

# Passion Montagne

**Dossier**

**Bisses d'histoire,  
de convivialité,  
de conflits et de défi**

**Idée de course**

**Le bisse de Saxon**

**Portrait**

**Catherine Strahm**

Journal de la section des Diablerets

Section lausannoise du Club Alpin Suisse

et sous-sections de Château-d'Œx, Morges, Payerne et Vallorbe

Club Alpin Suisse CAS

Club Alpino Svizzero

Schweizer Alpen-Club

Club Alpin Svizzer





# UNE VOIE DE RÊVE GRÂCE AU BON ÉQUIPEMENT

L'approche de votre prochaine voie passe par chez nous. Parce que nous partageons et concrétisons votre passion pour la montagne. Parce que nous vous proposons le plus grand assortiment, des prix corrects et des services de première classe. Bienvenue chez nous !



#### MAGASINS

Bâle  
Berne  
Coire  
Kriens  
Lausanne  
Präffikon  
Saint-Gall  
Thoune  
Volketswil  
Zurich



www.baechli-sportsdemontagne.ch



## Passion Montagne

### Impressum

**Editeur et rédaction**  
Club Alpin Suisse CAS  
Section des Diablerets  
Rue Beau-Séjour 24  
Case postale 5569 – 1002 Lausanne  
www.cas-diablerets.ch

**Locaux de la section**  
Stamm/Bibliothèque  
Tous les vendredis, dès 19 h 30,  
à la grande salle/Entrée côté  
rue Charles-Monnard

**Président de la section**  
Jean Micol, tél. 079 573 93 27  
E-mail: [presidence@cas-diablerets.ch](mailto:presidence@cas-diablerets.ch)

**Secrétaire général**  
Marcel Isler, tél. 021 320 70 79  
E-mail: [direction@cas-diablerets.ch](mailto:direction@cas-diablerets.ch)

**Secrétariat et administration**  
**Gestion des membres**  
Marlène Tissot Meyer  
Le matin de 8 h à 12 h  
Tél. 021 320 70 70 – Fax 021 320 70 74  
E-mail: [secretariat@cas-diablerets.ch](mailto:secretariat@cas-diablerets.ch)  
E-mail: [membres@cas-diablerets.ch](mailto:membres@cas-diablerets.ch)

**Rédaction**  
E-mail: [redaction-pm@cas-diablerets.ch](mailto:redaction-pm@cas-diablerets.ch)

**PostFinance**  
Compte postal: 10-1645-3  
IBAN CH38 0900 0000 1000 1645 3

**Annonces publicitaires**  
URBANIC REGIE PUBLICITAIRE  
Chemin de Sous-Mont 21  
1008 Prilly  
E-mail: [info@urbanic.ch](mailto:info@urbanic.ch)  
Tél. 079 278 05 94

**Tirage**  
4200 exemplaires

**Impression**  
PCL Presses Centrales SA, 1020 Renens

**Photo de couverture**  
Bisse de Gorperi dans le Baltschiederatal  
Photo: Georges Sanga

**Délai rédactionnel N° 6 2017**  
20 septembre 2017



### La montagne pour tous!

L'été a été bien ensoleillé jusqu'au début d'août, date à laquelle a été écrit cet éditorial. J'espère que chacun a pu en profiter pleinement, découvrir toujours davantage la montagne et, notamment, ses bisces qui ont une part belle dans ce numéro de *Passion Montagne*. Mais c'est peut-être aussi l'occasion de réaliser que tout le monde n'a pas la même chance de pouvoir en bénéficier. Ainsi,

des jeunes comme des moins jeunes souffrant de handicaps ou de maladies graves. Je vous invite à lire dans la partie *Vie du Club* de ce numéro, deux articles: l'un portant sur le soutien sportif à des enfants atteints d'un cancer (*lire page 23*) et, l'autre, sur l'encadrement possible de malvoyants sur des chemins en montagne (*lire ci-dessous et page 24*).

Merci aux membres qui ont fait preuve d'initiative dans ces domaines. Bien entendu, chacun d'entre nous est bienvenu pour rejoindre ces opportunités. Certains ont peut-être envie de susciter ou d'initier d'autres projets dans un esprit de solidarité – une des valeurs de notre club?

Le comité et moi-même sommes à votre écoute pour toute proposition. N'hésitez pas à nous interpeller.

Bonne fin d'été à tous.

Jean Micol

Le GSHV, Groupe sportif des handicapés de la vue, recherche, pour 2018, des responsables de course afin de les emmener avec la personne qui les accompagne sur les sentiers de montagne. Les courses ont lieu le dimanche ou le week-end. La logistique est assurée par un membre du groupe. Pour plus d'informations, téléphoner à Chantal Legland au numéro 079 388 06 22.



### SOMMAIRE

► Magazine			
Actualités par Vincent Gillioz	4	Idée de course Le bisse de Saxon	12
Dossier Bisses d'histoire, de convivialité, de conflits et de défi	6	Environnement Secret d'alpiniste	14
Portrait Catherine Strahm	9	Portfolio de Bernard Joset	16
Conseil matos Le bon équipement pour chacun	10	Conseil Santé Reconnaître et prévenir un AVC	18
		► La vie du club	
		Sommaire détaillé	19

## Grand Prix de Châtel-sur-Bex

Le Ski club de Bex organise, pour la neuvième fois consécutive, le Grand Prix de Châtel-sur-Bex. Cette épreuve de course à pied destinée aux enfants de 3 à 15 ans se disputera le 9 septembre au Châtel. Les départs seront donnés entre 13 heures et 15 heures. Les coureurs en herbe évolueront sur une boucle d'un kilomètre, et feront entre un et trois tours selon la catégorie d'âge. Un parcours de 500 mètres est réservé aux poussins. Les inscriptions doivent être faites en ligne sur <http://www.scbex.ch>. Les courses se déroulent dans le cadre du marché campagnard du Châtel qui débute dès 10 heures, le matin.



## Festival du film d'altitude de Vercorin

Le village valaisan de Vercorin organise, du 8 au 10 septembre, la première édition du Festival du film d'altitude. Le célèbre journaliste et producteur Jean-Philippe Rapp est à l'origine de ce projet qui vise à proposer des films de montagne à un public le plus large possible. Le festival s'installera au Crêt-du-Midi à 2336 mètres. Les documentaires présentés porteront leur regard sur les différentes approches de la montagne et sa pratique: aventures, expéditions, sports extrêmes, exploits personnels, mais aussi culture des peuples et des gens dans leur environnement.

