelle, Bräm Hans, Bräm Margrit, Grivet Michel, Henninger Thomas, Kirchmeier Félix, Pupet Soline, Urio Oscar, Vilaclara Alexandra, Zuber Olivier.

Matériel: Coquoz Christine.

Bulletin: Borloz Sophie.

Publicité: Lachat Sarah.

Site Internet: Lauper Eric.

Application des courses: Bommeli Laurent.

Fichier membres: Lavorel John.

Commission Sécurité: Berger Isabelle, Brandt Didier, Duc Fabien, Henninger Thomas, Roth Raphaël.

Secrétaire: Reymond Isabelle.

Alpiness: Delabays Robin (responsable), Vollenberg Mattijs (coordinateur).

Le Mur, mode d'emploi...

Le mur de la salle des Charmettes est ouvert et clos par un/une membre du GAG agréé/ée à le faire. Pour être agréé, il suffit à la personne d'en faire la demande et de suivre une formation auprès de Sébastien Guéra, actuel responsable du mur (contact: cf. page 44).

Horaires

Les membres du GAG agréés peuvent accéder librement au mur lors des horaires ci-dessous.

Les week-ends et jours fériés, l'accès se fera par le parc Cottier.

Les personnes agréées disposeront d'un accès afin d'ouvrir et fermer la salle.

Jour	Horaire	Permanence assurée ?	Dites-leur bonjour : on partage la salle avec eux !
Mardi	19h30	Non	Cours de zumba fitness
Mercredi	12h00 – 22h00	Non	Genève Combat Club
Jeudi (Stamm GAG)	19h30 – 22h00	Oui	Cours gym dynamique
Samedi	14h00 – 20h00	Non	Libre
Dimanche	10h00 – 20h00	Non	Libre

Règlement

Vous le trouverez ci-dessous ainsi que dans la salle. Au-delà de ces quelques règles, le bon sens, le respect des autres usagers et des locaux prévaut !

Règles des locaux

- Les chaussures de ville doivent être enlevées tout de suite à l'entrée de la salle.
- L'utilisation de la magnésie est interdite sauf sous forme liquide.
- Les utilisateurs du mur ne doivent pas utiliser les douches de la salle de gym.
- La personne qui a ouvert la salle doit partir la dernière. Elle est responsable de laisser la salle propre, rangée et avec les tapis relevés.
- Il est interdit de modifier le positionnement des prises d'escalade.

Utilisateurs grimpeurs

- Chaque personne grimpe sous sa propre responsabilité, en appliquant les principes de sécurité propres à l'escalade en salle.
- Les enfants en dessous de 14 ans grimpent sous la responsabilité de leurs parents ou d'un adulte responsable.
- Les jeunes de 14 à 18 ans doivent être encadrés par une personne agréée à ouvrir le mur.
- Chaque grimpeur utilise son propre matériel et en garantit le bon état.
- Les grimpeurs présents doivent respecter les consignes de la personne agréée à ouvrir le mur, cette personne peut au besoin exclure un utilisateur.

Accès

- Le mur d'escalade ne doit être utilisé que pendant les horaires d'ouverture définis qui sont indiqués sur le site internet et ce bulletin.
- Les personnes agréées à ouvrir la salle durant les horaires définis doivent avoir suivi une formation, leur liste est disponible sur le site internet de la section.
- Il est obligatoire pour la personne qui ouvre le mur de s'inscrire en arrivant dans la salle, elle y indique la date et le nombre de personnes qui utilisent le mur.

Merci à tous et bonne Grimpe !

Votre comité

ALPINESS

Tu penses qu'un relais est une discipline de course à pied ? Pour toi une conversion est un changement de conviction spirituelle ? Tu restes convaincu-e que tu peux mettre un rappel sur ton téléphone ? Peut-être que les sorties d'Alpiness sont pour toi.

Présentation :

Le groupe Alpiness regroupe les jeunes membres (0 à 30 ans) des sections Genevoise et Carougeoise du CAS. Avec un programme varié tout au long de l'année, le but d'Alpiness est avant tout d'initier et de perfectionner les jeunes montagnard-e-s pour les amener à plus d'autonomie et de sécurité en montagne. Le programme d'hiver comprend du ski de randonnée et du ski-alpinisme, ainsi que nos mémorables initiations à la cascade de glace. Durant tout l'hiver, nous organisons un Tour des salles de grimpe : chaque semaine nous avons rendez-vous dans la salle de la région genevoise pour grimper ensemble. L'été, nos activités se partagent entre l'alpinisme et l'escalade. Chaque saison, nous proposons un programme progressif permettant aux participant-e-s réguliers-ères de progresser tout au long de la saison.

Nos sorties sont régulièrement encadrées par des guides de montagne, dont les frais sont généreusement pris en charge par nos deux sections mères, la Carougeoise et la Genevoise. De plus, tous-tes nos chef-fe-s de course sont diplômé-e-s Jeunesse et Sport, et donc reconnu-e-s par la Confédération Helvétique (rien que ça !).

Dans le but d'assurer une relève, nous proposons un programme AJ, destiné et adapté aux participant-e-s de 10 à 15 ans. Le reste du programme se destine plus généralement aux jeunes de 10 à 30 ans. Nous avons aussi un programme Alfa (Alpinisme en famille), où les enfants peuvent venir avec leurs parents.

Comme en témoignent plusieurs récits du livre commémorant les 40 ans du GAG, une grande partie des membres de notre section ont commencé à pratiquer la montagne au sein d'Alpiness. Depuis plusieurs années, Alpiness a vu la formation de divers groupes d'amis et compagnons de cordée, durables dans le temps qui, grâce à une formation de qualité, sont devenus autonomes en montagne. Les expériences partagées en montagne créent des liens forts et durables, au point que certains couples formés au sein d'Alpiness partagent aujourd'hui leur quotidien.

Renseignements et contact : info.alpiness@gmail.com et robin.delabays@gmail.com

Cours d'introduction « Alpinisme Estival »

Public cible : Toutes personnes sportives désirant découvrir l'alpinisme. **Pour nos membres, les formations sont subventionnées par le club**

Objectif : Les objectifs de ce cours sont de vous permettre de découvrir l'activité et de participer, en fonction de votre niveau et de votre forme physique, aux courses du club avec un maximum de sécurité.

<i>Dates</i>	<i>Cours</i>	<i>Lieu</i>
27-30.06.2019	Stage d'initiation	Région Orny/Trient VS

Prix : Membres du GAG : Frs. 430.-, Jeunes Frs. 215.- Non membres : Frs 610.-
Le prix comprend : les remontées mécaniques, les demi-pensions dans les refuges et l'encadrement par des chefs de courses confirmés.

Module I : Découverte du matériel technique : crampons, piolets, mousquetons, baudrier, casque, moyens d'assurage en rocher et glace, cordes, cordelettes et sangles.

Module II : Des chefs de courses expérimentés et passionnés vous enseigneront le maniement correct de la corde, la manière de faire les différents nœuds, les techniques d'assurage, l'escalade sur rocher ainsi que l'utilisation du piolet et des crampons, lors des randonnées glaciaires.

Programme :

Jeudi : Le rendez-vous est fixé à 12h30 à Champex-Lac (VS).
Puis en groupe, nous attaquons la montée vers la Cabane d'Orny (2831m).
En soirée, présentation d'une courte théorie sur la « vie en cabane » ainsi que l'organisation des groupes pour les ateliers du lendemain.

Vendredi : Cette première journée sur le terrain est principalement orientée « rocher » et dédiée à la formation de base pour la pratique de l'escalade sportive.

Samedi : Durant cette journée, orientée plutôt « glace », nous allons dans des ateliers pratiques parcourir notamment les objectifs suivants : utilisation du piolet et des crampons, connaître les techniques d'encordement sur glacier ou encore maîtriser la technique du sauvetage en crevasse, le « mouflage ».
Déplacement à la Cabane du Trient située à 3170m. En soirée, introduction à la planification d'une course y compris la lecture de carte.

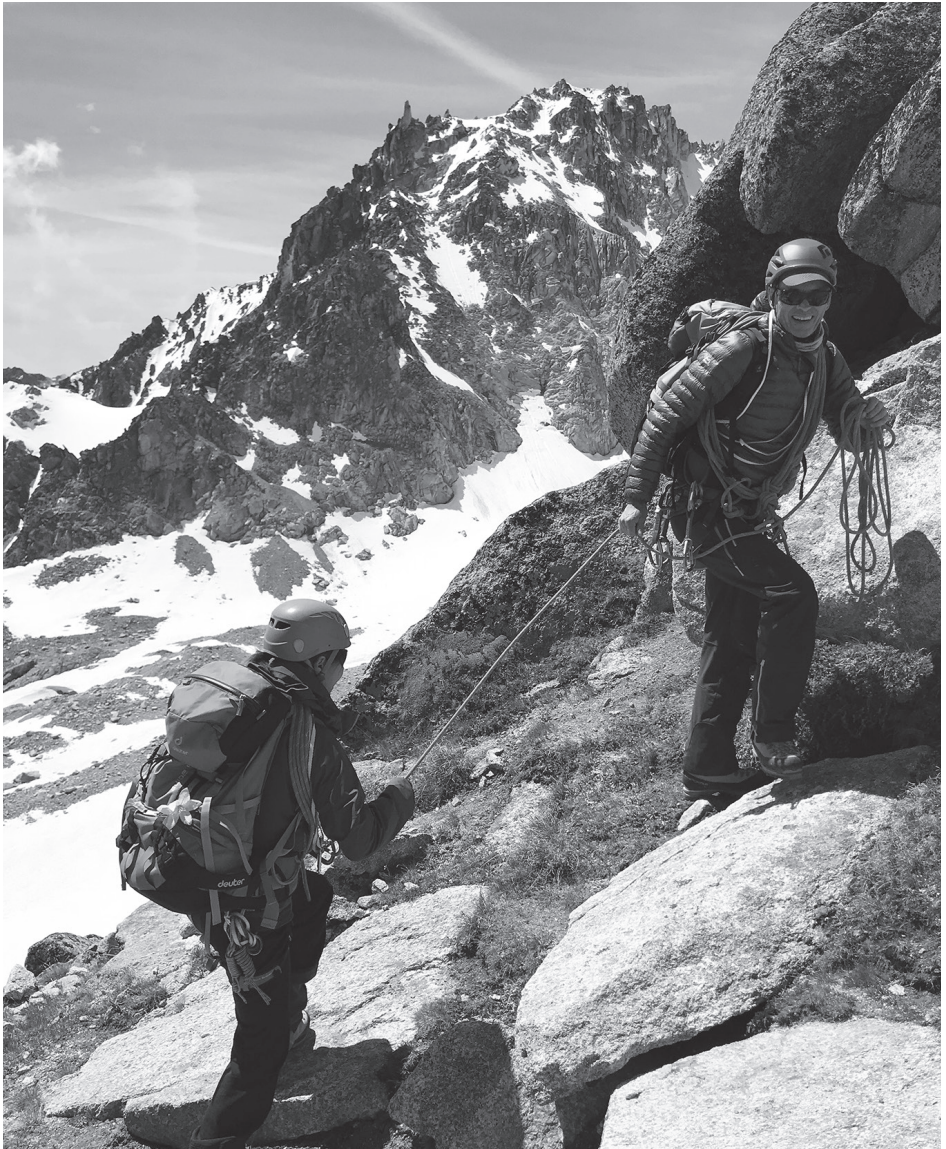
Dimanche : Départ tôt le matin à la lampe frontale pour une course d'application préparée la veille.

Responsable : Chef de classe : Laurent Bommeli.

Inscription/renseignements :

Par mail : formations@cas-le-gag.ch avant le 25 mai 2019.

Il n'y a pas de meilleure manière pour se familiariser avec une nouvelle passion !



Cours de base "Cartographie et orientation"

Public cible : Tous publics.

Objectif : Acquisition des bases pour : la lecture des cartes suisses et françaises, la préparation cartographique d'une course, s'orienter par bonne visibilité et une introduction à l'orientation par mauvaise visibilité.

<i>Dates</i>	<i>Cours</i>	<i>Lieu</i>
05.10.2019	Théorie	Les Matins clairs
06.10.2019	Pratique	Plateau de Beauregard

Prix :

Membres du GAG :	Fr. 170.-
Jeunes membres :	Fr. 75.-
Non membres :	Fr. 230.-

Programme :

Samedi : Hébergement au gîte "les Matins clairs" au Plateau de Beauregard. Théorie : systèmes de projection, coordonnées et quadrillages, les Nords, les instruments, tactiques d'orientation, préparation de la course du lendemain.

Dimanche : Exercices d'orientation autour du plateau de Beauregard.

Responsables : Michel Grivet, formateur Jean-Michel Galley.

Inscription/renseignements :

Au stamm ou par mail : formations@cas-le-gag.ch avant le 30 septembre.

Prévision de formations pour l'hiver 2019/2020

Cours d'avalanche intensif «Module Basic»

Du jeudi 26.12 au samedi 28.12.2019.

Dans ce cours, vous acquerez les connaissances théoriques et pratiques de base en matière d'avalanches dans des domaines comme la préparation de course, le bulletin d'avalanches, l'évaluation du danger d'avalanche (3x3), la formation des avalanches, l'évaluation du terrain et du manteau neigeux, la réduction du risque et l'utilisation du détecteur de victimes d'avalanche (DVA).

Cours d'avalanche intensif «Module Pro»

Du vendredi 3.01 au dimanche 05.01.2020.

Dans ce cours, vous acquerez les connaissances avancées en matière de recherche professionnelle via des techniques comme les « micros-bandes » ou encore la recherche des trois cercles. Nous allons également étudier et établir un profil neigeux de manière avancée par la technique de sondage-battage. Ce profil sera publié le soir même sur le site et l'application du SLF. Cours technique réservé uniquement aux Chef-fe-s de courses ainsi qu'aux personnes ayant participé au cours intensif « Basic ».

Cours de base hiver initiation/révision ski de randonnée

Module 1 : le lundi 6 janvier 2020 à 19h :

- Connaissance du matériel
- Théorie sur le DVA

Module 2 : du vendredi soir 17 au dimanche 19 janvier 2020.

- Connaissance de la neige et ses dangers.
- Recherche et dégagement de victimes d'avalanche.
- Gestion d'accident.
- Préparation de course, etc.

Module 3 : le samedi 25 janvier 2020.

- Course d'application.

Cours de sécurité des Raimeux (Section Prévôtoise)

Samedi 28 et dimanche 29 septembre 2019

Informations et inscriptions sur le site internet de la section Prévôtoise.

Lien: <https://www.cas-prevotoise.ch/courses/cours-de-sauvetage-2018.php>

Remerciements

A toutes les cheffes et tous les chefs de courses,

- qui s'engagent durant toute l'année pour proposer à nos membres des courses attractives et variées,
- qui s'engagent pour renouveler leurs connaissances en matière de sécurité alpine,
- qui transmettent avec passion et patience leur savoir-faire aux nouveaux membres,
- qui par leur dévouement et leurs compétences maintiennent vivant l'esprit de notre club,

les responsables des activités et de la formation vous remercient, au nom du comité et de tous les membres, et vous souhaitent de belles courses pour les saisons d'été et d'automne qui s'annoncent.

