



Programme des activités

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

202 quatre



Sion, le 1er novembre 2023

CAS groupe de Sion

Date	Course	Dif.	Nb.	Prén.	Chef de course	Adjoint	Guide
Novembre							
sam 25	Spitzhorli	A	PD	6	Matthieu Vuille		
Décembre							
mar 5	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
mar 12	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
jeu 14	Formation sécurité escalade en salle, salle EPTM						
sam 16	Technique perfectionnement de ski hors piste						
dim 17	Technique perfectionnement de ski hors piste						
mar 19	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
Janvier							
mar 2	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
jeu 4	Théorie avalanche (soir) donnée par Pierre Huguénin du SLF						
sam 6	Formation Avalanche - Débutant						
dim 7	Formation Avalanche - Avancé						
mar 9	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
sam 13	Pointe de Mandelon						
dim 14	Galehorn Simplon						
mar 16	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
sam 20	Pointe de Chémo						
sam 20	Initiation cascade de glace						
dim 21	Hors piste						
mar 23	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
ven 26	Sortie Pleine Lune (fondue en cabane)						
sam 27	Métailler						
dim 28	Col de la Roue						
dim 28	Col de Torrent depuis les installations de Grimentz						
mar 30	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
Février							
ven 2	dim 4	Cabane Rotondo en étoile			2 groupes		
sam 3	Witteberghore en boucle						
dim 4	Schafberg depuis Albinen				Transport public		
dim 4	Bonhomme de Bovinette						
mar 6	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
sam 10	Pic d'Artsinol						
dim 11	Wildstrubel						
mar 13	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
jeu 15	Fondue à Valerette (départ fin de journée)						
sam 17	Hors piste						
sam 17	dim 18	Combo ski de rando & ski de fond en Vallée de Conches					
dim 18	Col du Fourchon						
mar 20	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
sam 24	Pointe d'Euzanne				Transport public		
dim 25	Pointe Ronde depuis la Forclaz ou la Caffè selon les conditions						
mar 27	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
Mars							
sam 2	Pointe d'Aufalle						
dim 3	Traversée Marécottes-Col de la Golette-Van d'en Haut				Magic Pass		
mar 5	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
jeu 7	dim 10	Refuge Bonatti -- La Fouly St Bernard					
sam 9	Pointe de Tourtemagne						
dim 10	Rosablanc (depuis les Gëntianes)						
mar 12	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
ven 15	dim 17	Benevolo en étoile					
sam 16	Perégrination cirque de Fully et prise de tête du Portail et de Séry				Magic Pass		
dim 17	Sublage-Serac						
mar 19	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
sam 23	Arpelistock						
sam 23	dim 24	Course de section (Brig)					
mar 26	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
ven 29	lun 1	Tôdi			départ jeudi soir		
Avril							
mar 2	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
sam 6	dim 7	Arolla - Zermatt					
mar 9	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
sam 13	dim 14	Weekend aux Vignettes					
dim 14	Pointe des Grands						
mar 16	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
sam 20	Brèche Puiseux -Chamonix				portage et rappel		
dim 21	Pointe de Drône						
mar 23	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
sam 27	Grand Lui						
dim 28	Dent de Nendaz				arête et ski		
mar 30	Rando du mardi				Un groupe lent, un groupe rapide		
Mai							
ven 3	Assemblée des délégués - Soir						
sam 4	dim 5	Pigne d'Arolla par la Serpentine					
jeu 9	dim 12	Escalade région Vallée d'Aoste					
dim 12	Fluchthorn						
sam 18	Perron Cleuson						
dim 19	Pointe de la Terrasse et alentours						
sam 25	Dent de broc, arête W						
sam 25	Rando scientifique				Géologie		
dim 26	Découverte et initiation au renforcement musculaire				~10km & ~400m D+		