## Brame du cerf dans le Pays-d'Enhaut

Cyrille Cantin, accompagnateur en montagne, propose aux amateurs de nature l'observation du roi de la forêt pendant la période du rut. Le cerf est en effet plus facile à trouver durant la saison des amours. La sortie est prévue le 21 septembre au-dessus de Château-d'Œx. Les participants feront une marche d'une demi-heure jusqu'aux pâturages supérieurs pour écouter le brame du cerf et observer l'animal à la longue-vue. Renseignements et inscriptions sur [www.gruyerepaysdenhaut.ch](http://www.gruyerepaysdenhaut.ch)



## Les 24 heures de VTT de Château-d'Œx

La première édition des 24 heures de VTT de Château-d'Œx se disputera les 22 et 24 septembre. Lancée par la Jeune chambre internationale, cet événement veut rappeler symboliquement les 20 ans des Championnats du monde de VTT, organisés en 1997 par la commune du Pays-d'Enhaut. Les participants se mesureront durant 24 heures sur une boucle de 4,3 kilomètres et un dénivelé de 100 mètres. Plusieurs catégories sont acceptées: les solos, les défis (par deux) et les équipes de quatre à huit coureurs. Un gymkhana est également prévu, le samedi après-midi, pour les enfants. Renseignements et inscriptions sur [www.vtt-24.ch](http://www.vtt-24.ch)

## Humani'Trail

La cinquième édition de l'Humani'Trail des Diablerets aura lieu le 23 septembre. Il s'agit d'un rendez-vous sportif combiné à une initiative humanitaire visant à venir en aide aux orphelins du Népal, un pays que tous les amoureux de la montagne apprécient. La solidarité des montagnes se concrétisera par un événement caritatif dynamique, un défi physique et un pont entre les Alpes suisses et l'Himalaya. Trois parcours 100% trail de 56, 27 et 15 kilomètres sont proposés ainsi qu'un Trail du Yéti pour les petits. Les frais d'inscription servent à financer une dizaine de projets caritatifs au Népal en faveur d'enfants défavorisés. Près de 200 000 fr. ont déjà été récoltés en quatre éditions!



## Le Jardin des Monts

La dernière visite à thème organisée en collaboration avec Juliane Torrent, accompagnatrice en montagne diplômée aura lieu à Rossinière le 9 septembre. Elle est consacrée aux trésors médicinaux et comestibles du jardin. Grâce à ses connaissances de la faune et de la botanique, Juliane propose des explications qui donnent aux participants l'occasion de découvrir ou de redécouvrir l'alpage sous une nouvelle lumière. Une visite des Jardins d'alpage ainsi que la fabrication d'un beurre aux herbes et d'un baume sont au programme.

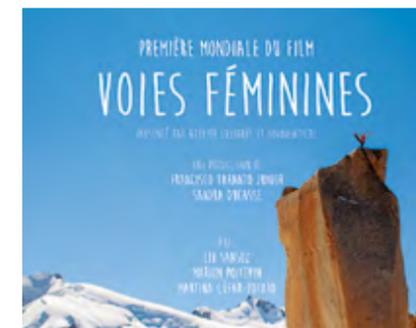


## Salon des alpages

Le neuvième Salon des alpages aura lieu aux Diablerets les 14 et 15 octobre. Cette manifestation est devenue, au fil des ans, la plateforme privilégiée d'échanges et de discussion touchant des thèmes relatifs à la gestion des alpages en particulier, mais dans une plus large mesure à l'ensemble des espaces montagnards. Un hôte d'honneur apporte, à chaque fois, un éclairage particulier d'une région différente. Cette année, c'est la Communauté de communes de la vallée de Chamonix-Mont-Blanc qui sera présente.

## Voies féminines en tournée

Martina Cufar-Potard, Liv Sansoz et Marion Poitevin sont trois femmes passionnées d'escalade et de montagne. La réalisatrice Sandra Ducasse et le réalisateur Francisco Taranto Jr. ont souhaité parler de ces trois trajectoires inspirantes à travers leur nouveau documentaire *Voies féminines*. L'essentiel des images a été tourné à Chamonix. Sorti en première mondiale aux Houches en août, le film de 43 minutes va être projeté lors des différents festivals de l'automne et de l'hiver. Programme à suivre sur [www.fotovertical.com](http://www.fotovertical.com)



## NOUVEAUTÉS LIVRES



### CAS Sélection d'itinéraires des Alpes valaisannes

Les Editions du CAS proposent une sélection d'itinéraires dans les Alpes valaisannes, par Hermann Biner et Bernhard Rudolf Banzhaf. L'ouvrage présente une série de courses au cœur des grands glaciers et des sommets majestueux qui les entourent: le Mont-Dolent, le Mont-Vélan, le Grand-Combin, la Dent-Blanche, la Dent-d'Hérens, le Cervin, l'Obergabelhorn, le Weisshorn, le Liskamm, le Mont-Rose, le Strahlhorn, les Mischabels, le Weissmies, le Monte Leone, le Scherbadung et le Blinnenhorn. Ce guide contient une sélection des itinéraires les plus attractifs du sud du Valais et tient compte des changements dus au climat.



### Climbing Guide Best of Greece

Les Editions du Terrain proposent un nouveau guide d'escalade consacré à la Grèce. Ce pays continue en effet d'être la nouvelle référence qui fascine l'Europe. Les nouveautés se multiplient et s'ajoutent aux voies existantes. Ce second *Best of*, toujours sous la plume experte de Aris Theodoropoulos et de son équipe, dont son épouse Kate, est, selon Claude Remy, un véritable hymne aux verticalités «à la grecque». A découvrir ou à redécouvrir pour les amateurs du genre.



### Gravir les montagnes est une affaire de style

Guérin sort un ouvrage original, composé de 50 saynètes réjouissantes, qui s'inspirent de nos faits de langage pour éclairer les moments forts d'une ascension. Des moments que nous avons tous en tête, ramenés des montagnes où l'on s'est finalement bien marrés. Des moments où l'on a voulu dire beaucoup avec peu de mots. La faute à ce fichu vent, au souffle court, au sérieux de l'entreprise, à l'autre si loin au bout de la corde. Peu de mots, mais énormément de style. A travers ce texte plein de jubilation et de tendresse pour son monde, le journaliste Cédric Sapin-Defour distille, pour son troisième ouvrage, du mot rare et de la sentence mémorable.



## Bisses d'histoire, de convivialité, de conflits et de défi

Le Jolital et le Baltschiederthal, deux vallons parmi les quatre qui constituent la partie occidentale des *Sonnige Halden*, ces versants au sud du Bietschhorn

TEXTE ET PHOTOS: FRANÇOIS PERRAUDIN\*

Une longue histoire qui ne coule pas de source. Un futur qui interroge. Le Musée des bisses à Ayent, les films historiques qu'on trouve à la Médiathèque de Martigny, les guides spécifiques édités par Valais Promotion ainsi que les panneaux didactiques posés le long des bisses: tout un matériel qui permet de reconstituer le passé. En se promenant en parfaite convivialité le long de l'eau paisible, le curieux peut comprendre le présent et même envisager le futur. S'inspirer de l'exemple des anciens pour relever le défi de demain: celui de notre humanité, du changement climatique.