Adrien, Laurent et Michel

Chef-fe-s de courses actif-ve-s au programme Été - Automne 2019

Nom Prénom	Tél. privé	Natél	E-mail	hiver	été	escalade	rando	Famille
Bauer Pascal		078 819 52 80	bauer.pascal@gmail.com	2				
Berger Isabelle	022 534 59 55	079 352 70 79	isabelle.berger@hispeed.ch	2	2			
Besson Adrien		078 642 07 60	adrien.besson@group8.ch	1	1			
Bommeli Laurent		079 423 00 16	me@bommeli.biz	2	2	1	x	
Bräm Hans	022 785 73 73	079 287 25 26	hansbraem@vtx.ch	1	1			
Bruscoli Francesco		076 330 91 07	fbruscoli@yahoo.com	1	1			
Coqoz Yannick		078 922 12 27	yanncoqoz@gmail.com	1				
Christoph Stefanie	022 237 55 84		stefanie_christoph@web.de		1			
Delabays Robin		079 587 35 60	robin.delabays@gmail.com	1				
Grivet Michel		079 477 43 47	m.grivet@bluewin.ch	2				
Grunder Julien		076 388 57 07	julien.grunder@gmail.com				x	
Guéra Sébastien	022 301 31 88	078 802 38 69	sebastien.guera@gmail.com			x		
Guex Emmanuel		076 389 70 41	emmanuel@guex.net		1			
Henninger Thomas	022 700 79 28	076 403 20 18	thomashenninger@yahoo.com	2	2	x		x
Janin Ndaw Geneviève	022 734 81 13	078 685 29 79	janinn daw@hotmail.fr				x	
Kirchmeier Félix		076 479 06 50	felixki@web.de		1			
Mathys Josiane	022 329 97 53	079 360 17 93	josy14@bluewin.ch				x	
Melet Georges		076 404 89 99	g.melet@bluewin.ch		1		x	
Stock Lisa		078 685 26 29	lisastock@gmx.de		1			x
Vilaclara Alexandra		079 257 76 41	alexandra.vilaclara@gmail.com			x		
Vollenberg Mattijs		076 445 41 05	mattijs.vollenberg@etu.unige.ch	1	1			
Walpen Ariane		076 377 80 87	ariwal@me.com				x	
Weigl Katja		077 421 71 94	katja.weigl@gmail.com	1				
Zuber Olivier		078 603 15 42	zeitoun@mac.com		1			



Calendrier des courses

Liste des abréviations des activités

Alpi	Alpinisme	Rdo	Randonnée	SkP	Ski de piste
CasGl	Cascade de Glace	Rparc	Randonnée ski itinéraire sécurisé	SkR	Ski de randonnée
Cours	Cours technique	Rda	Randonnée alpine	VTT	Vélo tout terrain
Div	Divers	Raq	Randonnée raquettes	ViaFe	Via ferrata
Esca	Escalade	SkF	Ski de fond		

Attention le calendrier des courses peut être sujet à modifications !

Pour obtenir les dernières mises à jour, il est conseillé de consulter régulièrement le logiciel de gestion des courses en ligne sur le site.

Pour cela, vous devez vous connecter sur le site du GAG sous «activités > projets de course»,
[http://droptours.cas-le-gag.ch/](http://droptours.cas-le-gag.ch)

Signification des informations d'inscription sur Droptours

Pour pouvoir vous inscrire en ligne, il faut que le **point** avant le nom de la course soit **vert**.

Pour vous inscrire, vous devez vous connecter en entrant votre numéro de membre et votre mot de passe (par défaut, votre date de naissance sans les "0". Par exemple pour le 08.06.1985, il faut entrer 8.6.1985).

Si vous avez **modifié votre mot de passe** pour vous connecter **sur le site du CC (sac-cas.ch)**, c'est ce mot de passe qui sera **appliqué à l'outil Droptours**.

Si le **point est blanc**, vous devez aller voir le détail de la course pour savoir si :

- vous êtes hors de la fourchettes des dates d'inscription
- le chef de course ne veut pas/plus d'inscription en ligne.

Si le point est **rouge**, alors la course est soit complète et le chef de course ne gère pas de liste d'attente, ou la course est annulée.

Le module rouge (X/Y) avant le point renseigne :

- **X** = le nombre de participants déjà inscrits.
- **Y** = le nombre de participants maximum acceptés.

Si le nombre d'inscrits est plus grand que le nombre de participants maximum, cela veut dire qu'il y a une ou des personnes en liste d'attente.

Les courses Alpiness sont également ouvertes aux membres du club âgés de plus de 30 ans.

La priorité est donnée aux jeunes d'Alpiness, mais si il reste de la place vous serez volontiers accepté.

Echelle CAS pour la montagne et la haute montagne

On utilise un système de cotation global qui classe les courses de F (Facile) à ABO (ABOminable). La cotation peut être affinée par un signe + ou -.

Attention : A cotation de difficulté technique égale (cotation rocher), l'altitude, le poids du sac, la longueur, le peu d'équipement en place, l'environnement, tout cela modifie totalement la donne. Il est prudent de ne pas aller jusqu'à son niveau maximum de falaise.

Dans les topos, il est souvent associé le niveau technique le plus difficile de la course en utilisant l'échelle de cotation pour l'escalade, AD/4a.

Par exemple : L'arête du Hörnli au Cervin (voie normale suisse) est cotée globalement D. Alors que la cotation rocher est cotée 2c. La difficulté principale consiste, en plus de l'altitude, à trouver le cheminement, éviter les rochers friables. C'est beaucoup plus difficile que de grimper du 2c quelque part au soleil. Sur le topo, la cotation pour cette voie est D/2c.

Avertissement : Ces cotations sont données pour des conditions météorologiques idéales. Une chute de neige récente, du brouillard, la température, le vent ou un orage peuvent changer considérablement le niveau de difficulté.

Cotation	Description	Exemple
F Facile	Marche facile, éboulis, arête de blocs facile < 3. Glacier peu pentu.	Voies normales : Pigne d'Arol-la, Tête Blanche, Bishorn, Breithorn, Pigne de la Lé, Rosablanche, La Luette.
PD Peu Difficile	Demande une plus grande sûreté de pas, passages d'escalade clairement disposés et sans problème. Glacier en général peu raide, courts passages plus raides.	Voies normales : Mont Blanc, Aiguille du Tour, Weissmies, Combin de Corbassière, Petite Aiguille Verte.
AD Assez Difficile	Demande une bonne habitude du terrain escarpé. Progression en corde tendue avec passages de degré 4, occasionnellement assurage avec relais. Glacier pentu, passages jusqu'à 50°, petite rimaie, nombreuses crevasses. Cordée maîtrisant plusieurs techniques de progression.	Aiguille de la Tsa : face E, Grand Cornier : arête SW, Aiguille du Midi : arête des Cosmiques, Mont Collon : voie normale, Mont Blanc de Cheillon : traversée E - SW.
D Difficile	Demande une bonne expérience de l'escalade et un bon sens de l'itinéraire, un pied très sûr. Progression de relais en relais sur de longues sections en degré 4 ou 5. Glaciers ou pentes de neige très raides, rimaie importante.	Cervin : arête du Hörnli, Aiguilles Dorées : traversée E - W, Obergabelhorn : face N.
TD Très Difficile	Assurage avec relais constamment nécessaire dans les sections difficiles, escalade continuellement exigeante.	Mont-Blanc : Grand pilier d'angle, Grandes Jorasses : Le Linceul.
ED Extrêmement Difficile	Ascension de parois demandant un très grand engagement. Grandes difficultés constantes. Itinéraire complexe. Retraite compliquée, voir impossible.	Eiger : Face N, voie Heckmair, Grandes Jorasses: Eperon Walker, Les Drus: Directe Américaine, Cervin : Face N, voie Bonatti.

Echelle CAS pour la cotation des randonnées

La limite entre les niveaux T5, T6 et la cotation montagne F est parfois floue. On distingue généralement la cotation randonnée du fait que les difficultés sont moins soutenues, que les glaciers sont dépourvus de neige et que les crevasses éventuelles sont apparentes.

Cotation	Description	Exigences
T1 randonnée	Chemin ou sentier bien tracé. Les endroits exposés (si il y en a) sont très bien protégés. Tous risques d'accident peuvent être évités avec un comportement normal. Si balisé aux normes FSTP : jaune.	Aucune, convient aussi en "baskets". L'orientation ne pose pas de problème.
T2 randonnée en montagne	Chemin ou sentier avec tracé ininterrompu et montées régulières. Terrain parfois raide, risque de chute pas exclu. Si balisé aux normes FSTP : blanc - rouge - blanc.	Avoir le pied sûr, chaussures de trekking recommandées. Capacités élémentaires d'orientation.
T3 randonnée en montagne exigeante	Sentier pas forcément visible dans le terrain, les passages exposés peuvent être assurés avec des cordes ou des chaînes; éventuellement appui des mains pour l'équilibre. Quelques passages exposés avec risques de chute, pierrier, pentes mêlées de rochers sans chemin. Si balisé aux normes FSTP : blanc - rouge - blanc.	Avoir le pied très sûr, bonnes chaussures de trekking. Capacités d'orientation moyennes. Expérience élémentaire de la montagne.
T4 randonnée alpine	Sentier parfois manquant, l'aide des mains parfois nécessaire pour progresser. Terrain assez exposé, pentes herbeuses délicates, pentes herbeuses mêlées de rochers. Névés faciles et passages sur glace non recouverts de neige. Si balisé aux normes FSTP : blanc - bleu - blanc.	Être familier du terrain exposé, chaussures de trekking rigides. Capacité d'évaluation du terrain et bonnes capacités d'orientation. Expérience alpine : en cas de mauvais temps, le repli peut être difficile.
T5 randonnée alpine exigeante	Souvent sans chemin, quelques passages d'escalade facile. Terrain exposé difficile, pentes mêlées de rochers. Glaciers et névés présentant un risque de glissade. Si balisé : blanc - bleu - blanc.	Chaussures de montagne. Évaluation sûre du terrain et très bonnes capacités d'orientation. Bonne expérience alpine et connaissances élémentaires du maniement du piolet et de la corde.
T6 randonnée alpine difficile	La plupart du temps sans chemin, passages d'escalade jusqu'à II. Souvent très exposé, pentes délicates mêlées de rochers. Glaciers sans neige avec risque de glissade. En général non balisé.	Excellentes capacités d'orientation. Expérience alpine confirmée et habitude de l'utilisation du matériel technique d'alpinisme.

Echelle pour l'escalade rocheuse

Pour évaluer la difficulté, on utilise un chiffre arabe suivi d'une lettre **a**, **b** ou **c**, où **a** représente une difficulté moindre par rapport à **b** ou **c**. Cette cotation peut être suivie éventuellement d'un signe + ou - pour affiner l'évaluation de la difficulté.

Par exemple : 5c+.

Degrés	Description
1	Faibles difficultés. Les mains sont nécessaires pour le maintien de l'équilibre. Les débutants doivent être assurés par la corde.
2	Difficultés modérées. Progression moyennant combinaisons simples de prises pour les pieds et les mains.
3a - 4c	Terrain relativement facile. Convient pour les premiers pas ou pour une pratique irrégulière.
5a - 5c	Pour une pratique régulière.
6a - 6c	Demande une pratique régulière tout au long de l'année.
7a - 7b	Gestuelle évoluée et exigences physiques et psychiques très marquées.
7c - 8b	Haute difficulté, demande un entraînement très poussé. Niveau réalisable généralement "après travail".
8c - 9b	Réservé à une élite de grimpeurs professionnels.
9c	Niveau maximum actuel, il n'existe actuellement qu'une seule voie de ce niveau dans le monde.



TREKKING



RANDONNÉE



DÉCOUVERTE



SUR-MESURE

Imaginons ensemble votre Népal...



www.himalayaktrekking.com

- 10.05 Refresh techniques escalade au Salève** **Esca**
Sébastien Guéra
 Ve: Formation pour les Chef-fe-s de courses. Révision des techniques d'assurage et la pose de moulinettes, au Salève.
 Inscription: en ligne du Di 10 mar. 2019 au Me 8 mai 2019. Nbre max. participants 12.
- 11.05-12.05 Dômes de Miage 3673m** **SkR**
Pascal Bauer **AD/ +1400m,-2400m/7h**
 Sa-Di: La traversée des Dômes des Miages présente une belle entrée dans le ski alpinisme et des paysages époustouffants. J1 : Montée au refuge des Conscrits aux aurores depuis les Contamines-Montjoie. J2 : Montée aux Dômes de Miage, traversée et descente par le glacier d'Armançette. ATTENTION : Uniquement pour personnes connues ou recommandées par un chef de course connu.
 Inscription: en ligne, au stamm du Lu 11 mar. 2019 au Je 2 mai 2019. Nbre max. participants 3.
- 11.05 AJ/OJ : Grimpe en France voisine** **Esca**
Robin Delabays
 Sa: Journée de grimpe à proximité de Genève.
 Inscription: par écrit, Nbre max. participants 8.
- 12.05 Rochers des Mottets, voie Princesse** **Esca**
Adrien Besson **4c/ +600m,-600/4h**
 Di: Longue voie d'escalade facile dans un cadre magnifique, au pied du Dru, au-dessus de Chamonix. Nombre de personnes selon premiers de cordée.
 Inscription: en ligne du Ve 12 avr. 2019 au Je 9 mai 2019. Nbre max. participants 5.
- 16.05 Rochers de Leschaux 1936m** **Rdo**
Michel Grivet **T1/ +500m,-500m/2h**
 Je: Itinéraire en boucle depuis Solaison. Montée au sommet par le côté nord. Descente sur le col de Cenise et la Glacière.
 Inscription: par écrit, en ligne du Lu 1 avr. 2019 au Me 15 mai 2019. Nbre max. participants 7.
- 18.05 Grimpe à la Frasse** **Esca**
Hans Bräm
 Sa: Le rocher d'escalade se trouve à côté du parking. Escalade et révision des techniques de sécurité dans les niveaux 3b - à -5b. Débutants bienvenus. En covoiturage, par Cluses ou Tannings au col de Châtillon, ensuite à la Frasse.
 Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne, au stamm du Me 1 mai 2019 au Me 15 mai 2019. Nbre max. participants 6.
- 18.05 Les Via Ferrata du Genevois** **ViaFe**
Felix Kirchmeier **K3/ +500m,-500m/3h**
 Sa: Journée décontractée pour découvrir les via ferrata du Genevois. Combinaison des ferrata du Fort de l'Ecluse et voie Revaclier (dite de Pomier). Leurs expositions différentes permet de rester au soleil toute la journée.
 Inscription: par écrit, en ligne du Je 18 avr. 2019 au Je 16 mai 2019. Nbre max. participants 5.
- 18.05 AJ/Alfa : Journée de grimpe** **Esca**
Sébastien Guéra
 Sa: Journée de grimpe à proximité de Genève.
 Inscription: en ligne du Lu 18 mar. 2019 au Me 15 mai 2019. Nbre max. participants 8.
- 19.05 Lac du Champ Tardif 1890m** **Rdo**
Josiane Mathys **T1/ +900m,-900m/4h30**
 Di: Balade de printemps dans les Aravis, au-dessus de Manigod.
 Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne, au stamm du Lu 15 avr. 2019 au Je 16 mai 2019. Nbre max. participants 8.

WOODHOUSE Carpentry

Menuiserie – Agencement – Meubles sur mesure

Notre atelier à Vernier répond à vos besoins par des interventions alliant qualité et créativité. Mobilier, cuisines sur mesure, dressings, cloisons légères, portes coulissantes, terrasses & rénovations, nous nous adaptons à toutes vos demandes.



Dressing, Arzier, VD



Armoire halle d'entrée, GE



Terrasse, Anières, GE

Nous nous déplaçons chez vous pour effectuer un devis gratuit. Ensemble, nous analysons le projet et examinons le choix des couleurs, des matières, et la répartition des volumes pour convenir de la meilleure solution.



