

Section Diablerets-Morges
Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



Programme Groupe Seniors Morges

2024

Président: Hervé Linder
078 739 41 84
linder.herve@gmail.com

Vice présidente : Jacqueline Verdan
078 678 28 68
javerdan@bluewin.ch

Les courses s'adressent aux membres de la sous-section en âge d'être à la retraite et ont lieu le mercredi. Le responsable de la course peut proposer de la renvoyer à une autre date, si la météo est nettement plus favorable ce jour-là.

Les participant(e)s s'annoncent par téléphone auprès des responsables des courses, la veille, entre 18 h et 20 h.

Le chef de course choisit et organise la course en fonction du moyen de transport le mieux approprié. Mais dans la mesure du possible les transports publics doivent être privilégiés. Au cas où le déplacement en voiture s'avère nécessaire, la participation aux frais est de 70 cts / km par voiture.

Randonnées d'hiver : randonnées en raquettes ou autres courses selon enneigement et conditions.

Les randonnées en raquettes, n'ont lieu que dans des zones sans aucun risque d'avalanche (pente <30%).

Au début de la course 5 CHF est demandé à chaque participant pour financer le café y.c. celui du chef de course.

Vous retrouvez les courses sur Swiss Mobile soit avec leur N° de parcours SwissMobile soit avec le QR-Code. Il est plus facile de scanner le QR-Code (lien du parcours sur SwissMobile) en agrandissant ce document PDF au maximum ou en imprimant le programme et en isolant le QR-Code que vous désirez scanner

Dédomagement en cas de déplacement en voiture:

Le principe est que chaque conducteur reçoive le même montant (sauf s'il est seul)

Exemple:








Un trajet aller-retour de 200km avec 10 personnes dans 3 voitures:

$200\text{km} \times 0.70 = 140 \text{ Fr} \times 3 = 420 \text{ Fr} / 10 \text{ personnes} = 42 \text{ Fr/personne (y.c le conducteur)}$

Chaque conducteur recevra 140 Fr

COURSES 2024

Date	Alt. min	Alt. max	Dénivelé +	Dénivelé -	Distance	Temps	Qui	Voiture	V	
10 janv. 24									T.Publics TP Difficulté	
10 janv. 24	Raquettes St Imier - Mont Soleil - Les Breuleux							Gerritsen Richard		
	1012m	1286m	+213m	+367m	10km	3h50		TP	WT1	
17 janv. 24	Raquettes Champoussin-Frâchette N°401							Bezençon Catherine		
	1554m	1699m	+380m	-380m	6km	3h10		TP	WT1	
24 janv. 24	Raquettes Nocturne Villars - Bretaye							Jaccard Paul-André		
	1266m	1805m	+555m	-555m	8,9km	3h30		V	WT1	
	Montée Villars-Col de Soud- Bretaye N°482, Repas fondue à l'Hôtel du Lac									
	Descente Bretaye-Bouquetins-En Sousse-La Cousse									
	Par mauvais temps nous ferons la nocturne le 21 février									
31 janv. 24	Raquettes L'Abbaye-Sappelet Dessous-Chalet Neuf							Linder Hervé		
	1006m	1373m	+400m	-400m	8,8km	3h55		V	WT1	
7 févr. 24	Raquettes Givrine-Fruitière de Nyon-St Cergue							Vermeulen Bernard		
	1108m	1612m	+285m	-384m	8km	3h30		TP	WT1	
14 févr. 24	Raquettes La Chia près Bulle N°282							Gerritsen Richard		
	997m	1380m	+440m	-440m	8km	3h50		V	WT1	
21 févr. 24	Raquettes Les Mosses - Les Branlares N°463							Linder Hervé		
	1445m	1718m	+440m	-440m	9km	4h		V	WT1	
	Ou nocturne si n'a pas eu lieu le 24 janvier									
28 févr. 24	Raquettes Mollendruz - Pétra Felix - Pré de l'haut dessus							Bezençon Catherine		
	1103m	1312m	+317m	-317m	10km	4h		V	WT1	
6 mars 24	Raquettes Les Pléiades							Jaccard Paul-André		
	1154m	1503m	+415m	-415m	7,2km	3h30		V	WT1	
13 mars 24	Tour de Lausanne N°138							Linder Hervé		
	376m	661m	+660m	-660m	19km	5h		TP	T1	
	Nombreuses possibilités de raccourcir le parcours									
20 mars 24	Le long du Lac de Gruyère Rossens-Champotey N°261							Schwab Beatrice		
	675m	757m	+490m	-505m	15km	4h10		TP	T1	