En Valais, c'est par la peste du milieu du XIV<sup>e</sup> siècle que commence l'histoire des bisses. Celle-ci décime la population, alors essentiellement paysanne, et permet à ceux qui restent d'élever des bovins plutôt que des caprins. En hiver, une vache mange beaucoup plus qu'une chèvre; durant l'été, il faut engranger des quantités de foin bien plus importantes qu'auparavant.

\*Auteur de *Sentiers valaisans* publié aux Editions Slatkine, dans lequel deux chapitres sont consacrés aux bisses du Valais central et du Haut-Valais

Les Alpes sont déjà connues comme le château d'eau de l'Europe: le Valais central jouit d'un climat méditerranéen. Sur la rive droite du Rhône, les températures peuvent atteindre 50 degrés en plein été, alors que, sur les sommets qui les dominent, les glaciers règnent encore.

Entre les coteaux steppiques descendent des torrents généreusement alimentés par la fonte des neiges éternelles, l'eau coule, abondante, dans ces torrents pourtant fort éloignés des cultures ou des vignes. Il faut aller l'y quérir, quels que soient les risques et la rudesse de la tâche. «Va, Bisse, roule ton eau vers les terres nourricières», raconte Maurice Zermatten dans son récit de contes et de légendes intitulé *Les bisses*.

Les paysans des villages sont solidaires; ils se mettent tous à l'ouvrage. Profitant de leurs parfaites connaissances du terrain et de ses dangers naturels, les ouvriers cherchent le cheminement idéal. Des obstacles inévitables contraignent les bâtisseurs à des constructions acrobatiques, effrayantes. C'est aux plus jeunes que ces tâches incombent, voire à des



Bisses du Niwärch (à gauche), Baltschiederthal et de l'Oberschta (à droite), Gredetschtal: les ouvriers creusent le bisse en chenal ou en encoffrement dans le rocher, à la masse et au burin. Un véritable travail de fourmi car l'explosif n'existe pas encore. La largeur de ces sections détermine le débit de chaque bisse

ouvriers spécialisés. Ils creusent une niche dans le rocher des falaises vertigineuses, y fichent une poutre de bois. Puis, ils avancent sur le vide, planche après planche, maintenus en équilibre précaire par leur collègue resté en terrain «sûr». Ailleurs, ils creusent le bisse en encoffrement, au prix d'un incroyable travail de fourmis. La masse et le burin sont utilisés, car l'explosif n'existe pas encore.

Une messe est célébrée avant les travaux par toute la communauté qui partage une foi fervente. Il s'agit de conjurer le sort pouvant s'acharner sur ceux qui sont les plus exposés aux dangers. Après quelques années de travaux, on peut envisager de mettre le bisse en eau. Les hommes colmatent les nombreux interstices à l'aide de branches et de coins de bois. Il ne faut pas laisser se perdre le liquide précieux! Les femmes s'en vont quérir des mottes de mousse dans les sous-bois. Elles les acheminent dans plusieurs dépôts le long du futur canal.



Baguette de droits d'eau conservée au Musée des bisses d'Ayent: les droits d'eau de chaque famille du consortage sont gravés sur le seul et même bâton. Il définit le tour de rôle pour l'irrigation des cultures

Au matin tant attendu de «la générale», un nouvel office divin est prononcé. On charge le bisse à partir de sa source et jette dans son cours les mottes préparées. Solidement accroupis aux chéneaux aériens, les hommes font obstacle à la masse d'eau froide et chargée de boue. Glacés jusqu'à la taille, ils s'assurent que le matériel lourd colmate bien les interstices. Malgré tous ces efforts, le bisse perdra à peu près le quart de son eau jusqu'à son embouchure.

La collectivité nomme aussi les gardes du bisse. De juin à septembre, ils sont chargés de veiller au bon acheminement de l'eau et dorment alternativement dans une cabane toute proche. Le courant fait tourner une roue à aube qui actionne un marteau. Lorsque le battement régulier cesse, ils sont avisés d'un problème et peuvent intervenir en amont. On peut toujours voir le fruit du travail du consortage de l'Oberschta en parcourant le bisse du Gredetschtal, un des magnifiques vallons orientaux des *Sonnige Halden*, ces versants ensoleillés qui descendent au sud du Bishorn.

Valais central, 1903, bisse de Torrent-Croix au-dessus d'Ayent. L'amélioration des techniques permet de garantir le passage de l'eau par le percement d'un tunnel au travers d'un secteur exposé. Le maintien du bisse devient plus sûr, tout comme son écoulement. Des fenêtres aménagées au travers de ce tunnel donnent sur les anciens chéneaux. Dans les années 1990, le consortage rénove son bisse pour conserver et valoriser le patrimoine. Il est non seulement constitué de passionnés du passé, mais aussi des autorités communales, soucieuses de maintenir l'alimentation en eau sur tout leur territoire. Le souvenir du passé permet de comprendre le présent et, surtout, de préparer un futur qui s'annonce difficile. La solidarité des anciens s'appelle désormais «développement durable».



Bisse de Torrent-Croix, Ayent: soucieux de témoigner d'un patrimoine condamné à la destruction, le consortium du bisse entreprend la réfection des chéneaux dans les années 1990, sous l'égide du 700<sup>e</sup> anniversaire de la Confédération suisse. On peut aisément observer le travail par des fenêtres aménagées depuis le tunnel creusé en 1903

Les méthodes de travail utilisées sur nos bisses se retrouvent dans les trains plus que sophistiqués qu'utilisent aujourd'hui les Chinois pour jeter leurs impressionnants ponts de chemin de fer sur le vide.

1492, bisse de Verbier, anciennement dénommé du Levron, dans le val de Bagnes. Le Levron va chercher son eau au travers de la vaste cuvette verbiéraise jusqu'au-dessus de Sarreyer. Un sérieux conflit oppose les deux villages qui, tous les deux, ont besoin d'eau. Jodoc de Silenen, évêque de Sion, est appelé à la rescousse pour le gérer. On bâtit, finalement, un pont pour que le bisse du Levron franchisse le torrent de Sarreyer, «sans fraude ni malice», insiste l'autorité ecclésiastique, jadis également politique.



Bisse de Verbier, anciennement du Levron: image insolite que ce bisse franchissant un torrent... sur un pont! Objet de moult litiges, le bisse du Levron franchit un torrent qui descendent sur Sarreyer

Bisse de Clavaux, tout proche de Sion. Soutenu par de magnifiques murs de pierres sèches, il alimente en eau le vignoble du même nom. Les randonneurs admirent le savoir-faire de ces constructions ancestrales, mais un conflit les oppose aux adeptes du vélo tout-terrain. Dans un premier temps, la commune de Sion interdit le VTT. Les cyclistes se révoltent de cette mesure extrême; ils promettent de respecter les promeneurs et de s'arrêter chaque fois qu'ils les croisent. Après négociation, les protagonistes trouvent un compromis.