Lit mezzanine, Arzier, VD

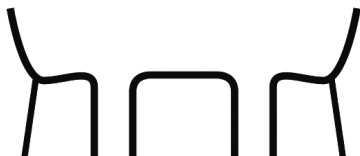


Buffet moderne, Commugny, GE



Table à manger noyer, Chavannes, VD

WOODHOUSE Carpentry



Tél. 079 763 58 97 **Email** contact@wood-house.ch
Workshop Route du Nant D'Avril 51, 1214 Vernier
Bureau Rue de Saint Jean 23, 1203 Genève



- 19.05 La Frasse, école d'escalade** **Esca**
Alexandra Vilaclara
 Di: Départ des voies depuis le parking. Sortie de début de saison. Débutants bienvenus. Stamm fortement conseillé. La Frasse ou autre selon conditions météo.
 Inscription: en ligne du Je 18 avr. 2019 au Je 16 mai 2019. Nbre max. participants 4.
- 21.05 Le Salève : Sentier des Etoiles 1000m** **Esca**
Michel Grivet **PD/ +350m,-350m/2h30**
 Ma: Ce "sentier" se prête bien à une première découverte de l'escalade et surtout permet de découvrir la face cachée aux randonneurs du Salève. De difficulté tout à fait abordable et ludique, vous pourrez découvrir les endroits mythiques du Salève et ceci après le travail.
 Inscription: en ligne du Me 1 mai 2019 au Lu 20 mai 2019. Nbre max. participants 2.
- 25.05-26.05 Formation technique d'escalade, bloc en Valais** **Esca**
Sébastien Guéra
 Sa-Di: La pratique du bloc permet de rechercher la position la plus appropriée pour réussir un passage donné. Le fait de grimper proche du sol donne la possibilité au professeur d'escalade de corriger et d'accompagner au mieux le grimpeur. La diversité des blocs et leurs profils permettent une grande variété d'exercices et de mouvements. N.B. cette formation est subventionnée par le club à concurrence de Fr. 480.-. Prix de l'encadrement pour les 2 jours: 6 participants = 90.-/personne. 5 participants = 105.-/personne. 4 participants = 130.-/personne. 3 participants = 175.-/personne.
 Inscription: en ligne du Lu 25 mar. 2019 au Me 22 mai 2019. Nbre max. participants 6.
- 25.05 AJ/OJ : Grimpe en France voisine** **Esca**

Robin Delabays
 Sa: Journée de grimpe à proximité de Genève. Sortie destinée aux moins de 18 ans.
 Inscription: par écrit. Nbre max. participants 8.
- 25.05 Traversée de Sous-Dîne 2004m** **Rdo**
Stefanie Christoph **T3/ +900m,-900m/3h**
 Sa: Ascension par le Trou de la Pierre, descente via le col de l'Ebat (passage de l'échelle, puis du câble), Champ-Laitier et le col de Landron. Environ 7h pour le parcours complet.
 Inscription: en ligne du Lu 1 avr. 2019 au Di 19 mai 2019. Nbre max. participants 7.
- 25.05 AJ/OJ Journée de grimpe** **Esca**

Yannick Coquoz
 Sa: Journée de grimpe à proximité de Genève.
 Inscription: en ligne du Lu 25 mar. 2019 au Me 22 mai 2019. Nbre max. participants 8.
- 25.05 Reculet 1718m** **Rdo**
Julien Grunder **T2/ +860m,-860m/4h**
 Sa: Randonnée traditionnelle se faisant souvent les lundis de Pâques ou de Pentecôte. Depuis le Tiocan (865m), montée au Reculet (1718m) par Narderans (1337m).
 Inscription: en ligne du Ma 30 avr. 2019 au Lu 20 mai 2019. Nbre max. participants 5.
- 26.05 Col des Corbeaux (Pointe Est) 2603m** **SkR**
Katja Weigl **PD/ +1200m,-1200m/4h**
 Di: Depuis le barrage d'Emosson. Pointe E du Col des Corbeaux et descente sur les traces de dinosaures. Remontée à l'Aiguille du Charmoz puis descente NNE. Joli itinéraire de fin de saison, avec vue panoramique: massif du Mont Blanc, Alpes Bernoises,... Stamm le jeudi 23 mai à 19h, présence souhaitée.
 Inscription: en ligne, au stamm du Ve 15 fév. 2019 au Je 23 mai 2019. Nbre max. participants 7.

Courses

Mai

26.05 **Rochers de Leschaux 1936m** **Rdo**
Geneviève Janin Ndaw **PD/ +700m,-700m/4h30**
Di: Départ de Morsulaz pour monter au sommet par le col de Cenise. Retour par le même itinéraire.
Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne, au stamm du Ve 10 mai 2019 au Je 23 mai 2019. Nbre max. participants 12.

Juin

26.05 **Les Chéserys: la Rousse, la Blonde et le Truant** **Esca**
Adrien Besson **5b**
Di: Longue voie d'escalade dans le cadre magnifique des Chéserys au dessus du Col des Montets. Niveau 5b max. Nombre de personnes selon premiers de cordée.
Inscription: en ligne du Ve 26 avr. 2019 au Je 23 mai 2019. Nbre max. participants 5.

30.05 **Mont Bifé et Vanil des Cours** **Rdo**
Ariane Walpen **T3/ +875m,-875m/4h30**
Je: Le Mont Bifé et le Vanil des Cours sont des sommets très proches situés au coeur de la Gruyère. Leur ascension est une randonnée sans grandes difficultés sur des sentiers balisés le long d'une crête forestière qui propose plusieurs magnifiques points de vue. Départ de Crésuz, montée au Mont Bifé par Petits Monts, Vanil des Cours, Les Utsets et retour à Crésuz. Transport public.
Inscription: en ligne du Sa 30 mar. 2019 au Je 23 mai 2019. Nbre max. participants 5.

04.06 **Le Salève, Dalles du Balcon** **Esca**
Adrien Besson
Ma: Quoi de mieux qu'une partie de grimpe au Salève après le boulot? Nous ferons une sortie de grimpe dans un secteur facile et un peu patiné du Salève de 17h à 22h. Nous finirons par une grillade organisée par Michel Grivet. Voies de 15 à 35m. Niveau 4c à 6a. Révision, perfectionnement ou grimpe plaisir.
Inscription: en ligne du Sa 4 mai 2019 au Di 2 juin 2019. Nbre max. participants 5.

04.06 **Grimpe et grillades au Salève** **Esca**
Michel Grivet
Ma: C'est maintenant une tradition, je vous propose de venir grimper ou prendre l'apéro au pied du Salève, dès 17h. puis de manger ensemble autour du feu les grillades que vous aurez apporté. Vous pouvez arriver à n'importe quelle heure et rejoindre les grimpeurs qui ne seront pas trop loin. Débutants bienvenus. Plus d'informations sur Droptours.
Inscription: par écrit, en ligne du Lu 6 mai 2019 au Di 2 juin 2019.

08.06-10.06 **AJ/Alfa : Week-end de grimpe** **Esca**
Sébastien Guéra
Sa-Lu: Week-end prolongé de grimpe. Lieu à définir selon météo. Sortie encadrée par un professeur d'escalade.
Inscription: en ligne du Lu 8 avr. 2019 au Me 5 juin 2019. Nbre max. participants 8.

12.06 **Le Salève, La Nationale** **Esca**
Adrien Besson **4c**
Me: Quoi de mieux qu'une partie de grimpe au Salève après le boulot? Nous ferons une sortie de grimpe dans un secteur facile et un peu patiné du Salève de 17h à 22h. La Nationale est une longue voie mythique dans le secteur historique des Petites Varappes.
Inscription: en ligne du Di 12 mai 2019 au Lu 10 juin 2019. Nbre max. participants 5.

13.06 **Souper canadien** **Div**
Laurence Aeberhard
Je: Comme d'habitude venez partager un repas canadien chaleureux dans les rires et la bonne humeur au stamm, le 13 juin à 19h45.
Inscription: au stamm.

- 14.06 Soirée au Salève pour bénévoles du mur Sébastien Guéra** **Esca 4c**
 Ve: Soirée réservée au chef-fe-s de courses encadrant les jeudis au mur des Charmettes.
 Inscription: en ligne du Lu 15 avr. 2019 au Ve 14 juin 2019. Nbre max. participants 12.
- 15.06 Sortie longue voie max 5b Emmanuel Guex** **Esca 5b**
 Sa: Le choix de la longue voie se fera en fonction des conditions (météo, restes de neige, etc.) et des premiers de cordée. Idéalement dans la région de Chamonix. .
 Inscription: en ligne du Me 15 mai 2019 au Me 12 juin 2019. Nbre max. participants 5.
- 15.06 Mini GAG (bébé famille): Rôti 1395m et dinosaures Lisa Stock** **Rdo T2/ +1050m,-150m/4h**
 Sa: Montée depuis Soleure vers Rüttenen, ensuite Weissenstein et Rôti (1395m), puis repas au restaurant Weissenstein (panorama sur Soleure et les Alpes). Descente en télécabine et visite des traces de dinosaures. Retour (comme à l'aller) en train direct depuis Soleure. Transport public.
 Inscription: par écrit, en ligne du Me 15 mai 2019 au Me 12 juin 2019
- 15.06-16.06 AJ/OJ Initiation alpinisme 1/3 (escalade) Sébastien Guéra** **Esca**

 Sa-Di: Premier week-end d'initiation à l'alpinisme. Technique de grimpe alpine, assurage, manipulation de corde. Encadré par un professeur d'escalade.
 Inscription: en ligne du Lu 15 avr. 2019 au Me 12 juin 2019. Nbre max. participants 6
- 16.06 Pointe d'Ardens 1950m Josiane Mathys** **Rdo T2/ +750m,-750m/4h30**
 Di: Au coeur du val d'Abondance. Montée par le lac des Plagnes.
 Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne, au stamm du Lu 29 avr. 2019 au Je 13 juin 2019. Nbre max. participants 8.
- 19.06 Le Salève, Pilier Sud Adrien Besson** **Esca 5c**
 Me: Quoi de mieux qu'une partie de grimpe au Salève après le boulot de 17h à 22h, en profitant de la lumière chaleureuse du coucher de soleil!! Le Pilier Sud est une longue voie dans le secteur supérieur des Vires Buttikofer.
 Inscription: en ligne du Di 19 mai 2019 au Lu 17 juin 2019. Nbre max. participants 5.
- 21.06-22.06 Formation escalade sur coinceurs Sébastien Guéra** **Esca 5b**
 Ve-Sa: Exigences: être autonome pour l'assurage et la grimpe en tête. N.B. cette formation est subventionnée par le club à concurrence de Fr. 480.- Prix de l'encadrement: 6 participants = 90.-/personne pour les 2 jours 5 participants = 105.-/personne pour les 2 jours 4 participants = 130.-/personne pour les 2 jours 3 participants = 175.-/personne pour les 2 jours.
 Inscription: en ligne du Lu 29 avr. 2019 au Me 19 juin 2019. Nbre max. participants 6.
- 22.06 Via Ferrata Revaclier Hans Bräm** **ViaFe PD**
 Sa: Depuis le parking, au début du chemin des Convers, montée à pied (30 min.), puis la via ferrata et descente à pied sur le sentier. direction l'abbaye de Pomier (St.Julien en genevois).
 Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne, au stamm du Sa 1 juin 2019 au Me 19 juin 2019. Nbre max. participants 6.

- 22.06** **Traversée du Roc d'Enfer** **RdA**
Stefanie Christoph **T5/ +1000m,-1000m/5h**
 Sa: Du Foron, monter au col de Foron (1832m) et commencer la traversée des arêtes jusqu'au sommet du Roc d'Enfer. Il s'agit d'une randonnée alpine T5 sur une arête facile mais aérienne et exposée. On ne peut pas sécuriser les passages délicats.
 Inscription: en ligne du Lu 1 avr. 2019 au Sa 15 juin 2019. Nbre max. participants 4.
- 22.06-23.06** **AJ/OJ Initiation alpinisme 2/3** **Alpi**
Robin Delabays
 Sa-Di: Deuxième week-end d'initiation à l'alpinisme. Pointe de Mourti, arête NE, max. PD.
 Inscription: en ligne du Lu 22 avr. 2019 au Me 19 juin 2019. Nbre max. participants 6.
- 23.06** **Cacao Girl (grimpe)** **Esca**
Isabelle Berger **5c**
 Di: Jolie voie de 8 longueurs dans un superbe rocher, dans la région du Châtelard. Le nombre de participants dépend d'un deuxième premier de cordée.
 Inscription: en ligne du Lu 27 mai 2019 au Sa 22 juin 2019. Nbre max. participants 3.
- 23.06** **Les Diablerets 3210m** **Alpi**
Francesco Bruscoli **F/ +300m,-300m/2h**
 Di: Nous prenons la télécabine du col du Pillon - Sex Rouge. Ensuite nous laissons les remonte-pentes derrière nous et nous montons sur le glacier des Diablerets vers le sommet, duquel une magnifique vue est assurée. Retour par le même itinéraire. Course alpine d'une journée, facile et ne nécessitant pas d'expérience particulière.
 Inscription: en ligne du Sa 1 juin 2019 au Ma 18 juin 2019. Nbre max. participants 6.
- 26.06** **Le Salève, Le Feuillet** **Esca**
Adrien Besson **4c**
 Me: Quoi de mieux qu'une partie de grimpe au Salève après le boulot de 17h à 22h, en profitant de la lumière chaleureuse du coucher de soleil! Le Feuillet est une voie alpine dans le secteur des Petites Varappes. 4c max.
 Inscription: en ligne du Di 26 mai 2019 au Lu 24 juin 2019. Nbre max. participants 5.
- 27.06-30.06** **Cours d'introduction: Alpinisme** **Cours**
Laurent Bommeli
 Je-Di: Les glaciers crevassés ou les passages accidentés en rocher sont-ils pour vous des obstacles infranchissables? Ce cours d'introduction vous permettra de découvrir l'alpinisme sous un jour nouveau. Les objectifs de ce cours sont de vous permettre de découvrir l'activité et de participer, en fonction de votre niveau et de votre forme physique, aux courses du club avec un maximum de sécurité. Des chefs de courses expérimentés et passionnés vous enseigneront le maniement correct de la corde, la manière de faire les différents nœuds, les techniques d'assurage, l'escalade sur rocher ainsi que l'utilisation du piolet et des crampons, lors des randonnées glacières. Après ce cours vous serez également en mesure de choisir votre matériel en toute connaissance de cause, d'être sensibilisé aux risques liés à la montagne, de développer les bases de l'orientation en montagne ainsi que la lecture de carte, de connaître les bases de la préparation de courses et même de découvrir la vie en cabane.
 Inscription: par écrit, en ligne du Lu 15 avr. 2019 au Sa 1 juin 2019. Nbre max. participants 16.
- 29.06-30.06** **Rando photo dans la réserve du Vanil Noir** **Rdo**
Ariane Walpen **T3/ +1400m,-1320m/4h**
 Sa-Di: Départ avec le train de 8h00 de la gare Cornavin, nous arriverons à 10h15 à Praz-Jean (Im-Fang). Puis nous rejoindrons Gros-Mont pour enfin arriver à la cabane des Marindes après environ 4 h de marche et 1000m de dénivelé. Le lendemain, nous redescendrons par Doréna, Pâquier Gétaz avant d'arriver à Château-d'Oex. Environ +300m,-1100m. Détails sur le site. Transport public.
 Inscription: en ligne du Sa 27 avr. 2019 au Di 23 juin 2019. Nbre max. participants 5.

- 29.06** **Mini GAG (bébé famille): grimpe à Ablon** **Esca**
Thomas Henninger
 Sa: Montée à pied à Ablon (grand alpage idyllique) avec possibilité de grimper en alternance près de l'alpage.
 Inscription: par écrit, en ligne, au stamm du Lu 13 mai 2019 au Me 26 juin 2019.
- 29.06-30.06** **AJ/OJ Initiation alpinisme 3/3** **Alpi**
Mattijs Vollenberg
 Sa-Di: Troisième week-end d'initiation à l'alpinisme. Course mixte max. PD+, p. ex. Aiguilles du Tour.
 Inscription: en ligne du Lu 29 avr. 2019 au Me 26 juin 2019. Nbre max. participants 4.
- 30.06** **Lac de Lessy 1781m** **Rdo**
Georges Melet **T2/ +830m,-830m/4h30**
 Di: En voiture jusqu'au Chinailon (1290m) ; montée par les alpages de Samance et les pentes sous l'Aiguille Verte (point haut : 1950m). Descente dans une combe menant au lac de Lessy (1781m). Retour par le même itinéraire.
 Inscription: par téléphone, en ligne, au stamm du Lu 10 juin 2019 au Je 27 juin 2019. Nbre max. participants 8.
- 05.07-07.07** **Weissmies 4017m, Jegihorn 3206m** **Alpi**
Adrien Besson **PD/ +1200m,-1200/4h30**
 Ve-Di: Un week-end prolongé qui mêle alpinisme de haute montagne jusqu'à 4000m et longue voie d'escalade dans la région de Saas Fee. L'ascension du Weissmies en traversée par l'Almagellergrat est une variante très esthétique et moins courue que la voie normale. La voie Alpendust du Jegihorn est une voies remarquable de 14 longueurs dans un niveau facile et un rocher parfait. Sortie sans carburants fossiles, entièrement réalisée en transports publics. Un adjoint de course sera désigné pour suppléer. Transport public.
 Inscription: en ligne du Sa 1 juin 2019 au Je 27 juin 2019. Nbre max. participants 5.
- 05.07-07.07** **Dôme de Neige des Ecrins 4015m** **Alpi**
Laurent Bommeli **PD/ +1400,-1600/8h**
 Ve-Di: Les Ecrins constituent la plus haute montagne du Dauphiné et la seule qui dépasse l'altitude de 4000m. La crête sommitale comprend trois sommets : la Barre des Ecrins (4102m), le Pic Lory (4088m) qui n'est qu'une antécime mais un nœud orographique important, et le Dôme de Neige des Ecrins (4015m). C'est une montagne qu'on ne peut confondre avec aucune autre, qui prend sa plus grande valeur esthétique au lever et au coucher du soleil, quand elle se teinte de rose ou de rouge. La vue du Dôme est saisissante, avec un tour d'horizon qui embrasse la majeure partie des Alpes et Préalpes françaises, et porte jusqu'au Cervin et au Mont-Rose. Frais de co-voiturage..
 Inscription: par écrit, en ligne du Sa 25 mai 2019 au Ma 25 juin 2019. Nbre max. participants 3.
- 05.07-07.07** **Via Ferrata du Mont Emilius (Aoste), 3559m** **ViaFe**
Felix Kirchmeier **K3/ +1400m,-1400m/10h**
 Ve-Di: Un week-end dans la vallée d'Aoste. La via ferrata du Mont Emilius (la plus haute dans les Alpes, dit-on) n'est qu'une partie de cette longue course en montagne. Approche et descente se déroulent dans un terrain de rando alpine et en font une grande journée. Nous allons donc rester deux nuits à la cabane avec l'option d'une rando ou d'une petite ferrata pour le dimanche avant de rentrer de bonne heure à Genève. Fr. 50.- d'arrhes à payer pour la réservation de la cabane à l'inscription.
 Inscription: par écrit, en ligne du Lu 20 mai 2019 au Me 3 juil. 2019. Nbre max. participants 3.

