

## CAS Sion 2025

Commentaires objectifs et subjectifs au sujet du programme des courses avec guides  
pour favoriser des pré-inscriptions faites en connaissance de cause

Dim. 19 janvier <b>Ski hors-piste</b> Là où la neige est belle...	Utiliser un domaine skiable pour déniveler rapidement, utiliser les peaux de phoque pour s'en éloigner et gagner des recoins sauvages. Environ 800m de montée dans la journée, cumulés avec quelques descentes, pour un bel effort !
Sam. 8 février <b>Ski hors-piste</b> Là où la neige est belle...	Le même programme que le 19 janvier mais pas le même abonnement de ski...
Ven. 21 au dim. 23 février <b>Le Massif du Gantrisch</b> PD à AD	Entre meringues et röstis, entre Fribourg et Berne... Un petit massif avec un grand choix de courses. Les précipitations s'y déposent avant d'arriver aux Alpes, on croise les doigts !
Me. 19 au dim. 23 mars <b>le Tour du Monte Viso</b> AD crampons et piolets	Un « monstre » souvent visible au loin depuis chez nous, tout proche de Turin. On en fera le tour, en partie sur France, en partie sur Italie. Pas de glaciers mais itinéraire coquin avec parfois les skis sur le sac...
Ven. 18 au 21 avril (Pâques), <b>Dans le Massif du Mont-Rose</b> Mont-Rosa Hütte AD	Tout ce qui fait le ski de printemps en haute montagne, dans le Massif du Mont-Rose : altitude, glaciers, baudrier et corde, réveil à 3h. Il faut avoir un peu d'expérience de ce genre de terrain...
Sam. 4 et dim. 5 mai <b>Du Jungfaujoch à la Vallée de Conches</b> Course des « chefs de course »	C'est la course des « Chefs de course » du club. Grands glaciers, avec transition du Bärndütsch au Oberwalliser Titsch et nuit à la Finsteraarhornhütte
Sam. 14 et dim. 15 juin <b>Cours de formation « été »</b> Région Cabane Orny	Du rocher, du glacier, des courses de mise en pratique pas trop longues, avec l'idée de faire encore plus juste à l'avenir. C'est aussi le <b>Cours de perfectionnement pour les Chefs.fffes de course du Club</b>
Sam. 12 et dim. 13 juillet <b>Le Nadelhorn (4327 m)</b> PD+	Un beau 4000 des Mischabels. Il faudra tout d'abord monter à la Mischabelhütte... Du bel alpinisme, pas trop difficile. Long le retour en-bas !
Sam. 23 et dim. 24 août <b>course d'arête et longue voie alpine : Cabane Pianseco</b> Etre à l'aise dans le 5b	Dans la Région de Pianseco (Nufenen), il y a de tout : longues voies alpines ou courses d'arête (Pizzo Nero, Poncione di Casina Baggio, ...)
Sam. 30 et dim. 31 août <b>Canyoning</b> en Suisse Romande et/ou en Vallée d'Aoste	Suisse Romande ? Vallée d'Aoste ? On verra ... C'est aventureux, c'est technique, mais c'est joyeux et drôle aussi. C'est humide en plus! Le matériel spécifique est fourni si nécessaire <b>Un groupe « initiation » et un groupe « expérimenté »</b>
Sam. 27.09 au dim. 5.10 (7 jours sur place) <b>Longues voies en Corse avec un peu de canyoning « plaisir »</b> 5b à 6a et « esprit d'aventure »...  Matériel canyoning fourni	La Corse est un paradis de la grimpe, avec son granite « pas comme le nôtre », les tafonis, les cactus, les sangles et les friends, le maquis... Priorité à la grimpe, mais grimper en Corse sans profiter de deux ou 3 canyons « parfaits » et pas trop longs, ce serait dommage parce que la Corse c'est aussi un paradis du canyoning. C'est un séjour « avec chef de course » et pas « avec guide », donc budget en conséquence.