Bisse de Torrent-Neuf, pas loin de Savièse. Pour aller chercher l'eau jusque dans la région du Sanetsch, l'ancien bisse est exposé à de dangereuses chutes de pierres. Un tunnel l'a remplacé au travers du Prabé. Plus de problèmes d'eau pour la commune, mais le bisse est une «promenade» spectaculaire. Les rénovateurs la transforment en randonnée du vertige. Ils jettent d'impressionnantes passerelles au-dessus du vide. Celles-ci préservent les piétons des chutes de pierres, mais vont trop loin, selon le WWF. Les protagonistes entrent en négociation. Elle s'annonce difficile à en croire la devise des Saviésans: «Pas Capona!» On n'abandonne pas! L'avenir le dira...



Bisse du Roh, entre Crans-Montana et le barrage de Tseuzier: plus nécessaire d'encorder ses enfants pour parcourir le bisse aérien. Il est sécurisé



## Catherine Strahm a troqué son cabinet contre les grands espaces

TEXTE: REBECCA MOSIMANN

**En randonnée, la secrétaire de la Commission de la bibliothèque préfère aux paysages glaciaires la végétation et les couleurs qui changent au fil des saisons.**

Le luxe de Catherine Strahm et de son mari Jean-Pierre est de ne plus avoir d'agenda. «Nous pouvons regarder par la fenêtre, voir la météo et décider de partir à Zermatt dans la foulée», explique la Lausannoise d'adoption. A la retraite depuis trois ans, Catherine, 67 ans, fourmille de projets de voyages. Après avoir visité l'Australie pendant deux mois, l'année dernière, le couple mettra le cap sur la Nouvelle-Zélande en 2018. Discrète, cette grande et élancée retraitée n'est pas de celles à se mettre en avant. «En montagne, je suis une bonne suiveuse. Je n'ai jamais voulu être cheffe de course, mais, s'il le fallait, je pouvais être adjointe», donne-t-elle en guise d'explication. Elle a toutefois dû faire preuve d'une vraie détermination et de sang-froid pour affronter la première sortie de sa vie en ski de randonnée. Originaire de Gand en Belgique, la jeune femme n'a que peu d'expérience en montagne lorsqu'elle rencontre Jean-Pierre sur les bancs de l'Université de Genève où tous les deux étudient

l'orthodontie. Lorsqu'il lui propose une sortie dans la région du Grand-Saint-Bernard avec son frère, Catherine est ravie de s'initier à un nouveau sport. «C'est là que le frère de mon mari est passé sur une plaque à vent et a glissé 10 mètres plus bas. Sans gravité, heureusement. Les deux garçons ont rigolé et je leur ai demandé si c'était toujours comme cela, sourit-elle. Ce genre d'incident ne s'est plus jamais reproduit. Je ne skiais pas très bien et j'ai trouvé cette première sortie difficile. Mais le plaisir d'être seule au monde dans la nature m'a totalement conquise.»

### Trois mille ouvrages soigneusement archivés

Etablis à Lausanne où ils partagent le même cabinet dentaire, Catherine et Jean-Pierre rejoignent le Club Alpin au début des années 1980, afin d'élargir leurs possibilités de courses après plusieurs années à parcourir les cabanes des Alpes, «des endroits à l'ambiance rustique où tout le monde a fait le même effort pour y parvenir», qui plaisent particulièrement à Catherine. Son engagement au sein de la section démarre presque par hasard. C'est en donnant un coup de main à Jean-Pierre, alors membre de la Commission de la bibliothèque, qu'elle finit par le remplacer. Vingt ans plus tard, elle est toujours fidèle au poste avec la responsabilité du secrétariat depuis trois ans. Installée dans un coin de la grande salle de la section, dans le sous-sol du bâtiment lausannois à la rue Beau-Séjour, la bibliothèque est riche de près de 3000 ouvrages: beaux livres, récits de montagne, manuels techniques et topo-guides complètent la collection. Chaque vendredi, l'un des membres de la commission est présent au traditionnel stamm pour renseigner les membres. Une fois par mois, c'est le tour de Catherine. L'occasion de recroiser les amis et de refaire le monde. «Le Club a cette capacité de décrocher les classes sociales. Qu'on soit jardinier ou chirurgien, peu importe, chacun est sur le même pied d'égalité. C'est unique.» Si, aujourd'hui, la réunion hebdomadaire attire moins les foules qu'à ses débuts, elle se souvient, avec une certaine nostalgie, de ces années où il fallait être rapide et à l'heure pour avoir une chance de décrocher une place pour les courses du lendemain. Bien avant que les inscriptions en ligne soient mises en place.

Catherine n'a jamais couru après les exploits. A ses yeux, la montagne est à la fois sociale et méditative: «En altitude, les soucis disparaissent, j'arrive à faire le vide. J'aime les paysages où pointent encore la végétation et ses belles couleurs, moins hostiles que les parties glaciaires.» Après les Alpes, Catherine a poussé la découverte des sommets hors de nos frontières, d'abord au Pakistan avec des amis de la section, puis au Ladakh avant de gravir le Kilimandjaro. Et, comme l'agenda des obligations professionnelles est définitivement fermé, le couple a tout le loisir de rêver à ses futures aventures alpines.



## Un équipement approprié et adapté à la découverte des bisses

Les bisses du Valais ne sont plus à présenter, tant ils font maintenant partie du paysage touristique valaisan. Ces canaux d'irrigation, témoins historiques de la vie sociale et économique, notamment dans le canton du Valais, offrent une multitude de panoramas exaltants et de richesses insoupçonnées.

Selon le site [www.valais.ch](http://www.valais.ch), un bisse est une tranchée ouverte qui achemine l'eau précieuse des torrents – non sans quelques acrobaties – jusque dans les prairies et les champs secs, les vignobles et les vergers. Nombre de bisses sont encore utilisés, de nos jours, et soigneusement entretenus. Bien des sentiers de randonnée qui longent ces canaux historiques invitent à des promenades variées.

Qui dit été, dit températures estivales et agréables, qui dit températures estivales et agréables dit sortie à l'extérieur, qui dit sortie à l'extérieur, dit bisses valaisans...

Le terrain de jeu proposé par les bisses valaisans est immense et regorge de lieux insolites et de sentiers magnifiques, mais attention, vous n'y trouverez pratiquement jamais de restaurants ou de buvettes. Dès lors, il convient de, systématiquement, prendre avec soi de quoi boire et se ravitailler.

De plus, les bisses se situant pour la plupart en montagne (entre 600 et 2600 mètres d'altitude) et sachant que, à ces endroits, la météo est régulièrement capricieuse, il faut s'équiper adéquatement. Une sortie ou une promenade dans les bisses ne s'improvise pas. Il va de soi qu'il faut être équipé de bonnes chaussures, d'un minimum de vêtements vous protégeant d'une averse et/ou du froid ainsi que d'un sac à dos pouvant contenir tout ce matériel.