Courses

Juillet

- 05.07-06.07** **Pigne de la Lé 3396m** **Alpi**
Pascal Bauer **F/ +1000m,-1000m/7h**
Ve-Sa: Course d'application idéale pour les débutants ayant suivi la formation alpine d'été ou pour une reprise des crampons. Après une nuit à la cabane de Moiry, nous parcourons une jolie boucle entre glace et roche. Au programme, une vue magnifique sur le glacier de Moiry et le cirque des sommets dominés par le Grand Cornier. Attention : le départ de Genève est prévu pour le vendredi après-midi. Cette course peut être combinée avec la course aux Pointes de Mouri.
Inscription: en ligne du Je 6 juin 2019 au Ma 2 juil. 2019. Nbre max. participants 4.
- 06.07-07.07** **Pointes de Mouri 3563m** **Alpi**
Pascal Bauer **PD/ +1000m,-1000m/8h**
Sa-Di: Course d'application idéale pour les débutants chevronnés ayant suivi la formation alpine d'été ou pour une reprise des crampons. Après une nuit à la cabane de Moiry, nous traversons le glacier éponyme puis attaquons une jolie montée entre neige et roche avant d'accéder à l'arête menant aux Pointes. Au programme, une vue magnifique sur le glacier de Moiry et le cirque des sommets dominé par le Grand Cornier. Attention : cette course peut être combinée avec la course au Pigne de la Lé de la veille.
Inscription: en ligne du Je 6 juin 2019 au Ma 2 juil. 2019. Nbre max. participants 4.
- 06.07** **Mini GAG (bébé famille): Rochers Naves-marmottes** **RdA**
Lisa Stock **T3/ +1000m,-0m/3h**
Sa: Montée en train à Caux, au-dessus du lac Léman (1050m). Montée à pied en face W sur des chemins alpins pour atteindre les Rochers de Naves (2041m). Jardin botanique et parc à marmottes pour les petits participants. Repas de midi au restaurant, descente en train à crémaillère à Montreux et retour ensemble à Genève. Transport public.
Inscription: par écrit, en ligne du Lu 3 juin 2019 au Me 3 juil. 2019.
- 06.07-07.07** **AJ/OJ Week-end longues voies dans le Val d'Aoste** **Esca**
Robin Delabays
 Sa-Di: Week-end de longues voies dans le Val d'Aoste. Nuit en bivouac.
Inscription: en ligne du Lu 6 mai 2019 au Me 3 juil. 2019. Nbre max. participants 4.
- 12.07-13.07** **Grand Paradis 4061m** **Alpi**
Laurent Bommeli **PD/ +1300m,-2100m/6h**
Ve-Sa: Par la voie normale. Avec ses 4061m d'altitude, le Grand Paradis est le seul sommet de plus de 4000m situé entièrement en Italie et donne son nom au Parc National du Grand Paradis, dans lequel il se trouve. En plus de découvrir des paysages sublimes et un climat généralement favorable en été, vous pourrez également découvrir une faune et une flore incroyablement riches.
Inscription: par écrit, en ligne du Di 2 juin 2019 au Ma 2 juil. 2019. Nbre max. participants 3.
- 13.07-14.07** **Bishorn (4153m)** **Alpi**
Francesco Bruscoli **F/ +1600m,-2500m/10h**
Sa-Di: J1: de Zinal nous montons à la cabane de Tracuit (+1600m/5h). J2: de la cabane nous traversons le glacier de Turtmann jusqu'au sommet. Retour par le même parcours (+900m,-2500m/10h). Course qui ne présente pas de difficulté technique particulière (pas d'escalade), mais nécessitant un minimum d'expérience alpine et bonne condition physique (longue montée à la cabane + altitude). L'adjoint sera désigné à la fin des inscriptions.
Inscription: en ligne du Me 26 juin 2019 au Lu 8 juil. 2019. Nbre max. participants 5.

Electricité à Veyrier

Installations courant fort et faible

Installation et mise en service Télécom

Pose de luminaires

Dépannages

Place de l'Eglise 2

1255 Veyrier

022 784 40 84

info@janin-sa.ch



JANIN SA

Electricité - Télécom

- 13.07 La Croix de Belledonne 2926m** **RdA**
Lisa Stock **T4/ +1800m/-1800m/12h**
 Sa: Randonnée alpine en boucle depuis La Souille avec des paysages très divers, en passant par des lacs et une vue magnifique depuis la Croix de Belledonne. Très bonne condition nécessaire, marche avec crampons et pied sûr exigé.
 Inscription: par écrit, en ligne du Lu 10 juin 2019 au Me 10 juil. 2019. Nbre max. participants 5.
- 14.07 Col des Verts 2500m** **Rdo**
Josiane Mathys **T3/ +810m,-810m/5h**
 Di: Montée au refuge Gramusset et sur la ligne de crête au pied de la Pointe Percée. La vue magnifique sera bien méritée.
 Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne du Lu 6 mai 2019 au Ve 12 juil. 2019. Nbre max. participants 8.
- 18.07-21.07 Mt-Blanc de Cheilon, Pigne d'Arolla, Evêque** **Alpi**
Adrien Besson **PD/ +1000m,-1500m/6h**
 Je-Di: Enchaînement de sommets faciles et de promenades glacières dans un site grandiose et majestueux sur le trajet de la Haute-Route aux abords du val d'Hérens. Le Mont-Blanc de Cheilon est une arête en mixte surplombant l'impressionnante face Nord. Le Pigne d'Arolla est une course en glace. Le sommet est un fantastique belvédère plongeant sur le val d'Hérens. La première partie de l'ascension de l'Evêque se déroule sur glacier du Mont-Collon pour aboutir sur une arête rocheuse offrant un point de vue panoramique sur l'Italie. Fin de la course avec une raclette au feu de bois chez Raymonde à Evolène. Sortie sans carburants fossiles, entièrement réalisée en transports publics. Un adjoint de course sera désigné pour suppléer. Transport public.
 Inscription: en ligne du Di 19 mai 2019 au Je 11 juil. 2019. Nbre max. participants 5.
- 18.07 Aiguille du Belvédère 2965m** **Rdo**
Michel Grivet **T5/ +700m,-950m/6h**
 Je: Le plus haut sommet des Aiguilles Rouges mérite le voyage. Vue imprenable sur les Aiguilles de Chamonix. Montée à l'Index par les remontées mécaniques, traversée sur le lac Blanc, le col des Dards et le sommet. Retour par le même chemin. Le cheminement sur l'arête est assez aérien et nécessite quelques pas d'escalade.
 Inscription: en ligne du Lu 10 juin 2019 au Ma 16 juil. 2019. Nbre max. participants 2
- 19.07-21.07 Dom des Mischabel 4545m** **Alpi**
Laurent Bommeli **PD/ +1700m,-2200m/10h**
 Ve-Di: Par la voie normale. Le Dom se situe dans le massif des Mischabel, groupe de montagnes inséré entre les vallées de Saas et de Zermatt. Il est le plus haut sommet entièrement sur territoire suisse. A son faite, la vue est exceptionnelle sur les massifs alpins, des Ecrins, du Mont Blanc, du Mont Rose, jusqu'à la Bernina, sans oublier les Alpes bernoises. Transport public.
 Inscription: par écrit, en ligne du Di 9 juin 2019 au Ma 9 juil. 2019. Nbre max. participants 2.
- 20.07 Lac du Mont Charvin 2011m** **RdA**
Georges Melet **T2/ +850m,-850m/5h**
 Sa: En voiture jusqu'au parking de Sous l'Aiguille, via Thônes et Manigod ; montée par un large chemin menant à la ferme de l'Aulp de Fier-d'en-Haut (1756 m), puis au lac par franchissement d'une petite barre rocheuse, sans difficulté. Un col (dit du Pas de l'Ours), accessible en 10min, permet de jouir d'une vue fantastique sur le val d'Arly et le massif du Mont Blanc. Retour par le même itinéraire.
 Inscription: par téléphone, en ligne, au stamm du Lu 8 juil. 2019 au Je 18 juil. 2019. Nbre max. participants 8.

- 20.07-21.07** **Traversée intégrale du Breithorn 4163m** **Alpi**
Thomas Henninger **AD/ +1000m,-1000m/7h**
 Sa-Di: Traversée intégrale du Breithorn, AD+, 4b, forte exposition, bon rocher et arête neigeuse. Soit à la journée avec la première télécabine de 6h30, soit bivouac en altitude à 3800m. Uniquement pour participants connus du chef de course, à l'aise en corde tendue et prêts à faire des parties en tête.
 Inscription: en ligne du Lu 17 juin 2019 au Me 17 juil. 2019. Nbre max. participants 3.
- 20.07-21.07** **2 week-ends pour une grande paroi Oberlandaise 1/2** **Esca**
Sébastien Guéra **5c**
 Sa-Di: Exigences: être autonome pour l'assurage et la grimpe en tête. 1er week-end pour faire connaissance et contrôler les acquis J1: mise à jour des divers relais en fonction de l'équipement en place et de sa qualité. J2: mise en pratique dans un itinéraire plus long et aux difficultés plus sérieuses en vue de préparer le 2ème week-end. N.B. cette formation est subventionnée par le club à concurrence de Fr. 480.-. Prix de l'encadrement: 4 participants = 140.-/personne pour les 2 jours 3 participants = 190.-/personne pour les 2 jours .
 Inscription: en ligne du Di 19 mai 2019 au Me 17 juil. 2019. Nbre max. participants 4.
- 21.07** **Refuge de Gramusset** **Rdo**
Geneviève Janin Ndaw **AD/ +900m,-900m/5h30**
 Di: Départ des Troncs pour monter au refuge de Gramusset par le Planet. Retour par le col de l'Ouletaz, la Tête des Annes et le col de Borneronde.
 Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne, au stamm du Lu 1 juil. 2019 au Je 18 juil. 2019. Nbre max. participants 12.
- 24.07** **Le Salève par Les Grandes Varappes** **Alpi**
Stefanie Christoph **PD/ +680m,-600m/4h**
 Me: Escalade facile 4b max. La plus grande partie du parcours peut se faire en corde tendue, selon le niveau du groupe. Nécessite une bonne forme physique et pas de vertige.
 Inscription: en ligne du Ma 30 avr. 2019 au Di 30 juin 2019. Nbre max. participants 2.
- 26.07-28.07** **Nadelhorn 4327m** **Alpi**
Laurent Bommeli **PD/ +1000m,-1500m/7h**
 Ve-Di: Une belle course de haute montagne, pour un sommet de 4000m qui se mérite. Le Nadelhorn fait partie de ces sommets qui, sans présenter de difficultés majeures, nous permettent de vivre une ascension variée et bien représentative du monde de l'altitude. Un départ matinal de la cabane, de la marche encordé sur glacier, une pente de neige un peu raide (40°) pour atteindre le Windjoch et enfin la plus belle partie : une crête de neige parsemée de quelques rochers à enjamber, voilà le programme ! La descente sur Bordier et Grächen apporte un peu de variété encore à cette belle course. Transport public.
 Inscription: par écrit, en ligne du Di 16 juin 2019 au Ma 16 juil. 2019. Nbre max. participants 3.
- 27.07-28.07** **Pollux 4092m** **Alpi**
Olivier Zuber **PD/ +1000m,-1000m/8h**
 Sa-Di: Jolie balade glacière au milieu des 4000 entre la Suisse et l'Italie, permettant de gravir et de traverser Pollux. Note: Inscription validée après paiement des arrhes pour l'hébergement (60 Fr.) et stamm obligatoire le jeudi 18 juillet.
 Inscription: en ligne du Je 13 juin 2019 au Je 18 juil. 2019. Nbre max. participants 4.
- 27.07-28.07** **AJ/OJ Un week-end pour trois 4000** **Alpi**
Mattijs Vollenberg
 Sa-Di: J1: Départ du Petit Cervin pour le Breithorn, nuit à la cabane des Guides d'Ayas. J2: Castor et Pollux. Bonne condition physique requise.
 Inscription: en ligne du Lu 27 mai 2019 au Me 24 juil. 2019



- 28.07** **Aiguilles Crochues 2840m** **Alpi**
Isabelle Berger **PD/ +650m,-650m/6h**
 Di: Traversée des Crochues, jolie arête d'initiation. Le nombre de participants dépend d'un second premier de cordée.
 Inscription: par écrit, en ligne du Lu 1 juil. 2019 au Je 25 juil. 2019. Nbre max. participants 4.
- 01.08-04.08** **Piz Bernina 4049m (La grande traversée)** **Alpi**
Laurent Bommeli **AD/ +1200m,-1700m/9h**
 Je-Di: La grande traversée du Piz Bernina (4049m), Piz Zupò (3996m), Monte Bellavista (3922m) et du Piz Palù (3900m). L'itinéraire proposé se déroule sur trois jours, avec deux nuits en refuge, l'une en Suisse, l'autre en Italie. Deux jours de haute montagne, avec l'ascension de quatre sommets de 3900m et du "4000" le plus oriental des Alpes, le Piz Bernina, une merveille caparaçonnée de glace, nichée au centre d'un vaste complexe de glaciers tourmentés. C'est une course mixte à prédominance neigeuse de grande ampleur, esthétiquement splendide comme toutes les traversées d'arêtes. Transport public.
 Inscription: par écrit, en ligne du Sa 22 juin 2019 au Lu 22 juil. 2019. Nbre max. participants 2.
- 09.08-10.08** **Rimpfischhorn 4198m** **Alpi**
Laurent Bommeli **PD/ +1200m,-1400m/9h**
 Ve-Sa: Le Rimpfischhorn fait partie des profils montagneux grandioses. Malgré sa prééminence topographique, on ne peut l'apercevoir depuis Zermatt et Saas-Fee. Son sommet a de multiples facettes. De la Britanniahütte, on gagne l'Allalinpass par l'Allalingsletscher. On continue ensuite par le Mellichgletscher, la montée au Rimpfischsattel, puis jusqu'au sommet. Paysage glaciaire impressionnant. Transport public.
 Inscription: par écrit, en ligne du Di 30 juin 2019 au Ma 30 juil. 2019. Nbre max. participants 2.
- 10.08-11.08** **Couronne de Bréona 3159m - La Lé 3396m** **Alpi**
Isabelle Berger **AD/ +950m,-1250m/9h**
 Sa-Di: Dans un magnifique cadre, une partie de l'arête de La Lé en aller-retour puis la traversée de la couronne de Bréona le deuxième jour. Course d'arêtes demandant déjà une certaine pratique d'alpinisme. Participants connus du chef de course. Nombre de participants suivant un second premier de cordée.
 Inscription: par écrit, en ligne du Lu 1 juil. 2019 au Je 1 août. 2019. Nbre max. participants 2.
- 10.08-11.08** **2 week-ends pour une grande paroi Oberlandaise 2/2** **Esca**
Sébastien Guéra **6a**
 Sa-Di: Exigences: avoir suivi le week-end 1 ou être connu du professeur d'escalade. 2ème week-end de mise en pratique dans une paroi mythique surprise??? J1: escalade dans l'Oberland, voie de 1 longueur pour s'adapter au style puis marche jusqu'au bivouac. J2: la cerise sur le gâteau, découverte d'une paroi mythique. N.B. Cette formation est subventionnée par le club à concurrence de Fr. 480.-. Prix de l'encadrement: 4 participants = 175.-/personne pour les 2 jours. 3 participants = 230.-/personne pour les 2 jours.
 Inscription: en ligne du Lu 24 juin 2019 au Me 7 août. 2019. Nbre max. participants 4.
- 11.08** **Col de la Fenêtre** **RdA**
Geneviève Janin Ndaw **D/ +1000m,-1000m/6h30**
 Di: Départ de Notre-Dame de la Gorge pour monter par le Chenalettaz, la Tête du Lac de Roselette pour arriver au col de la Fenêtre. Retour par la Balme et Nant Borrant.
 Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne, au stamm du Lu 22 juil. 2019 au Je 8 août. 2019. Nbre max. participants 12.