27 mars 24	Sentier du vitrail Romont-Grangette N°271							Verdan Daniel
	688m	852m	+380m	-380m	13km	3h30		TP
								T1
3 avr. 24	Bisse de Clavau de St Romain(Ayent)-Agnou puis N°36 pour Sion							Bezençon Catherine
	491m	1028m	+110m	-650m	12km	3h10		TP
	Possibilité de raccourcir à 10 km en s'arrêtant à Baillard							T1
10 avr. 24	Chésereux-Chalet de la Dôle-St Cergue N°5							Linder Hervé
	534m	1469m	+980m	-470m	15,2km	5h		TP
								T1
17 avr. 24	2 Jours Kleinlützel - Etang de Lucelle - Delémont							Gerritsen Richard
1er jour	Kleinlützel - Etang de Lucelle							TP
	419m	799m	+640m	-450m	18km	5h		T1
2è jour	Etang de Lucelle - Delémont N°31							
	442m	967m	+640m	-830m	18km	5h15		
24 avr. 24	Liddes - La Douay N°219							Verdan Jacqueline
	797m	1643m	+419m	-955m	15km	4h15		TP
								T1
1 mai 24	Six Fontaines-Le Suchet-Grand Bel Coster- Ballaigues							Lasserre Béatrice
	700m	1587m	+1030m	-870m	14,2km	5h10		TP
Groupe B	Six Fontaines-Le Versé-Plan de l'Allier- Ballaigues							T1
	686m	929m	+350m	-180m	9,5km	2h40		
8 mai 24	Thoiry Tiocan-Le Reculet-Crêt de la Neige-Thoiry Tiocan							Gallopain Marc
	854m	1700m	+960m	-960m	10km	4h30		V
								T2
15 mai 24	Sentier des Alpes de Torgon N°225							Nissille Marius
	1085m	1693m	+800m	-800m	14km	4h30		V
								T1
22 mai 24	2 jours Broc- Gîte d'Allière - La Berra - Schwarzsee							Linder Hervé
1er jour Gpe A	Broc-Gorges Jogne-Charmey-Les Ciernes-Valsainte puis N°272 pour Gîte d'Allières							TP
	697m	1495m	+1030m	-280m	15,5km	5h		T2
Groupe B	Charmey-Les Ciernes-Les reposoirs-Valsainte puis N°272 pour Gîte d'Allières							
	876m	1495m	+710m	-110m	9,8km	3h15		
2è jour A+B	Gîte d'Allières-La Berra-La Patta puis N°274 jusqu'au Schwarzsee							
	1046m	1719m	+530m	-970m	13km	4h15		
29 mai 24	Pont de Nant-La Varre puis N°121 Col des Essets-Anzeinde-Solalex							Charrière Anne-Lise
	1244m	2051m	+855m	-60m	10,6km	4h10		TP
								T2
5 juin 24	Tour du Don- Fours s/ Vionnaz-Tête Tronchet-Fours							Gallopain Marc
	1245m	1911m	+940m	-940m	19,7km	6h		V
								T2

12 juin 24	Champéry-Cantine Barmaz-Bonavau-Roc Coupé-Champéry	1055m	1814m	+890m	-890m	12,7km	4h45		Lasserre Béatrice
									V
									T2
19 juin 24	Le Salève N°144	393m	1103m	+810m	-780m	10,6km	4h30		Schwab Beatrice
	Possibilité de redescendre en téléphérique pour 4km en moins								TP
									T2
26 juin 24	Le Paccot-Col de Jaman-Col du Soldier-Les avants	971m	1651m	+350m	-820m	12km	3h30		Vermeulen Bernard
									TP
									T1
3 juil. 24	Tour du Mont d'Or Mosses-Pierre du Moëlle-Lécherette	1351m	1735m	+675m	-740m	14,5km	4h30		Lasserre Béatrice
									TP
									T2
10 juil. 24	Arolla – Cabane des Aiguilles Rouges – La Gouille	1838m	2836m	+880m	-1051m	11,2km	4h30		Jaccard Paul-André
									V
									T2
17 juil. 24	Lauenen-Louwenesee-Chrinetritt-Höhi Wispile	1237m	1938m	+940m	-270m	13,2km	4h30		Schwab Beatrice
Groupe B	Depuis Louwenesee Legerlibrugg-Louwenesee-Chrinetritt-Höhi Wispile								TP
		1380m	1938m	+775m	-270m	9,7km	3h30		T2
24 juil. 24	Orsière-Champex-Martigny	503m	1593m	+820m	-1220m	17km	5h45		Bernard Pointet
									TP
									T1
31 juil. 24	Bisses du Rhô et d'Ayent	1328m	1826m	+650m	-700m	17.9km	5h15		Linder Hervé
	Possibilité de ne faire que le Bisse du Rhô jusqu'au barrage								TP
									T2
7 août 24	Le Paccot-Col Jaman-Grottes-Rocher de Naye-Haut Caux	1153m	1987m	+680m	-970m	11,6km	4h20		Jaccard Paul-André
Groupe B	Idem mais escaliers de Naye en place des grottes								TP
	Possibilité de descendre en train depuis le Rocher de Naye								T2-T3
14 août 24	St Maurice-Vérossaz-La Daille-Plan Maillet-St Maurice	413m	1029m	+750m	-750m	11km	4h		Gallopin Marc
									V
									T1
21 août 24	Sonchaux-Jorette-Col de Chaude-Rocher Naye-Sonchaux	1175m	1987m	+990m	-990m	14,5km	5h10		Linder Hervé
									V
									T2