Ainsi soit-il! Que ce soit pour courir, s'entraîner, se balader ou encore se ressourcer, chacun devra trouver son compte. Il suffit juste de définir ce que vous avez envie de faire dans cet environnement particulier. Voici trois manières de pratiquer les bisses valaisans en toute sécurité.



### Le mode TRAIL

Il s'agit du mode le plus sportif, rapide et léger. Il est plutôt réservé aux personnes expérimentées.

- Chaussures:** la Sportiva Akasha
- Sac à dos:** Salomon Trail 20
- Gourde:** Soft Flask 500 ml
- Protection contre la pluie/le vent:** veste Dynafit React Ultralight
- Protection contre le froid:** veste Dynafit Elevation thermal
- Bâtons:** Scott Pole RC3

### Le mode TREKKING ou FAST HIKING

Il s'agit du mode le plus populaire, à pratiquer seul ou en groupe et à un rythme rapide ou lent. Il est réservé à tout un chacun ou, plutôt, il n'est réservé à personne.

- Chaussures:** Lowa Ticam GTX
- Sac à dos:** Osprey Talon 33L
- Gourde:** Sigg 0,6L
- Protection contre la pluie/le vent:** veste Arcteryx Alpha FL GTX
- Protection contre le froid:** veste Arcteryx Atome SL Hoody



### Le mode BALADE FAMILIALE

Il s'agit du mode le plus tranquille et probablement le plus ressourçant. Que ce soit avec des petits enfants ou des plus grands, le partage, la découverte et le plaisir seront assurément de la partie.

- Chaussures:** Meindl Litepeak GTX
- Sac à dos:** Osprey Poco Ag
- Protection contre la pluie/le vent:** veste Patagonia Torrentshell
- Protection contre le froid:** veste Patagonia performance Better Sweater
- Bâtons:** Komperdell Explorer Compact
- Trousse de secours:** Care Plus First Aid Kit Emergency

Les pentes relativement douces de ces bisses permettront donc à toute la famille de découvrir des paysages et des panoramas peu connus et, de plus, idylliques. Belles découvertes à vous!



Vue sur la vallée du Rhône entre la Tzoumaz et Saxon



Bientôt l'arrivée aux Mayens-de-Saxon



Partie sécurisée entre Siviez et Nendaz



A mi-parcours à Prarion

## Le bisse de Saxon (régions Nendaz-Isérables-Saxon)

TEXTE ET PHOTOS: GEORGES SANGA

Construit entre 1863 et 1876, le bisse de Saxon est le plus long du Valais, avec ses 32 kilomètres. Il est situé entre 1500 et 1800 mètres d'altitude. Longtemps délaissé et resté à l'abandon, il a été partiellement remis en état, afin de pérenniser cette construction pour les générations futures. C'est également un atout touristique indéniable. Il est facilement accessible aux familles dans les régions de Nendaz et des Mayens-de-Riddes. Le parcours ici décrit, version sens orographique d'écoulement du bisse, s'adresse à des randonneurs endurants. Bonnes chaussures de marche, habillement approprié aux conditions météorologiques de moyenne montagne.

Le captage à la Printse de Nendaz a irrigué pendant plusieurs décennies les cultures de Saxon. L'eau ruisselait quatorze heures durant avant de se déverser sur Saxon. En 1999, l'Association Garde du bisse fait revivre ce canal, qui représente une histoire essentielle du Valais. Quelques tunnels du côté du val de Nendaz permettent le passage de parois abruptes. En 1964, l'état des aqueducs devenant instable, une conduite souterraine de captage des Forces motrices de Mauvoisin assurera l'irrigation des coteaux de Saxon.

Pour le parcourir, il existe diverses options. Celle, ici proposée, commence à la source de la Printse dans le val de Nendaz, pour se conclure aux Mayens-de-Saxon au-dessus de Sapinhaut. Etant donné qu'il n'existe pas de transports publics à ce dernier endroit, il faudra prolonger le parcours de plusieurs kilomètres, jusqu'au col des Planches où l'on trouve le bus (rare) pour Martigny.

De Siviez (1728 m) dans le vallon de Nendaz, accessible en CarPostal, monter par la route d'alpage du versant E du vallon principal jusqu'au départ du bisse (1810 m, panneau

pédestre). S'engager alors facilement le long du bisse en direction de Nendaz. Les quelques parois rocheuses à traverser sont bien sécurisées. A la cabane du Bourlà, continuer par une section facile et plaisante en direction W, en passant au-dessus du village de Nendaz pour gagner Pra da Dzeu, au-dessus d'Isérables. De là, pénétrer dans le vallon en direction S pour atteindre La Tzoumaz, aux Mayens-de-Riddes. A la suite d'un éboulement dans la forêt du Clou, visible également sur la CN, une déviation

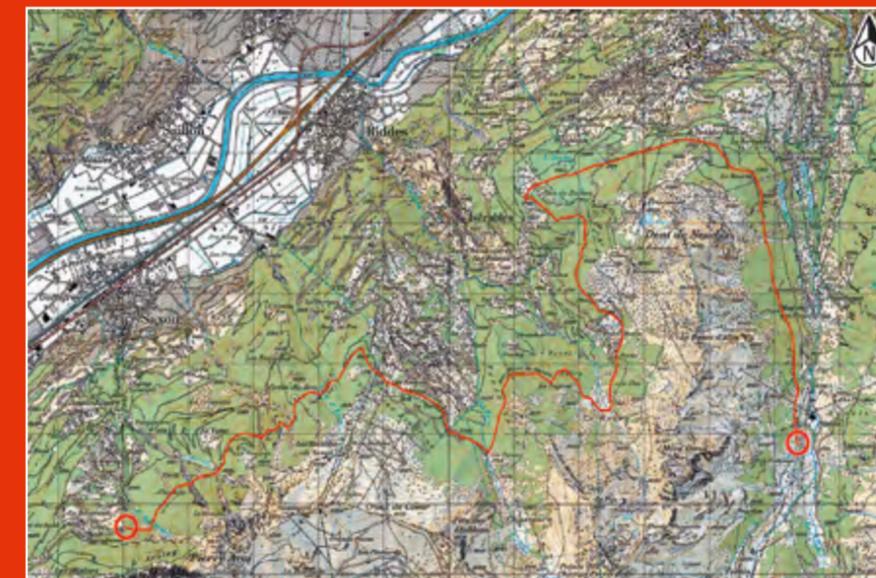
par le haut permet d'éviter quelques embûches. Peu avant La Tzoumaz, l'itinéraire totalement dans la forêt est très sauvage. Peu après, la section des Mayens-de-Riddes est très agréable et facile, adaptée aux familles, et ne présente aucune difficulté. La dernière partie du parcours traverse, à présent, les raides pentes du versant NW boisé de la Pierre-Avoi. Cette dernière moins fréquentée est restée à l'état d'origine, subissant les tourments de la dégradation naturelle, et se termine à La Boveresse à l'épingle de route asphaltée (1511 m), au-dessus de Saxon. Certains passages périlleux incitent à la prudence. De cet endroit, poursuivre par l'itinéraire pédestre qui mène au col des Planches (1411 m) ou descendre par le chemin rapide sur Saxon.