- 12.08-17.08** **Monte Rosa - Spaghetti-Tour 10x4000** **Alpi**
Laurent Bommeli **AD/ +1300m,-1700m/6h**
 Lu-Sa: Le Mont-Rose, deuxième sommet de l'Arc alpin, nous invite à six jours de marche et autant de sommets à plus de 4000 mètres, entre le Valais et le Val d'Aoste, jusqu'au plus haut refuge des Alpes. Le massif abrite de nombreux pics de 4046 à 4634 mètres, dont la pointe Dufour, le plus élevé, et la pointe Gnifetti qui accueille, à 4554 mètres, le plus haut refuge d'Europe dans lequel nous allons passer une nuit mémorable. Nous allons également fêter notre séjour lors du dernier soir dans la mythique cabane du Mont Rose qui mélange architecture d'avant-garde, technologies de pointe et développement durable. Ce circuit s'adresse aux alpinistes désireux de réaliser un enchaînement de sommets en altitude, dans un univers étincelant de haute montagne aux panoramas exclusifs! .
 Inscriptio: par écrit, en ligne du Je 20 juin 2019 au Sa 20 juil. 2019. Nbre max. participants 2.
- 12.08-16.08** **AJ : Camp de grimpe et d'alpinisme** **Alpi**
Sébastien Guéra
 Lu-Ve: Camp de 5 jours d'escalade et d'alpinisme. Encadré par un professeur d'escalade et un guide de montagne.
 Inscriptio: en ligne du Lu 24 juin 2019 au Me 7 août. 2019. Nbre max. participants 6.
- 16.08-18.08** **Longues voies autour de la Sidelenhütte** **Esca 5c**
Adrien Besson
 Ve-Di: Week-end prolongé d'escalade en longue voies en trad dans le granit uranais irréprochable de la Furka. Certains disent que le granit est aussi beau que celui de Chamonix, mais sans la foule dans les voies. Nous dormirons dans la cabane Sidelen, situé à deux pas du col de la Furka. Nombre de personnes selon premiers de cordée. Sortie sans carburants fossiles, entièrement réalisée en transports publics. Transport public.
 Inscriptio: en ligne du Lu 1 juil. 2019 au Je 8 août. 2019. Nbre max. participants 6.
- 17.08** **Crêt des Mouches 2033m** **Rdo**
Michel Grivet **T2/ +1300m,-1300m/4h**
 Sa: Situé au-dessus du lac d'Annecy, ce sommet offre une superbe vue sur les Bornes, les Aravis et les Bauges. Au départ du hameau du Fontany, on rejoint l'alpage d'Arpettaz, les chalet d'Arclosan et le sommet. .
 Inscriptio: en ligne du Lu 15 juil. 2019 au Je 15 août. 2019. Nbre max. participants 7.
- 17.08-18.08** **Augstbordpass 2894m** **Rdo**
Josiane Mathys **T3/ +1080m,-1000m/5h30**
 Sa-Di: J1: Grüben-Stausee par la Haute Route panoramique. J2: Traversée Grüben - Augstbordpass -St Niklaus. De la vallée sauvage de Tourtemagne au Mattertal. .
 Inscriptio: par téléphone, par écrit, en ligne, au stamm du Lu 3 juin 2019 au Lu 5 août. 2019. Nbre max. participants 8.
- 20.08-22.08** **Pointe Dufour 4634m** **Alpi**
Laurent Bommeli **AD/ +1900m,-1900m/12h**
 Ma-Je: La pointe Dufour est le 2e sommet des Alpes et le plus haut de Suisse, il culmine à 4634 m. Moins pris d'assaut que le Mont-Blanc, il reste pourtant très convoité, attirant les alpinistes en particulier pour la beauté du paysage qui l'entoure puisque nous sommes au coeur d'une des régions les plus hautes des Alpes, avec une pléiade de sommets de plus de 4000 mètres. L'ascension de la pointe Dufour en 3 jours permet de couper le dénivelé, en dormant 2 nuits dans la très belle cabane du Mont-Rose. Cette ascension s'adresse à des personnes sûres de leur entraînement, et préalablement accommodées à l'altitude..
 Inscriptio: par téléphone, par écrit, en ligne du Me 10 juil. 2019 au Sa 10 août. 2019. Nbre max. participants 2

Chez nous,
la qualité de l'impression digitale
est identique à celle de l'offset.

Impression offset



Blanc bonnet

Impression digitale



Bonnet blanc

Peu importe la quantité.
Choisissez toujours la qualité.

ATAR

MAÎTRE IMPRIMEUR 1896

- 22.08 Les Cornettes de Bise 2432m** **Rdo**
Michel Grivet **T3/ +1200m,-1200m/4h**
 Je: Voie normale depuis les chalets de Chevenne. Montée au col de Vernaz, la Calaz, le Pas de Chaudin et le sommet. Retour par le même itinéraire.
 Inscription: en ligne du Lu 1 juil. 2019 au Lu 12 août. 2019
- 23.08 Miroir de l'Argentine** **Esca**
Adrien Besson **D**
 Ve: De loin le miroir apparait comme une plaque lisse légèrement bombée. Et pourtant la paroi est parcourue par des voie tout à fait abordables. Nous emprunterons la voie originale de Y. Départ le soir précédent. Nombre de participants selon premiers de cordée Un adjoint de course sera désigné pour suppléer.
 Inscription: en ligne du Lu 1 juil. 2019 au Je 22 août. 2019. Nbre max. participants 3.
- 24.08-25.08 Allalinhorn 4027m (Hohlaubgrat)** **Alpi**
Laurent Bommeli **AD/ +1000m,-600m/6h**
 Sa-Di: Une traversée classique, hautement recommandable, un itinéraire mixte des Alpes occidentales, une arête panoramique impressionnante, bref: une course de rêve!
 Transport public.
 Inscription: par écrit, en ligne du Di 14 juil. 2019 au Me 14 août. 2019. Nbre max. participants 2.
- 24.08 Dent de Fenestral : Arête W 2578m** **Alpi**
Emmanuel Guex **PD/ +790m,-790m/8h**
 Sa: Jolie course, pas très difficile mais nécessitant une expérience en longues voies. Difficulté escalade 3-4a max. mais tout en grosses. Plus d'info: <https://www.camptocamp.org/routes/56214/fr/dent-de-fenestral-arete-w>. Le nombre de participant dépendra d'un deuxième premier de cordée.
 Inscription: en ligne du Lu 1 juil. 2019 au Ve 23 août. 2019. Nbre max. participants 5.
- 25.08 Yoga & Grimpe** **Esca**
Felix Kirchmeier
 Di: Yoga & Grimpe dans une falaise de la région (la Duchère, le Fayet ou similaire) avec une professeure de yoga (RYT 200h+100h Yoga Alliance). Grimpeur débutant ou grimpeuse confirmée, la pratique du yoga peut vous apporter des nouvelles perspectives et vous aider à trouver équilibre et concentration. Yoga et grimpe ont des choses en commun: c'est le mental qui joue le rôle principal. Evident pour la flexibilité et le renfort musculaire, le yoga apportera surtout les aspects mentaux de l'escalade. Essayez cette combinaison de deux disciplines complémentaires! Grimpe en cordées autonomes dans une falaise de "tous niveaux."
 Inscription: par écrit, en ligne du Lu 15 juil. 2019 au Je 22 août. 2019. Nbre max. participants 7.
- 25.08 Le Grand Bargy 2301m** **Rdo**
Geneviève Janin Ndaw **D/ +950m,-950m/6h**
 Di: Départ de St-Bruno pour monter par Malatrait, la Cha, le col d'Encrenaz et descendre par le Petit Bargy et la Tête des Bécus.
 Inscription: par téléphone, en ligne, au stamm du Je 8 août. 2019 au Je 22 août. 2019. Nbre max. participants 12.
- 30.08-31.08 Punta Udine 3019m - Punta Roma 3069m** **Alpi**
Isabelle Berger **D/ +1000m,-1100m/4h**
 Ve-Sa: Dans l'ombre du Viso, un superbe décor et du beau rocher. Vendredi: montée à la cabane depuis Pian del Ré puis arête de la Punta Udine AD+ (4c). Samedi: par le col du Porc, partie de la Cresta Berhault D. Course avec guide, subventionnée par le club. Voiture.
 Inscription: par écrit, en ligne du Lu 15 juil. 2019 au Je 15 août. 2019. Nbre max. participants 3.

- 30.08-01.09** **Finsteraarhorn 4273m** **Alpi**
Laurent Bommeli **AD/ +1400m,-1500m/10h**
 Ve-Di: Le plus haut sommet des Alpes bernoises permet de jouir d'une vue exceptionnelle. A partir de Berne déjà, cette montagne frappe par l'élégance de sa silhouette. Vue de l'Est, elle impressionne par la face rocheuse qui tombe du sommet au Finsteraargletscher. Par la voie normale au départ de la Finsteraarhornhütte. Nuit à la magnifique cabane de Konkordia au retour. Transport public.
 Inscription: par écrit, en ligne du Sa 20 juil. 2019 au Ma 20 août. 2019. Nbre max. participants 2.
- 31.08-01.09** **Mini GAG (bébé famille): Week-end en cabane** **RdA**
Lisa Stock **T3**
 Sa-Di: Nuit en cabane avec une balade sympathique et un bon repas. Transport public.
 Inscription: par écrit, en ligne du Lu 29 juil. 2019 au Me 28 août. 2019.
- 31.08** **Rive droite entre vignoble et Allondon** **Rdo**
Julien Grunder **T1/ +600m,-600m/6h**
 Sa: Balade dans la campagne genevoise, à la découverte des vignobles de la rive droite et du vallon de l'Allondon. On traversera entre autres les communes de Chouilly, Peissy, Russin, et Dardagny, en passant par les Granges. On aura la possibilité de s'arrêter au Centre Nature Pro Natura du vallon de l'Allondon et si la journée est chaude, de se rafraîchir dans l'eau. Rencontre au stamm 2-3 semaines avant la date de l'excursion, selon la disponibilité des participants.
 Inscription: en ligne du Sa 15 juin 2019 au Je 15 août. 2019. Nbre max. participants 6.
- 01.09** **Col de Salenton 2526m** **Rdo**
Josiane Mathys **T3/ +1200m,-1200m/6h**
 Di: Montée au refuge de la Pierre à Bérard, puis au col de Salenton. Tarte aux myrtilles à la descente.
 Inscription: par téléphone, par écrit, au stamm. Nbre max. participants 8.
- 04.09-07.09** **Le Mont Blanc 4810m (à l'ancienne)** **Alpi**
Laurent Bommeli **AD/ +1450m/-1850m/9h**
 Me-Sa: Le Mont Blanc à l'ancienne, au rythme d'antan, sans le stress du dernier train, une approche originale et appréciée des guides de ce mythique sommet. L'ascension du Mont Blanc reste une aventure humaine nécessitant une bonne condition physique, de la volonté et un encadrement approprié. Sommet-symbole s'il en est, n'en demeure pas moins une course d'alpinisme à ne pas sous-estimer.
 Inscription: par écrit, en ligne du Je 4 juil. 2019 au Di 4 août. 2019. Nbre max. participants 2.
- 05.09-06.09** **Longues voies dans les Aiguilles rouges** **Esca**
Adrien Besson **D/ +500m,-1000m/6h**
 Je-Ve: Deux jours de longues voies en face du spectaculaire paysage de l'Aiguille verte et des Aiguilles de Chamonix. J1: Depuis le télésiège de l'Index, ascension de la pointe Gaspard, par la voie Garpard 1er, D 5c 5bA0, descente au col des Crochues. Puis ascension de l'Aiguille des Crochues, descente au Lac Blanc par le Col des Dards. Nuit au refuge du Lac Blanc. J2: Ascension de l'Aiguille de la Persévérance. Descente par la Flégère.
 Inscription: par écrit, en ligne, au stamm du Lu 1 juil. 2019 au Je 1 août. 2019. Nbre max. participants 6.
- 07.09-08.09** **AJ/OJ Le Grand Muveran 3051m** **Alpi**
Robin Delabays
 Sa-Di: J1: Départ en début d'après-midi, bivouac au pied de la voie. J2: Arête de Saille (5c).
 Inscription: en ligne du Lu 8 juil. 2019 au Me 4 sep. 2019. Nbre max. participants 4.



- 09.09-13.09** **Haute-Route dans la vallée de Saas** **Alpi**
Laurent Bommeli **PD/ +1250m,-1550m/7h**
 Lu-Ve: Une fantastique randonnée d'altitude, dans la continuité de la Haute-Route: un circuit majestueux dans la vallée de Saas Fee, pour une approche des nombreux 4000 qui entourent les illustres Cervin et Mont-Rose. Sont incluses l'ascension de l'Allalin (4027m) et celle de l'Ulrichshorn (3925m), sur l'un des plus prestigieux itinéraires des Alpes. Avec un repas gourmet dans un magnifique hôtel au milieu du parcours, pour un repos bien mérité. Transport public.
 Inscription: par écrit, en ligne du Ma 30 juil. 2019 au Ve 30 août. 2019. Nbre max. participants 3.
- 12.09** **Souper canadien** **Div**
Laurence Aeberhard
 Je: Comme d'habitude venez partager un repas canadien chaleureux dans les rires et la bonne humeur au stamm, le 12 septembre à 19h45.
 Inscription: au stamm
- 12.09** **La Tournette 2351m** **Rdo**
Michel Grivet **T3/ +1100m,-1100m/4h**
 Je: Ascension en boucle de la Tournette (2351m) par le versant Ouest. Départ depuis les Prés Ronds vers les chalets de l'Aulp, refuge de la Tournette, puis le sommet par le versant Ouest. Descente, traversée sur la Pointe de la Bajulaz, les chalets du Lars et retour aux Prés Ronds (+1100m,-1100m). Frais de co-voiturage.
 Inscription: en ligne du Me 1 mai 2019 au Je 13 juin 2019. Nbre max. participants 5.
- 14.09-15.09** **Lacs chamoniards** **Rdo**
Georges Melet **T3/ +990m,-990m/5h**
 Sa-Di: Samedi : en voiture jusqu'à Trélechamp (via Chamonix et Argentière) ; montée au lac Blanc (2352m) par l'Aiguillette d'Argentière. Sentier équipé de quelques échelles métalliques. Retour par le sentier descendant au col des Montets, sans difficulté. Difficulté : T3 Soirée et nuit aux Bossons, chez le chef de course. Dimanche : en voiture jusqu'à la gare de téléphérique du Brévent ; montée à Planpraz (1999 m), puis accès au col du lac Noir par un long sentier traversant, et descente au lac Cornu (2276m) ; remontée au col Cornu, puis poursuite jusqu'aux lacs Noirs (2540m). Difficulté: T2
 Retour par le même itinéraire, puis à Genève en soirée.
 Inscription: par téléphone, en ligne, au stamm du Je 29 août. 2019 au Je 12 sep. 2019. Nbre max. participants 6.
- 14.09** **Traversée intégrale des arêtes du Mont Chauffé** **Alpi**
Stefanie Christoph **AD/ +1000m,-1000m/10h**
 Sa: Un itinéraire sympa en moyenne montagne, peu difficile mais exposé, aérien et très long. Les pas d'escalade se déroulent sur un bon rocher franc en niveau 3c max. L'arête est assez longue et demande une très bonne forme physique et de pouvoir grimper et marcher 10-12 heures.
 Inscription: en ligne du Lu 1 juil. 2019 au Sa 24 août. 2019. Nbre max. participants 5.
- 14.09-15.09** **Escalade aux 3 becs - La Pelle (mise en pratique)** **Esca**
Sébastien Guéra **5b**
 Sa-Di: Voie pour les personnes ayant suivi les cours escalade en grandes voies et / ou sur coinçeurs ou pouvant justifier du niveau requis. J1: formation: contrôle des acquis des techniques en gd-voie et mise à jour. J2: mise en pratique: voie choisie la veille en fonction du niveau et des envies. N.B. cette formation est subventionnée par le club à concurrence de Fr. 480.-. Prix de l'encadrement: 4 participants = 145.-/personne pour les 2 jours. 3 participants = 195.-/personne pour les 2 jours.
 Inscription: en ligne du Lu 15 juil. 2019 au Me 11 sep. 2019.