28 août 24	3 jours	Aletsch Panoramaweg	N°39 Etapes 1- 2 - 3				Jaccard Paul-André
1er jour	Blatten-Belalp (téléphé.)-Hôtel Belalp-beraletsch(passerelle)-Grünsee-Riederfurka-Riederalp						V
	2095m	2131m	+720m	-760m	10km	4h	T2
2e jour	Riederalp – Riederfurka (autre sentier) – Moosfluh – Gletscherstube						
	1922m	2488m	+970m	-530m	13,2km	4h40	T2
3e jour	Gletscherstube – Märjensee – Val Seebach – Burghütte – (passerelle) Aschpi – Wang – Ried – Bellwald						
	1557m	2374m	+340m	-1140m	9,2km	3h30	T2
Groupe B	Pas de variante pour le 1er jour, Fait seulement les jours 2 et 3						
2e jour	Téléphériques Mörel-Riederalp puis Riederalp-Moosfluh pour rejoindre le groupe A						T2
	2285m	2489m	+420m	-400m	8km	2h35	
3e jour	Même parcours que groupe A						
4 sept. 24	Albeuve - Les Paccots						Schwab Beatrice
	767m	1506m	+770m	-530m	14km	4h30	TP
							T1
11 sept. 24	Sambrancher-Chemin Dessus-Martigny						Pointet Bernard
	467m	1346m	+690m	-920m	13,4km	4h35	TP
							T1
18 sept. 24	Télécabine Stalden VS - Gspon - Saas-Balen N°6						Bezençon Catherine
	1486m	2276m	+640m	-1040m	13,4km	4h30	TP
25 sept. 24	Gruyères - Les Paccots N°3						Gerritsen Richard
	746m	1519m	+910m	-600m	16km	5H	TP
Groupe B	Possibilité de s'arrêter à Plan Francey						T1
	746m	1519m	+780m	-20m	6,7km	2h40	
2 oct. 24	Les Gorges du Gottéron N°269						Schwab Beatrice
	536m	716m	+480m	-480m	15,3km	4h15	TP
							T1
9 oct. 24	Tour du Mont Roux par Oujon, de St-Cergue à Arzier						Gallopin Marc
	839m	1418m	+530m	-740m	14,5km	4h15	TP
							T1
16 oct. 24	Châtel-St-Denis-Mont Vuarat-Attalens-Chardonne						Linder Hervé
	711m	971m	+460m	-460m	14,8km	4h	TP
							T1
23 oct. 24	Chernex-Les Avants-Glion-Veytaux						Pointet Bernard
	747m	1149m	+750m	-960m	13,9km	4h40	TP
							T1
30 oct. 24	Plambuit - Le Bévieux N°132						Verdan Jacqueline
	473m	1022m	+370m	-690m	13,4km	3h40	TP
							T1

6 nov. 24	Le Day - Vuiteboeuf	583m	928m	+440	-640	19km	5h		Richard Gerritsen
									TP
									T1
13 nov. 24	Réunion responsables de course								Linder Hervé
									TP
20 nov. 24	Tour du Mont d'Orzeires au départ de Vallorbe	749m	1042m	+375m	-375m	10,2km	3h10		Verdan Daniel
									TP
									T1
27 nov. 24	AG Rétrospective 2023 et programme 2024								Linder Hervé