La cabane du Bourlà

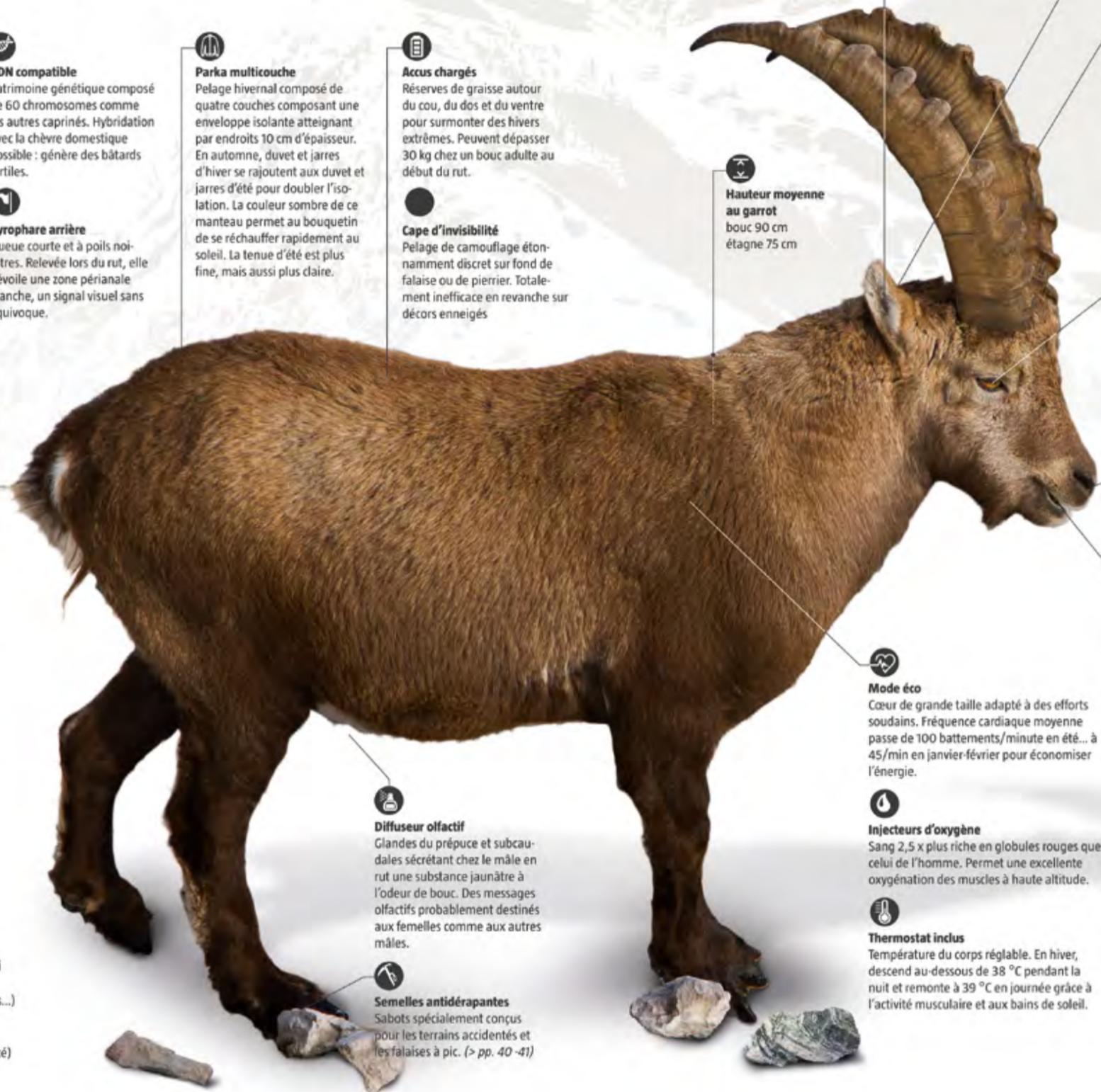
### Fiche technique

- Cartes:** CN 1306 Sion, 1305 Dent-de-Morcles, 1325 Sembrancher, 273 Montana, 272 Saint-Maurice, 282 Martigny ou [www.map.geo.admin.ch](http://www.map.geo.admin.ch)
- Documentation:** *Bisses de légende*, Johannes Gerber – *Les bisses du Valais*, Ed. Monographic.
- Point de départ:** Siviez (1728 m), parc et départ des remontées mécaniques.
- Etape:** restaurant et chambres d'hôte à Prarion, au-dessus d'Isérables.
- Point d'arrivée:** La Boveresse (1511 m) au-dessus de Sapinhaut (Saxon.)
- Horaire global:** 1<sup>re</sup> étape: 4 h - 2<sup>e</sup> étape: 5 h + 1 h 30 pour la descente à Saxon.
- Dénivelée:** 1<sup>re</sup> étape: 80 m depuis Siviez - 2<sup>e</sup> étape: 200 m le long du bisse et 1050 m pour la descente à Saxon.
- Difficulté:** facile pour les deux tiers du parcours - moyen pour le dernier tiers (passages de ravines).
- Période:** juin à octobre.
- Précautions:** chaussures de marche avec semelles bien profilées.



# Secrets d'alpiniste

Radars anti-avalanches, baromètre à orages, cœur à rythme variable... Nos révélations sur un montagnard hors pair.



**Lotion corporelle**  
Glandes sébacées réparties sur tout le corps. Assurent un entretien permanent du pelage.

**ADN compatible**  
Patrimoine génétique composé de 60 chromosomes comme les autres caprinés. Hybridation avec la chèvre domestique possible : génère des bâtards fertiles.

**Parka multicouche**  
Pelage hivernal composé de quatre couches composant une enveloppe isolante atteignant par endroits 10 cm d'épaisseur. En automne, duvet et jarres d'hiver se rajoutent au duvet et jarres d'été pour doubler l'isolation. La couleur sombre de ce manteau permet au bouquetin de se réchauffer rapidement au soleil. La tenue d'été est plus fine, mais aussi plus claire.

**Accus chargés**  
Réserves de graisse autour du cou, du dos et du ventre pour surmonter des hivers extrêmes. Peuvent dépasser 30 kg chez un bouc adulte au début du rut.

**Cape d'invisibilité**  
Pelage de camouflage étonnamment discret sur fond de falaise ou de pierrier. Totalement inefficace en revanche sur décors enneigés.