Courses

- 18.09-20.09** **Varappe aux Gastlosen** **Esca**
Laurent Bommeli **6a/ +600m,-600m/6h**
Me-Ve: Les Gastlosen font sans aucun doute partie des plus beaux lieux d'Europe à gravir par des voies parsemées de tous les degrés de difficulté. De nombreuses voies d'escalade s'offrent à vous sur les différentes faces et sommets des Gastlosen. Echine calcaire de plusieurs kilomètres de long, les Gastlosen, fief des grimpeurs fribourgeois, regorgent de possibilités de grimpe. Le versant nord des parois abrite le royaume estival des voies dures, d'une ou plusieurs longueurs. La face sud offre, quant à elle, une escalade généralement moins raide et moins difficile, à l'image des voies de la Pfadflue. Nous allons loger dans un chaleureux hôtel avec repas gourmets!
Inscription: par écrit, en ligne du Je 8 août. 2019 au Di 8 sep. 2019. Nbre max. participants 2.
- 21.09-22.09** **AJ : longues voies à la Wiwannahütte** **Esca**
Robin Delabays
Sa-Di: Week-end de longues voies autour de la Wiwannahütte (Valais).
Inscription: en ligne du Lu 22 juil. 2019 au Me 18 sep. 2019. Nbre max. participants 4.
- 28.09** **AJ/OJ Pointes de la Blonnière 2369m** **Esca**
Mattijs Vollenberg
Sa: Arête à Marion, longue voie, max. 4c. .
Inscription: en ligne du Lu 29 juil. 2019 au Me 25 sep. 2019. Nbre max. participants 4.
- 29.09** **Gouille des Fours** **Rdo**
Josiane Mathys **T3/ +1100m,-1100m/5h30**
Di: Ambiance sauvage assurée. Cascade, lapiaz et peut-être quelques bêtes...
Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne, au stamm du Lu 6 mai 2019 au Je 26 sep. 2019. Nbre max. participants 8.
- 05.10-06.10** **Cours Cartographie et Orientation** **Cours**
Michel Grivet
Sa-Di: Acquisition des bases pour : la lecture des cartes suisses et françaises, la préparation cartographique d'une course, s'orienter par bonne visibilité, introduction à l'orientation par mauvaise visibilité et stratégies d'orientation. Mise en pratique. .
Inscription: par écrit, au stamm, Nbre max. participants 12
- 05.10** **Mini GAG (bébé famille): Creux du Van 1463m** **Rdo**
Lisa Stock **T2/ +800m,-800m/4h**
Sa: Depuis la gare de Noiraigue (750m) montée au Creux du Van et ensuite sur ses bords et vers le Soliat (1463m); repas ("Einkehr") à la ferme du Soliat et descente à Noiraigue. Retour ensemble en train. Transport public.
Inscription: en ligne du Lu 2 sep. 2019 au Me 2 oct. 2019
- 06.10** **Pic du Jallouvre, Les Miss** **Esca**
Adrien Besson **D/ +350,-350/5h**
Di: Longue voie dans le superbe calcaire des Aravis. Descente à pied.
Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne, au stamm du Ve 6 sep. 2019 au Je 3 oct. 2019. Nbre max. participants 6.
- 12.10-13.10** **Formation techniques d'escalade** **Esca**
Sébastien Guéra
Sa-Di: Haute-Savoie ou Valais en fonction des conditions et des envies. Exigences: pas d'exigence spécifiques à part motivation à essayer des exercices. grimpeurs de 6 bienvenus. N.B. cette formation est subventionnée par le club à concurrence de 480.- frs. Prix de l'encadrement: 6 participants = 90.-/personne pour les 2 jours. 5 participants = 105.-/personne pour les 2 jours. 4 participants = 130.-/personne pour les 2 jours. 3 participants = 175.-/personne pour les 2 jours.
Inscription: en ligne du Lu 12 août. 2019 au Me 9 oct. 2019. Nbre max. participants 6.

04.11 Soirée d'information: Formations Chefs de Courses **Div**
Adrien Besson - Michel Grivet

Lu: Vous avez envie de participer activement à la vie du club en vous engageant comme chef de course ? Le club peut vous aider en participant jusqu'à 100% aux frais de formation. Cette séance est ouverte à toutes et à tous; présentations des différentes filières de formation proposées par le CAS, conditions, financement, etc.. En compagnie des responsables "Activités et Formations".
 Inscription: en ligne du Ma 1 oct. 2019 au Di 3 nov. 2019

22.11 Tête de Véret 2309m **SKR**
Katja Weigl **PD/ +920m,-920m/3h**

Ve: Mise en jambe de début de saison.... si la neige est au rendez-vous !
 Inscription: en ligne, au stamm du Ve 8 nov. 2019 au Ve 22 nov. 2019. Nbre max. participants 6.

06.12 Tête de Balme 2321m Aiguillette des Posettes 2201m **SKR**
Katja Weigl **PD/ +1045m,-1045m/4h**

Ve: Joli itinéraire de début de saison, avec un panorama assez grandiose: massif du Mont-Blanc, Buet, Cheval-Blanc, Ruan, Tour Sallière, glacier du Tour.
 Inscription: en ligne, au stamm du Ve 8 nov. 2019 au Ve 6 déc. 2019. Nbre max. participants 6.

26.12-28.12 Cours Avalanche Intensif « Module Basic » **Cours**
Laurent Bommeli

Je-Sa: Dans ce cours, vous acquerez les connaissances théoriques et pratiques de base en matière d'avalanches dans des domaines comme la préparation de courses, le bulletin d'avalanches, l'évaluation du danger d'avalanche (3x3), la formation des avalanches, l'évaluation du terrain et du manteau neigeux, la réduction du risque et l'utilisation du détecteur de victimes d'avalanche (DVA).
 Inscription: par téléphone, par écrit, en ligne du Ve 15 nov. 2019 au Ve 13 déc. 2019. Nbre max. participants 8.

Carnet rose



Le 16 février 2019, Ophélie et Olivier Kopp-Meylan ont eu le grand bonheur d'accueillir un petit Jules. Un superbe bébé de 3520g et 50.5 cm. A n'en pas douter, un futur membre de notre club.

Toutes nos félicitations à l'heureux couple et tous nos vœux de santé et de belle vie au petit Jules.



Les guides membres du GAG

DEMAUREX Blaise	Rte de Cruseilles 19, F-74350 Saint-Blaise bdemaurex@club-internet.fr	+33 450 44 26 48 079 432 95 67
FLUGI Yannick	123 route de Lully, 1233 Lully y.flugi@sportquest.ch	076 370 88 48
FOURNIER Didier	Rte d'Hermance 140, 1245 Collonge-Bellerive didier@antecimes.ch	079 870 23 96
HÄNI Jérôme	Rue des Rois 4, 1204 Genève haeni@atypepeak.com	022 793 31 85 079 549 44 43
HUG Christian	Chemin de la Mousse 135, 1226 Thônex hug.christian2@gmail.com	079 203 50 39
MAILHOT Philippe	Ch. de la Pallanterie 2, 1222 Vérenaz mailhot@atypepeak.com	078 760 24 02
MESSERLI Olivier	Ch. de la Bessonnette 11, 1224 Chêne-Bougeries oliv.messerli@gmail.com	077 432 22 78
NOZIN Richard	Impasse de Piesbois 89, F-74800 Cornier nozinarico@yahoo.fr	+33 624 62 08 47
PIOLA Michel	Avenue Massenet 23, 1228 Plan-les-Ouates piolamichel@hotmail.com	022 823 26 63
ROULIN Dominique	Rte de La Louvière 1, 1243 Presinge altitudes@bluewin.ch	022 759 17 71
SCHAERRER Bruno	Rte des Colondalles 63, 1820 Montreux schaerrbruno@gmail.com	

Accompagnateurs moyenne montagne

LEHMANN Charles	Ch. de Calabry 10, 1233 Bernex lehmann.charles@destination-montagne.ch	022 757 67 57 079 629 02 62
LAVADINHO Nuno	Rue Daubin 5, 1203 Genève laval@arxit.ch	022 345 07 57 078 710 70 64

Aspirante accompagnatrice moyenne montagne

WALPEN Ariane	Rue Jacques-Dalphin 17, 1227 Carouge ariwal@me.com	076 377 80 87
----------------------	---	---------------

Professeurs/Entraîneur-e-s d'escalade

GUÉRA Sébastien Professeur ASGM	Rue du Gd-Bureau 24, 1227 Les Acacias sebastien.guera@gmail.com	022 301 31 88 078 802 38 69
PIOLA Anouk Entraîneure professionnelle	Avenue Massenet 23, 1228 Plan-les-Ouates anouk.piola@gmail.com	022 823 26 63 079 254 15 64

Les courses réussies

Type	Alpi	Alpinisme	Rdo	Randonnée à pied	Raq	Raquette
	SKP	Ski de piste	CasGl	Cascade de glace	Esca	Escalade
	SKR	Ski de randonnée	VTT	Vélo VTT	Cours	Formation
Date	Durée	Type	Sommet	Chef de course	Participants	
23.09.2018	1 jour	Rdo	Sur les traces du Gypaète	Katja Weigl	8	
28.09.2018	1 jour	Esca	"Into the Wild" (vallon de Bérard)	Didier Brandt	4	
30.09.2018	1 jour	Rdo	Lac de Lessy 1730 m	Geneviève Janin Ndaw	5	
30.09.2018	1 jour	Rdo	Sur les traces du Gypaète	Ariane Walpen	8	
06.10.2018	2 jours	VTT	Grand Risoux 1400 m	Christophe Pernet	4	
06.10.2018	2 jours	Rdo	Week-end GAG	Ariane Walpen	17	
06.10.2018	2 jours	Alpi	Traversée Petit Van - Gros Van - Mont d'Or	Olivier Zuber	6	
07.10.2018	1 jour	Rdo	Week-end GAG - Tour de Famelon	Ariane Walpen	8	
13.10.2018	2 jours	Cours	Cours Cartographie et Orientation	Michel Grivet	14	
28.10.2018	1 jour	Rdo	Pointe de la Gay 1801 m	Geneviève Janin Ndaw	3	
03.11.2018	2 jours	Esca	Longues voies à Arnad	Adrien Besson	3	
04.11.2018	1 jour	Rdo	Les Jottis	Geneviève Janin Ndaw	6	
18.11.2018	1 jour	Esca	Pointes de la Blonnière (2369m)	Olivier Zuber	4	
15.12.2018	1 jour	SKR	La Berte 1989m	Nicolas Baud	8	
15.12.2018	1 jour	SKR	Aiguillette des Posettes 2201m	Katja Weigl	7	
23.12.2018	1 jour	Raq	Refuge de Bostan 1760m	Josiane Mathys	8	
26.12.2018	3 jours	Cours	Cours Avalanche Intensif	Laurent Bommeli	8	
04.01.2019	3 jours	Cours	Cours Avalanche Intensif	Laurent Bommeli	8	
07.01.2019	1 jour	Cours	Découverte/Révision ski de randonnée. 1/3	Michel Grivet	20	
10.01.2019	1 jour	SKR	Ski de piste à Flaine	Michel Grivet	8	
12.01.2019	1 jour	Raq	Pointe d'Autigny 1800m	Josiane Mathys	8	
16.01.2019	1 jour	SKR	Croix de l'Ecuelle 1815m	Isabelle Berger	8	
18.01.2019	2 jours	Cours	Découverte/Révision ski de randonnée. 2/3	Michel Grivet	20	
18.01.2019	1 jour	SKR	Pointe d'Andey 1877m	Katja Weigl	3	
19.01.2019	1 jour	SKR	Montagne de Sulens 1839m	Katja Weigl	6	
20.01.2019	1 jour	SKR	Pointe d'Andey 1877m	Sophie Borloz	6	
20.01.2019	1 jour	SKR	Col Ratti 1925m	Jürg Bürge	5	
21.01.2019	1 jour	SKR	Pleine Lune à skirando peu difficile	Thomas Henninger	8	
23.01.2019	1 jour	SKR	Pointe de Sur Cou 1808m	Isabelle Berger	7	
24.01.2019	1 jour	SKR	Montagne de Sulens 1839m	Michel Grivet	6	
26.01.2019	1 jour	Cours	Découverte/Révision ski de randonnée. 3/3	Michel Grivet	13	
26.01.2019	1 jour	SKR	Croisse Baulet 2236m	Pascal Bauer	6	
27.01.2019	1 jour	SKR	Les Arpillés, Tête à Josué 2133m	Björn Riis-Johannessen	8	
27.01.2019	1 jour	SKR	La Berte 1989m	Francesco Bruscoli	8	
01.02.2019	3 jours	Cours	Cours Avalanche Intensif	Laurent Bommeli	6	
02.02.2019	1 jour	SKR	Tête de la Combaz 2445m	Katja Weigl	6	
02.02.2019	1 jour	Cours	Formation Rando-parcs 2/2	Michel Grivet	6	
03.02.2019	1 jour	SKR	Grand Croisse Baulet 2236m	Jürg Bürge	5	
08.02.2019	10 jours	SKR	Liban / 7 jours de ski de rando	Olivier Zuber	4	
08.02.2019	1 jour	SKR	Montagne de Sous-Dine 2004m	Katja Weigl	5	
09.02.2019	1 jour	SKR	Pointe d'Andey 1877m	Catherine Mange	5	
10.02.2019	1 jour	SKR	Pointe du Château 2016m	Andrew Cassels	5	
14.02.2019	1 jour	SKR	Col de la Tulle 1930m	Michel Grivet	7	
16.02.2019	1 jour	Raq	Lenlevay 1733m	Josiane Mathys	8	
17.02.2019	1 jour	SKR	Pointe Ronde 2654m	Jürg Bürge	5	
28.02.2019	1 jour	SKR	Col de la Rouelle 1980m.	Michel Grivet	7	
03.03.2019	1 jour	SKR	La Berte 1989m	Nicolas Baud	7	
07.03.2019	1 jour	SKR	Pointe de la Golèse 1835m	Michel Grivet	4	
08.03.2019	3 jours	SKR	Mont Flassin 2772m - Fenêtre de Sereina 2547m	Isabelle Berger	7	
09.03.2019	2 jours	Raq	Tour de Famelon 2137m Pic Chausay 2351m	Josiane Mathys	7	
09.03.2019	2 jours	SKR	Wildhorn 3250m et Arpelstock 3035m	Thomas Henninger	6	
10.03.2019	1 jour	SKR	Col du Rasoir 2260m	Andrew Cassels	4	
15.03.2019	3 jours	SKR	La Haute-Route Bernoise "Light"	Laurent Bommeli	4	
16.03.2019	1 jour	SKF	Mini GAG (bébé famille) Givrine-Vermeilley à pulka	Thomas Henninger	16	
17.03.2019	1 jour	SKR	Le Buet 3096m	Pascal Bauer	4	
17.03.2019	1 jour	SKR	Col du Belvédère 2780m	Katja Weigl	5	
23.03.2019	2 jours	SKR	Pointe de Combette 2695m - Mont Telliers 2950m	Nicolas Baud	5	
25.03.2019	6 jours	SKR	Semaine de randonnée dans les Grisons	Laurent Bommeli	6	
30.03.2019	2 jours	SKR	Mont-Blanc de Cheilon 3869m	Isabelle Berger	6	
31.03.2019	1 jour	SKR	Pointe Ronde 2654m	Björn Riis-Johannessen	8	

Hugues Bernard

Vendredi 25 janvier, Hugues Bernard et moi avions prévu d'aller skier ensemble. Malgré ses 87 ans, Hugues était un très bon skieur que de plus jeunes que lui avaient peine à suivre. Le mardi précédent, Michelle, son épouse, me téléphona : «La vie d'Hugues ne tient qu'à un fil et demain il ne sera plus». Quel terrible choc ; comment cela se pouvait-il, Hugues si plein d'énergie et d'enthousiasme, son franc rire me sonnant encore aux oreilles, parti en quatre jours ? C'était hélas la tragique réalité : le cœur, et si cela ne suffisait pas à l'abattre, aggravé d'un massif AVC le plongeant dans un abyssal et irréversible coma.