**Hauteur moyenne au garrot**  
bouc 90 cm  
étagne 75 cm

**Baromètre auditif**  
Oreille interne très sensible aux variations de pression atmosphérique : un outil parfait pour anticiper et fuir les orages.

**Détecteur d'avalanches**  
Ouille ultra-fine et sélective capable de déceler le moindre craquement du manteau neigeux.

**Sabres kératinisés**  
Cornes multifonctions présentes chez les deux sexes. Servent à se gratter, à casser des plantes épineuses avant de les brouter, mais aussi d'arme de défense contre les prédateurs, aigle royal, renard ou loup. Pendant le rut, les mâles les utilisent pour se battre. Dure et très résistante, leur enveloppe externe est composée de kératine, une protéine fibreuse qui forme les poils et les ongles chez l'homme.

**Viseur crépusculaire**  
Vue très performante comparable à celle du chamois. Capable de voir même dans la pénombre grâce à une rétine aux bâtonnets extrêmement nombreux. Ciel caractérisé par un iris ambré et une large pupille noire horizontale.

**Flair anti-homme**  
Odeur capable de sentir l'odeur humaine à 500 m de distance.

**Tondeuse intégrée**  
8 incisives tranchantes pour sectionner les herbes, aucune canine, 12 prémolaires et 12 molaires pour broyer et malaxer la nourriture régurgitée pendant la rumination. Poussent en continu pour compenser l'usure due à la mastication de matières abrasives.

**Mode éco**  
Cœur de grande taille adapté à des efforts soudains. Fréquence cardiaque moyenne passe de 100 battements/minute en été... à 45/min en janvier-février pour économiser l'énergie.

**Injecteurs d'oxygène**  
Sang 2,5 x plus riche en globules rouges que celui de l'homme. Permet une excellente oxygénation des muscles à haute altitude.

**Thermostat inclus**  
Température du corps réglable. En hiver, descend au-dessous de 38 °C pendant la nuit et remonte à 39 °C en journée grâce à l'activité musculaire et aux bains de soleil.

**Châssis incassable**  
Ossature ultra-robuste et puissante musculature. Permettent des bonds formidables, jusqu'à 5 à 6 m pour les grands boucs !

**Poids net**  
bouc 65-100 kg  
étagne 40-50 kg

## VRAI FAUX ?

**VRAI** Au printemps, certains bouquetins malades perdent de grosses touffes de poils. Ils se grattent à longueur de journée avec les pattes ou les cornes.  
**FAUX** Les boucs et les étagnes changent naturellement de pelage au cours du printemps. Le duvet de l'été précède et de l'hiver tombe le premier. Ensuite, les longs poils de jarres se détachent par plaques. Ce processus progressif donne aux bêtes un aspect négligé. Il s'étale sur plus de trois mois, ce qui protège les animaux des coups de gel tardif.

**Nom vulgaire** bouquetin des Alpes  
**Mâle** bouc / **Femelle** étagne / **Jeune de l'année** cabri  
**Nom scientifique** *Capra ibex*  
**Ordre** des ongulés (regroupant sanglier, cerf, chamois...)  
**Famille** des bovidés / **sous-famille** des caprinés  
**Répartition** Arc alpin  
**Longévité maximale** 20 ans (nature), 23 ans (captivité)

**Diffuseur olfactif**  
Glandes du prépuce et subcaudales sécrétant chez le mâle en rut une substance jaunâtre à l'odeur de bouc. Des messages olfactifs probablement destinés aux femelles comme aux autres mâles.

**Semelles antidérapantes**  
Sabots spécialement conçus pour les terrains accidentés et les falaises à pic. (> pp. 40-41)



## Bouc ou étagne ? Regardez les cornes

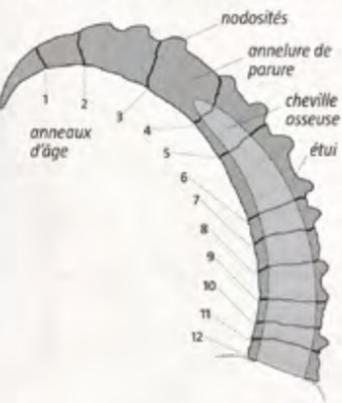
Contrairement aux bois des cerfs ou des chevreuils qui tombent et repoussent chaque année, les cornes des bouquetins, chamois et chèvres poussent en continu durant toute leur vie. Chez les boucs, elles sont noueuses et peuvent atteindre jusqu'à un mètre de long. Chez les étagnes en revanche, point de protubérances et un développement qui ne dépasse pas 25 cm. Quant aux jeunes de moins d'un an, ils portent de petites cornettes qui ne révèlent pas le sexe de leur propriétaire.



## Patriarche ou ado ? Comptez les anneaux

L'étui qui enveloppe l'os cornu pousse entre mars et novembre. La croissance s'arrête chaque hiver, une pause marquée par un mince cercle brun foncé. Comme les cernes annuels des arbres, ces anneaux d'âge permettent de compter précisément l'âge des boucs. Mais ce n'est pas si facile car les cornes des bouquetins ont également des anneaux de parure, normalement moins profondes et réparties tout au long de l'étui. Enfin, le nombre de nodosités ou grosses excroissances très visibles le long des cornes ne correspond absolument pas à des années. Du côté des femelles, c'est encore plus compliqué : les anneaux d'âge sont pratiquement indénombrables sur le terrain.

Schéma d'une corne d'un bouc âgé de 12 ans





En cheminant vers la ferme Les Praz, sous la Gummfluh

Seniors du CAS, les Jeudistes font, en équipe, une course chaque jeudi sur tout le territoire romand, afin de partager, selon un itinéraire préparé et adapté aux conditions de chacun, le plaisir de découvrir, avec leurs amis, des sites que la nature agence à son gré, mais aussi leur histoire, leurs mystères et leurs légendes. C'est alors que les paysages de nos montagnes révèlent d'incomparables trésors, à l'enseigne chaleureuse de la convivialité, de l'échange et de l'amitié fraternelle, qui peut se targuer d'atteindre des sommets!

Bernard Joset, un Jeudiste



Magnifique panorama depuis La Crevasse (altitude 1807,6 m)



Fontaine d'alpage à Le Coeur en Valais (altitude 2233 m)



Un SPA au lac des Autannes (altitude 2686 m)



Le Mont-Miné, entre son glacier et celui de Ferpècle



Bel accueil au seuil de la cabane d'Orny (altitude 2831 m)



La Spitzmeilenhütte, ses tipis et sa gouille sont en vue (altitude 2097 m)



## Reconnaître et prévenir un AVC

Les troubles cérébraux d'origine vasculaire sont liés à l'ischémie (manque d'oxygène) provoquée par la suppression momentanée ou définitive de l'apport sanguin dans une partie du cerveau. Les manifestations anormales qui en résultent sont dépendantes de la région cérébrale atteinte. Il peut s'agir entre autres:

- de troubles visuels;
- de troubles de l'élocution;
- de fortes et brusques céphalées accompagnées de vomissements;
- de violents vertiges;
- de perte de sensibilité cutanée;
- de paralysie musculaire;
- de troubles du comportement.