Né à Paris, Hugues vécut son adolescence au Maroc qu'il ne quitta que pour s'inscrire à l'université de Grenoble. Il y manifesta plus d'enthousiasme pour les sommets neigeux que pour les livres poussiéreux, suivant, sous la houlette d'un maître charismatique et adulé, une rigoureuse formation de montagnard et de skieur, en compagnie notamment de son condisciple Jean Vuarnet. Il accéda ainsi à l'équipe de France de ski universitaire. Puis, trêve de sommets, ce fut l'armée et 27 mois de guerre d'Algérie qui le révoltèrent. Six mois après son retour à Paris, Hugues épousa Michelle. Il se forma à l'informatique et ses talents d'organisateur lui valurent une promotion à la direction d'une succursale à Genève.

Dans le train qui les y menait, Michelle et lui eurent le coup de foudre pour les paysages neigeux qu'ils traversèrent et décidèrent sur le champ qu'il n'y aurait pas de retour à Paris. Lorsqu'il entra au GAG, il travaillait pour l'Association des Communes Genevoises. L'amitié n'étant pas un vain mot pour lui, il m'y fit obtenir un mandat pour étudier les activités parascolaires de l'Association. Membre de la paroisse des Eaux-Vives, à son habitude, il s'engagea



à fond dans le remplacement des orgues, me sollicitant amicalement pour diriger le démontage des anciennes orgues. Au GAG, Hugues était féru de randonnée, de ski bien sûr, d'ascensions et d'escalade, dont les traditionnels week-ends à Cassis dans les calanques, Michelle préférant au rocher pur et dur les randonnées à bicyclette. Il a organisé des treks au Maroc, pays de son enfance. Au GAG, où il est entré en 1983, Hugues a engagé ses talents dans des tâches importantes, en particulier la création du site internet du club en compagnie de Judith Richards et de Jean-Claude Martini ; lui et moi éditions le programme des courses du Club.

Pour souligner son sens de l'engagement, Michelle et lui possédaient un chalet à Mase en Valais ; Hugues s'empessa de faire partie de la Société de développement locale où, à tu et à toi avec les édiles, il fit profiter la commune de ses talents multiples à son habitude. Depuis sa retraite, chaque année, il retrouvait ses amis de Grenoble pour une semaine de ski époustouflant et de soirées joyeuses. Cher et regretté Hugues, j'espère que les nuages nous dissimulent de superbes pentes de poudreuse que tu fais tourbillonner de tes skis en pensant parfois à nous, toi qui n'oubliais jamais tes amis. Nous ne t'oublierons pas non plus.

Bernard L. Reymond

André Gysler

André a toujours aimé et pratiqué le sport ou plutôt les sports. Adolescent, il a construit son premier voilier, et avec le second il s'est éclaté en régates, remportant une (ou des) victoires suisses dans des régates de monotype, c'est-à-dire entre voiliers du même modèle. Je l'ai appris au hasard d'une conversation, car il n'avait pas l'habitude de se vanter, et je n'en sais pas plus. Il adorait aussi le vélo, et avec son sens du partage, il a ces dernières années participé à l'encadrement de sorties avec des handicapés.

C'est bien sûr en montagne que j'ai appris à le connaître comme tant de camarades du GAG (Groupe Alpin Genevois). Le choix du GAG avait dû s'imposer à lui, outre son riche programme d'activités montagnardes, par la politique révolutionnaire de ses fondateurs d'admettre les femmes, à l'encontre du Club Alpin, jusqu'à peu bastion de la masculinité exclusive et triomphante. Car André adorait les femmes, lui qui en a épousé trois, probablement pour ne pas faire de jalouses, sans mentionner ses nombreuses compagnes. Reste en mon cœur tout particulièrement Maya, tragiquement décédée il y a quelques années, qui formait avec lui un couple passant sans transition du soleil à l'orage et vice-versa comme le temps dans ces montagnes qu'ils aimaient tant arpenter ensemble.



Ils partageaient toutefois leur plaisir sans restriction, André ayant été un chef de courses exceptionnel, tant par le nombre de courses qu'il a conduites que par les buts qu'il a choisis. Hiver comme été, presque chaque semaine, à ski comme à pied ou en grimpe, lui et son groupe partaient à l'assaut de sommets souvent prestigieux que peu d'autres chefs de courses osaient taquiner. Je me souviens d'une magnifique semaine de ski dans les Alpes bernoises où nous avions gravi la Jungfrau, le Mönch et d'autres sommets, devant toutefois renoncer au Finsteraarhorn faute de temps.

En Valais, je n'ai pas la place ici pour énumérer tous ses sommets dont bien sûr le Mont-Rose. Pour éviter les foules au Mont-Blanc, il y montait par le Tacul et le Mt-Maudit, et lui et son groupe admiraient le clair de lune à 4810 m d'altitude puis redescendaient, de nuit toujours, pour aller dormir au Gôûter de jour quand la cabane était vide. André encourageait les débutants à l'accompagner et jamais ne les houspillait, mais au contraire les encourageait et les formait. Il avait un grand souci de la sécurité et le sens de la montagne, faisant demi-tour avant qu'il ne soit trop tard. Il n'a jamais eu d'accident avec ses groupes. Ses qualités étaient reconnues par les guides participant à ses courses qui le considéraient comme l'un des leurs. Avec lui nous nous sentions en pleine confiance.

Le GAG, devenu entretemps la section carougeoise du Club Alpin après que les femmes y ont été admises, l'a nommé membre d'honneur eu égard à son exceptionnel parcours de chef de courses, mais le connaissant, je doute que cela lui ait fait aussi plaisir que de mettre le pied sur un nouveau sommet. Frappé par la maladie, il a durant l'été 2018 retrouvé son vélo pour des sorties un jour sur deux avec son amie Marie-Claude, sorties qui l'ont soulagé et lui ont apporté ses dernières joies sportives. Dis, André, quand je te rejoindrai, ce qui ne saurait plus trop tarder vu mon âge, on ira grimper sur les nuages. D'accord ?

Bernard L. Reymond

Hommage à notre 1er président, J.P. KRIEGER

Jean-Pierre Krieger s'est dévoué, dans la difficile et mouvementée période d'ouverture du Club Alpin Suisse aux femmes, pour être le 1er président du GAG.

Transfuge de la section genevoise du CAS, il a activement participé à la naissance du GAG, puis à l'acceptation de cette petite structure au sein du CAS, comme 2ème section sur territoire genevois.

Homme discret, il aimait la nature, profondément, et y était actif comme montagnard et homme de grains et de graines ; en effet, meunier de profession (aux minoteries de Plainpalais), il avait aussi une passion pour le vin, en tant que vigneron aux Communailles, à Dardagny.

En montagne, il avait une prédilection pour une course d'escalade aux Gais Alps, mais surtout une inlassable envie de faire découvrir la toute proche crête du Jura gessien, entre la Faucille et le Reculet, que ce soit à pied ou à ski de fond.

Depuis la création du GAG en 1977, il est resté président durant les deux 1ères années, et a cédé la place à son mentor, Edouard Brique, lors de l'AG du 22 novembre 1979 ; il a continué alors à participer au comité en tant que vice-président jusqu'en novembre 1982.

Nous en garderons le souvenir d'un homme simple, calme, discret et dévoué.

Merci à toi, Jean-Pierre, tu as participé à l'émancipation du CAS et à la création d'une section qui respire le dynamisme.

Georges Melet

Appel aux montagnards solidaires

Suite à une ascension au Kilimandjaro rendue possible grâce à la formidable équipe des porteurs et guides locaux, et face au triste état de leur équipement pour affronter les rudes conditions d'altitude, nous faisons appel à vous.

Si dans vos caves et armoires vous trouvez:

- Des chaussures de marche, depuis les baskets jusqu'au chaussures d'alpinisme,
- Des vêtements chauds : laine polaire, vestes, sous-vêtements, pantalons, bonnets, écharpes, gants, chaussettes, etc...
- Des sacs de montagne, des lunettes d'altitude, des thermos,
- Des sacs de couchage...

Le tout plutôt en peinture homme (mais ils sont plutôt petits et minces...).

Merci de les amener au stamm du GAG aux dates suivantes:

16 mai, 6 juin et 27 juin 2019.

D'avance un grand merci pour votre partage.

Fabienne et Olivier Probst, Daniel et Patricia Rochat



Organigramme du Comité 2019

Vice-président junior

Lauper Eric

Animations, news + accueil

Présidente

Walpen Ariane

Bulletin & projets

Vice-présidente senior

Weigl Katja

Relations externes

CAS Central, sections, Ville de Carouge

Responsable Finances

Nicolas Olivier

Activités & Formations

Besson Adrien

Responsable Services

Taylor Sophia

Bar, biblio, salles, matériels et mur

Secrétaire Comité

Reymond Isabelle

Représentant GAG

à Genève Montagne

Wünsche Laurent

Représentant Alpines

Delabays Robin

Le comité du GAG, jusqu'à l'AG 2019

Présidente	WALPEN Ariane ariwal@me.com	Portable 076 377 80 87
Vice-présidente senior	WEIGL Katja katja.weigl@gmail.com	Portable 077 421 71 94
Vice-président junior	LAUPER Eric zatoric@hotmail.com	Portable 079 639 13 48
Coordinatrice Services	TAYLOR Sophia sophia_taylor_56@hotmail.com	Portable 078 804 79 72
Responsable Finances	NICOLAS Olivier oli4@bluewin.ch	Portable 079 570 16 06
Coordinateur Activités & Formations	BESSON Adrien adrien.besson@group8.ch	Portable 078 642 07 60

Hors comité

Délégué Activités & Formations	BOMMELI Laurent me@bommeli.biz	Portable 079 423 00 16
Délégué Activités & Formations	GRIVET Michel m.grivet@bluewin.ch	Privé 022 796 20 28 Portable 079 477 43 47
Secrétaire du comité	REYMOND Isabelle isareym@bluewin.ch	Portable 079 775 87 67
Responsable-délégué Jeunesse	DELABAYS Robin robin.delabays@gmail.com	Portable 079 587 35 60
Représentant du GAG à Genève-Montagne	WUNSCHE Laurent wlaurent@bluewin.ch	Privé 022 782 99 85 Portable 079 287 44 30
École de Ski - GAG	ZUBER Olivier info@ski-gag.ch	
	BAUD Nicolas info@ski-gag.ch	
Commission Sécurité	Isabelle Berger Thomas Henninger Fabien Duc	Didier Brandt Raphaël Roth
		comsec@cas-le-gag.ch

Modifications récentes du fichier des membres

Nouveaux membres:

Aeschlimann Cédric, Anastasi Daniel, Bauer Florian, Benetti Philippe, Besliu Arina, Biffiger Sophie, Blaser Dorian, Blaser Lucie, Bojaly Mounir, Bojaly Clua Anaïs, Bojaly Clua Alberto, Brügger Evelyne, Brun Nathalie, Brun Thierry, Chan Olivier, Chappuis Pascal, Cholewinska-Nielsen Agnieszka, Clua Sonia, Cochard Anouk, Coulon Ludivine, Crottaz Sheryl, D'Amico Luca, D'Elia Elena, Dettling Simone, Didier Yoanne, Duborgel Adrien, Fargeaud Valentine, Fascetti Andrea, Fattouh Wassim, Favez Denis, Fedotova Tatiana, Fereol Tom, Florez Uria Raphaël, Froesch Fabien, Gallina Elias, Geinoz Jeremie, Giadas Daniel, Gianora Fabio, Girardin Marcel, Goh Yuna, Goodman David, Goodyear Marie-Christelle, Gratzter Stephan, Gratzter Inge, Grunder Julien, Guérin Frédérique, Hakansson Jonas, Haller Olivier, Kemter Dorit, Kern Ilse, Kistler Helene, Lachat Soline, Leseigneur Chloé, Mangeat Hadrien, McCreight Edward, Meckel Alexandre, Mesot Iléane, Metrailler Krisztina, Metrailler Matteo, Metrailler Quentin, Michel Anne, Mirault Valérie, Mirault Marjane, Montaner Victor, Mottaz David, Noirmain Caroline, Paul Oliver, Pellissier Léonie, Pereira Tanguy, Perrenoud Julie, Rebou Thomas, Riffart Vincent, Rivière Estelle, Rossier Marco, Schlaepfer Nicolas, Schmid Jeremy, Schmidlkofer Maja, Sjollemia Emilie, Spaltenstein Joël, Stücklin Marine, Taugwalder Fabienne, Tesniere Elise, Tudeau Laetitia, Vormus Phileas, Waeber Jean-Bernard, Waeber Julien, Wawrzynkowski Eric, Wong Anneline.

Démissions:

Ball Jean-Michel, Balmain Pierrick, Bonjean Frédéric, Bourgeois Pierre Claude, Bruckne Jean-Claude, Castelnuovo Manuele, Colliard Laurine, Depeyre Julie, Durand Girard Thomas, Fassnacht Fanny, Follonier Gabriel, Follonier Valérie, Follonier Loïc, Follonier Elodie, Gähwiler Michaël, Gerstman Michelle, Gourier Frigeri Chantal, Guyard Guilhem, Hanson Denisa, Hintermann Barbara, Hostetmann Samuel, Jordan Jeannette, Kugler Erich, Laederach Gérard, Lanfranchi Camille, Marié Vincent, Masmеjean Chantal, Mekonen Alexa, Metry Christine, Mikulenaite Ruta, Munday Manon, Notarangelo Kezian, Pacoret Cécile, Pedretti Rosalba, Pot Raymond, Roche Ewan, Slettenhaar Arnaud, Soussan Melina, Stich Bettina, Strubin Jean-Marc, Susin Paola, Taccoz Marc-Antoine, Thöni Valérie, Tingström Aline, Tschanz Sylvain, Valaud Anne, Wenger Suzanne, Zanardo Alain, Zhong Weiqian.

Procès-verbal de l'assemblée générale ordinaire

Le 13 novembre 2018

Séance ouverte à 19h00 après un apéritif de bienvenue à la salle du Rondeau, à Carouge.

Présences :

- 61 membres présents,
- 15 membres excusés.

1. Introduction

Katja Weigl, présidente ouvre l'assemblée générale ordinaire de la section par une minute de silence en souvenir de Jean-Pierre Krieger, membre fondateur et 1er Président de notre section, décédé le 30 octobre 2018.

Elle salue aussi tous les membres pour leur présence et spécialement celle d'André Gysler, membre d'honneur et absent (par inadvertance) sur la liste des membres publiée dans le dernier bulletin de la section. Ceci a été rapporté à la personne responsable du fichier des membres à Berne.

L'ordre du jour est présenté. Il a été publié dans le bulletin et il est adopté par l'assemblée sans remarque particulière. Deux membres se sont portés volontaires comme scrutateurs. Il s'agit de Olivier Probst et Philippe Oetiker.

La présidente demande la validation du PV de l'AG de 2017, qui a été publié dans le bulletin d'été. L'assemblée l'approuve à l'unanimité sans remarque particulière.

2. Bilan du club

Nouveau logiciel des courses

Katja marque une année à la présidence avec la mise en route du logiciel de gestion des courses, droptours. La mise en place de ce logiciel en début de saison d'hiver 2017-18 a été accompagnée de formation d'utilisateurs (chefs de courses, etc). Puis, le format de la présentation des courses dans le programme pour le bulletin a dû être ajusté suite à ce changement, on espère avoir nos pictogrammes de retour pour le prochain bulletin. Le nouveau logiciel a des avantages et des inconvénients, mais elle a l'impression que les membres ont su s'adapter malgré encore des erreurs dans les listings des participants ou des courses.

Quant aux nouveaux outils de gestion et communication, la newsletter a été actualisée, la communication via les réseaux sociaux s'est renforcée avec un compte instagram, et des réflexions ont été menées pour le renouvellement prévu de notre site internet.

L'année a été marquée par un programme particulièrement riche et varié de courses et d'autres événements pour tous les goûts et niveaux. Tout cela a été possible grâce à l'engagement de nombreux bénévoles.

Bénévoles

Sophia Taylor remercie chaleureusement tous les bénévoles pour leur entrain et l'énergie par lesquels ils contribuent à la bonne santé du GAG. Ce soir, elle tient particulièrement à remercier Elisabeth Annemerk, bénévole sortante après de nombreuses années de présence régulière et fiable.

Encore un grand merci à ceux à l'accueil, au bar, aux soirées extraordinaires et ailleurs. Michel Grivet enchaîne ses remerciements pour les chefs de courses engagés, actifs tout au long des saisons, qui ont permis d'assurer un programme de courses riche et varié.

Bibliothèque

A la bibliothèque, le nombre d'emprunt est stable. 31 acquisitions avec un stock élargi dans différents domaines d'activité, la liste des nouveautés se trouve dans le bulletin. Jean-Michel nous précise de ne pas faire don des anciennes éditions de livres sauf s'il s'agit d'un topo pour une région pour laquelle nous ne possédons encore rien.

Via Ferrata Revaclier

Michel Grivet suit l'état de la via ferrata; elle est contrôlée chaque année par Michel Piola en collaboration avec Félix. Le changement de câbles et des rajouts de marches utiles pour les enfants ont été réalisés cet automne. Les panneaux de signalisation pour marquer l'entrée et la sortie et le réaménagement du sentier de sortie sont prévus pour le début du printemps.

Activités & Formations

Michel présente la nouvelle formation rando-parcs. Elle s'adresse aux membres désirant organiser des courses à ski sans avoir encore toute l'expérience pour sortir du cadre sécurisé. Ces sorties se font sur des itinéraires de montée balisés, et les descentes sur les pistes des stations de ski. A l'heure actuelle une vingtaine de stations offrent cette possibilité, voire plus les prochaines années. Contrairement aux courses hors pistes, la responsabilité d'autoriser ou non le parcours incombe à la station, mais ces courses sont couvertes par la RC du CAS. Ce nouveau concept a été soutenu par le responsable de la formation CAS. Les conditions à remplir pour l'organisation des courses rando-parcs sont d'avoir suivi un cours de section ski de randonnée depuis moins de 3 ans, un soir de théorie et un jour de pratique. Michel encourage les membres à s'inscrire pour côtoyer les «collants-pipette» et faire vivre les «thermos-goretex». La suite serait de se former comme chef de course hiver.

Commission de sécurité

Une nouvelle procédure a été rédigée et approuvée par le comité. Katja explique qu'il y avait un besoin d'actualiser la procédure en cours, entre autre, en lien avec la mise en place du nouveau logiciel de gestion de courses, et pour permettre un mode de validation rapide pour les courses de dernière minute. Elle remercie chaleureusement Oliver Probst, membre sortant de la commission, pour sa disponibilité durant ces 5 dernières années. La nouvelle composition 2018-19 est : Isabelle Berger, Didier Brandt, Fabien Duc, Thomas Henninger et Raphael Roth.

Commission Ski-Gag

Nicolas Baud, co-responsable, présente le bilan 2017-2018 : 5 dimanche de cours, 1 week-end à Chamonix ont eu lieu, le transport en car a été un succès, avec une participation en hausse de 35% par rapport à la saison précédente. C'est grâce à un bon enneigement mais aussi à la présence de plus d'enfants et de jeunes. Pour 2018-19, on continue sur cette lancée avec plus de jeunes, plus de Gagistes et au moins 8 moniteurs par sortie. Il y a tous les niveaux, soit sur piste/hors piste. Ingo Alberti a rejoint la commission composée déjà par Alexandra Vilaclara, Philippe Delmege, Nicolas Baud et Olivier Zuber.

Mur de grimpe

Sébastien atteste l'évolution positive du mur, toutes les voies ont été changées en avril par un ouvrier professionnel. Il y a toujours un grand succès lors des journées réservées aux enfants des écoles. Petits et moins grands ne perdent pas patience pour refaire un tour. Les formations pour l'utilisation du mur sont annoncées dans le bulletin.

Alpiness

Robin Delabays est très enthousiasmé par la relève. Les 25-30 ans ont participé à 21 sorties hiver conjointes avec la section genevoise; s'ajoutent 2 camps et 3 week-ends d'initiation. Oui, il est difficile de faire venir les plus jeunes, ceux-ci ne trouvent pas leurs marques dans des groupes plus âgés. Ils sont aussi actifs tous les mardis soir dans différentes salles de grimpe à Genève. Pour 2019, promouvoir des sorties pour les jeunes entre 10-18 ans.

Mini Gag

Thomas Henninger présente le mini GAG, réactivé récemment. Ce sont des courses pour les familles avec un bébé jusqu'à 2 ans, l'intérêt est d'échanger idées et expériences, profiter de ce que vous aimez faire avec bébé. En 2018, déjà 4 courses se sont déroulées dans le Jura et les Préalpes, et cela se poursuivra en 2019 avec une sortie de deux jours dans le Jura.

Genève Montagne

Vincent Bersot nous présente le projet actuel de l'association Genève Montagne nouvellement faitière. Elle a principalement pour but de fédérer les clubs, d'organiser des projets communs et de représenter ses membres auprès des autorités. L'exemple récent du Salon de la Montagne a regroupé plusieurs clubs de Genève pour promouvoir différentes activités. Les dernières actualités sont importantes puisque la Ville de Lancy a récemment acquis un magnifique terrain sur lequel le projet du Centre Genève Montagne devrait naître en plusieurs étapes. La première étape est d'aménager trois blocs d'escalade en libre accès à l'intérieur du parc. Une maquette a été construite et est commentée par Vincent. Il souligne l'importance de démontrer que la population, et plus particulièrement les clubs membres de Genève Montagne, soutiennent le projet, et de réaliser cette première phase pour le printemps 2019. A cet effet, une campagne de financement participatif sera lancée en décembre 2018 pour un objectif de CHF 150'000.-. La réalisation des autres équipements compris dans le Centre est prévue en 2021 (espace culturel), puis en 2023 (grande salle d'escalade, estrade avec structure d'escalade en extérieur, centre de formation, salle de conférence, salles de réunion et café-restaurant). Venez nombreux nous soutenir, et consultez le nouveau site web qui se divise en deux sections : une pour l'Association interne et l'autre pour le Centre.

Animations

Ariane présente les nombreuses animations qui ont eu lieu cette année. Parmi elles, la soirée pour les nouveaux membres autour d'un verre, la présentation d'un voyage en Scandinavie, la présentation sur la préparation mentale par Maya Lalive basée sur son livre édité au CAS. Puis l'exposé d'Antoine Rezer et son livre sur le gypaète, complété par deux explorations sur le terrain au pied des falaises. Ceci dit, il reste les soupers canadiens, et la nouvelle formule week-end GAG reconduite pour la troisième fois.

Finances

Françoise, trésorière, est heureuse puisqu'elle a enregistré une perte de CHF 10'608.- au lieu de CHF 13'000.- prévue dans le budget. D'autant plus que le livre des 40 ans du GAG a coûté CHF 2'507.- de plus que prévu et que nous avons eu une baisse des revenus publicitaires. Pour le bulletin, un écart se justifie par un encart de photos en couleurs dans le bulletin automne/hiver 2017. Ainsi, la fortune du club se monte à CHF 50'402.-.

Ingo Alberti, contrôleur aux comptes avec Carmen La Lueta Guyard, confirme les résultats, vérifiés par sondages ainsi que l'exactitude des diverses pièces comptables présentées. Les contrôles attestent de la parfaite conformité des comptes.

Katja remercie les contrôleurs des comptes ainsi que la trésorière pour la qualité de leur travail, elle demande ensuite l'approbation des comptes 2017-2018 par l'assemblée. Les comptes sont approuvés à l'unanimité.

Un nouveau vérificateur aux comptes est nommé en la personne de Philippe Oetiker, qui remplace Ingo Alberti.

3. Election du comité

Katja reprend la parole pour le renouvellement du comité.

Plusieurs membres du comité ont donné leur démission. Il s'agit de Thomas Henninger, vice-président senior, Françoise Cateau, trésorière, et Laurent Bommeli, coordinateur activités & Formations. Elle les remercie chaleureusement pour leur disponibilité pour le GAG.

Un nouveau comité est proposé, avec la composition suivante :

- **Ariane Walpen**, présidente,
- **Katja Weigl**, vice-présidente senior,
- **Eric Lauper**, vice-président junior,
- **Olivier Nicolas**, trésorier,
- **Sophia Taylor**, responsable Services,
- **Adrien Besson**, coordinateur du groupe Activités & Formations, qui sera accompagné pour des tâches ponctuelles par **Laurent Bommeli et Michel Grivet** (hors comité).
- **Isabelle Reymond**, secrétaire (hors comité).

Le comité est élu à l'unanimité moins une abstention.

4. Vision et projets 2019

Ariane voit l'année sous l'ère des outils de communication. Le site internet actuel s'essouffle; à cette occasion elle remercie Judith, Jean-Claude et Hughes qui ont formé en 2006 un groupe de travail pour la mise en place de l'informatique au GAG.

Un nouveau site se dessine, il se doit d'être vivant et accueillant. Dans ce sens, Ariane fait appel aux personnes qui souhaitent contribuer à cette vie. Il est prévu :

- Des liens vers la newsletter, les sites et les réseaux sociaux
- Un agenda des activités
- Des petites annonces
- Des actualités de dernière minute
- Des photos

Geneviève pose la question si, à l'avenir, il n'y aura que les réseaux sociaux ? cela n'est pas le cas, le site va rester le moyen central pour communiquer.

La survie du club dépend principalement du nombre de chef-fe-s de courses. Pour la section, il est important de former régulièrement de nouveaux chefs de course dans tous les domaines (randonnée pédestre, ski, alpinisme).

Grâce aux contacts avec des professionnels de la montagne, en lien avec sa formation d'accompagnatrice, les animations à venir seront très variées : visite de la Rega, une soirée champignons, les bases de la géologie, un petit cours de météo, les dates sont encore à définir.

Vote de l'assemblée à l'unanimité et applaudissements pour cette vision 2019.

5. Présentation du budget 2019

Olivier Nicolas, trésorier entrant, informe des grandes lignes du budget prévisionnel 2018-2019. Il présente les différents postes, comprenant les recettes habituelles, les dépenses planifiées dont une donation de CHF 10'000.- à Genève Montagne pour contribuer au projet en cours. Ce montant sera échelonné en fonction de l'avancement des étapes. De plus un don de 1'000.- à la section Genevoise a été provisionné comme soutien pour la rénovation de la cabane de Chanrion (sous réserve d'autorisation de construire). Guy Tornare nous explique que le financement nécessaire pour ce projet de 3,1 millions est en partie assuré par le CAS et la section, et que la recherche du solde est actuellement en cours auprès de donateurs privés et institutionnels.

Approbation du budget 2019 : Le budget est approuvé à l'unanimité

6. Jubilaires, remerciements et fin de l'AG

Thomas remercie les jubilaires: d'abord les 6 membres qui ont totalisés 25 ans : Guy Tornare (présent), et 5 excusés, Olivier Pavesi, Michel Sadowski, Kyoko Lizuka, Yannick Flugli et Markus Pikart. Ensuite, il félicite deux membres avec 60 ans de sociétariat, Bruno Schaerrer et Beat Friedli et leur remet la médaille du CAS.

7. Divers

Ariane fait un appel aux bénévoles : nous sommes toujours à la recherche de personnes pour l'accueil, le bar, ou pour une tâche spécifique au comité, notamment d'un.e bénévole pour relancer les annonceurs parmi les commerçants à Carouge, et pour soutenir l'organisation des événements. Envoyez-nous un mail, ou vous annoncez auprès de Sophia Taylor.

Ariane présente les prochains événements, dont la conférence de Monsieur Claude Girod autour de son livre « Enfant du Salève », le 22 novembre, le prochain souper canadien le 6 décembre et la marmite d'Escalade le 13 décembre.

A l'année prochaine, l'assemblée est close à 21h45 et Ariane invite les membres au buffet canadien.

La secrétaire :
Isabelle Reymond

La présidente :
Ariane Walpen

Les secours en montagne



Le CAS a mis sur pied en 1901 une unité de sauvetage; celle-ci a fondé plusieurs stations de secours et a formé les sauveteurs. En 2005, le CAS et la REGA ont créé la Fondation du Secours Alpin Suisse (SAS) qui a pour objectif, par ses interventions terrestres, de venir en aide aux personnes en détresse dans les régions alpines et préalpines ou difficilement accessibles de Suisse et des pays voisins.

Le SAS se compose de plusieurs associations régionales, dont le Secours Alpin Romand SARO. La colonne de secours en montagne Genève 7-11 (connue sous son nom historique de Montagne Secours) est une composante du SARO/SAS.

Toutes ces instances organisent régulièrement des cours de formation pour les sauveteurs, cours été et hiver, ainsi qu'une approche médicale guidée par la REGA.

En plus de ces cours centraux, Genève 7-11 forme ses sauveteurs par des exercices et cours réguliers 1-2 fois par mois les soirs de semaine et par des exercices de plus grande envergure 2-3 fois par an.

Si vous avez besoin d'aide

Par téléphone ou natel avec carte SIM d'un exploitant suisse

- En Suisse: **1414** (en Valais **144**)
- De l'étranger: **+41 333 333 333**

Par natel avec une carte SIM d'un exploitant tiers

- Composez systématiquement le **+41 333 333 333**

Autres numéros utiles

- PGHM Chamonix 0033 450 53 16 89
- Secours en montagne du Salève 0033 450 43 65 37
- Gendarmerie de St-Julien 0033 450 49 20 44
- Il est également possible de déclencher l'alarme via le numéro international de détresse (Europe), le **112**, directement sans code d'accès.

Par radio

- Canal E: 161.300 Mhz, avec la fonction d'appel sélectif (+ mise en place progressive d'un squelch 123.0 Hz dès 2013)

Organisation de Genève 7-11

Président:

Gaston Zoller

Tél. privé 022 754 03 05

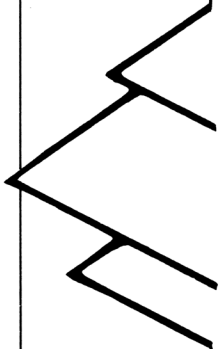
E-mail : gaston.zoller@etat.ge.ch

Préposé du GAG auprès de Montagne Secours:

Jean-Marc Desbaillet

Tél. privé 0033 450 40 13 29

E-mail : jmdesbaillet@sunrise.ch



SKI-MONTAGNE

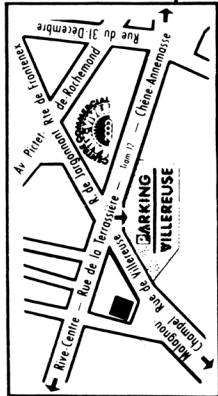
COQUOZ SPORTS

Ski, alpinisme, surf,
trekking, spéléo,
grimpe.
Vente - Location



A votre service depuis 1947

10, rue de Villereuse
1207 Genève



Tél. (022) 735 23 21



sportswear ski outdoor running tennis beach gym et fitness

Hofstetter
sports

le conseil en +

12-14 rue de la Corraiterie 1204 Genève Tél. +41 (0)22 818 13 11
www.hofstetter-sports.ch