Ces troubles peuvent être transitoires et conduire à une disparition rapide, dans les minutes ou les heures qui suivent. On parle alors d'AIT (accident ischémique transitoire). S'ils sont définitifs, on parle d'AVC (accident vasculaire cérébral). Ces derniers sont nettement plus fréquents chez les plus de 65 ans.

En montagne et spécialement en haute altitude, l'apparition d'une telle obstruction vasculaire (due, la plupart du temps, à un caillot formé localement ou amené par embolie) est favorisée par le manque d'oxygène, la déshydratation, l'«épaississement» du sang (par l'augmentation de la quantité d'hémoglobine ou hématoците), essentiellement, cela chez des alpinistes sans problèmes circulatoires antérieurs et les non-fumeurs.

Le traitement d'urgence consiste à évacuer rapidement le malade dans un service de neurologie pour tenter de déboucher l'artère obstruée (c'est une question de deux à trois heures au plus). En attendant les secours, on peut donner de l'aspirine (250 à 500 mg) et, si c'est possible, administrer de l'oxygène...

Rassurer et calmer le patient et l'entourage est toujours utile!

Le risque d'un tel accident, chez une personne en bonne santé et jeune, reste limité (1/1000 pour l'AVC et 0,3/1000 pour un AIT)...

Bonne fin d'été à tous.

D<sup>r</sup> Bobo, CAS-Diablerets

Publicité

# LA VIE DU CLUB



Infos		Les rapports de courses	
Prochains événements	20	Bisse de Salins – Grand Bisse de Vex	26
Inauguration de la passerelle de la Tzina de Vio	22	Dent-d'Hautaudon – les Gais-Alpins	28
Page des membres	24	Hundsrügg – Arête intégrale nord-sud	30
Sous-sections	25	Bishorn – Voie normale	32
		Sept 4000 au Mont-Rose	34
		Balade des anciens du groupe du GSD	35

## AGENDA SEPTEMBRE – OCTOBRE 2017

### Mercredi 27 septembre à 20 h

Soirée récréative et culturelle organisée par la Commission de l'environnement: *Vivre ensemble avec les loups, les ours et les lynx* → lire encadré ►

### Samedi 30 septembre

Invitation à la préparation du bois au chalet Lacombe → lire encadré ▼

### Mercredi 4 octobre à 19 h 30

Réunion d'automne des chefs de course et des adjoints → lire encadré

### Mercredi 25 octobre à 19 h30

Soirée de réception des nouveaux membres

### Invitation à la préparation du bois au chalet Lacombe

Le **samedi 30 septembre 2017**, nous vous invitons à participer à la préparation du bois pour 2018-2019



#### Au programme

Scier, bûcher et ranger le bois.  
Apéro et soupe aux pois offerts.

C'est avec plaisir que nous vous accueillerons pour une journée sympathique mais pas trop laborieuse!

Petits et grands, jeunes et moins jeunes, vous êtes tous les bienvenus.

Karine, Fredy, Anne-Marie et Thomas

Pour des raisons d'organisation, prière de vous annoncer à la préposée au 079 566 04 83.

Possibilité de dormir au chalet: réservations sur <http://www.cas-diablerets.ch/lacombe.htm>

## Vivre ensemble avec les loups, les ours et les lynx



Francois Meyer

Depuis le retour du loup, du lynx et de l'ours, les animaux de rente (avant tous les ovins) ont de nouveau besoin de plus de protection sur les pâturages. Sur la plupart des alpages, seuls les chiens peuvent apporter une protection efficace. Ils protègent leur troupeau de façon autonome et instinctive, de jour comme de nuit et par n'importe quel temps. Elevés et formés avec soin, ces chiens doivent montrer une grande fidélité aux animaux qu'ils gardent, tout en ne représentant pas une menace pour l'être humain. En tant que randonneur il n'est pas évident d'adopter un comportement adéquat en face de ces chiens qui peuvent dans certaines situations se montrer très intimidants. Lors de cette présentation, François Meyer vous expliquera comment la protection des troupeaux est organisée en Suisse, comment les chiens de protection des troupeaux sont élevés et quels comportements à adopter en leur présence.

### Invitation à tous les chefs/cheffes de course et adjoints/es

Je rappelle à tous les CdC et les adjoints/es, notre traditionnelle soirée qui aura lieu le **mercredi 4 octobre à 19 h 30** à la grande salle.

Cette réunion sera l'occasion de débattre de toutes vos suggestions, projets ou remarques, et vous aurez suffisamment de temps pour discuter de vos futures courses en 2018.

Une collation sera servie et j'espère vous y rencontrer nombreux!

Alexandre Züger,  
président de la Commission d'alpinisme

### Bravo aux préposés du refuge des Petoudes, Pierre Aubert et Laurent Chevalley, qui ont obtenu le diplôme d'accompagnateur de randonnée de l'ASGM!

Nouveaux et nouvelles chefs/cheffes de course:

- Hiver I: Alexandre Saunier, Susanna Wagnières, Sébastien Aegerter, Massimo Sandri, Etienne Glauser, Martine Ostorero, Jean-Christophe Dunant, Antoine Gillot
- Hiver II: Marcel Rieder
- Été I: Alexandre Saunier
- Randonnée: Béatrice Schilter et Bertrand Cornu

Le comité du CAS-Diablerets ainsi que la Commission d'alpinisme félicitent chaleureusement ces nouveaux CdC et se réjouissent déjà de pouvoir ajouter de nouvelles courses parmi les nombreux choix des activités de la section!



### La Voie WuWu

Voici quelques infos sur la voie qui est consacrée à Etienne Würgler qui nous a quittés, l'an passé.

Depuis, une nouvelle voie au Sanetsch a été dédiée à Etienne Würgler, dit WuWu. Membre d'honneur de la section CAS-Diablerets, très actif chef de course, organisateur de cours d'escalade. Etienne a été le premier à emmener des membres de la section dans des voies en 7<sup>e</sup> degré, au début des années 1980. Il aurait aimé cet itinéraire sur l'excellent rocher du Sanetsch, région qu'il appréciait beaucoup comme Saint-Loup, Verdon, Grimsel et tant d'autres...

Sanetsch, paroi des Montons, 2569 mètres, sud, secteur Hara.

Accès: du parking, monter la sente d'Orphée puis traverser, à gauche, le couloir pour gagner le pied du secteur, environ 20 minutes.

Difficultés et équipement:

6a+ obligatoire, 6c en libre, équipée de spits, intervalle 50 mètres, 10 dégaines.

La voie débute entre Pôle et Mique puis l'Elite des Ménages (noms écrits au départ).

L1, 6b+, franchir un bombé puis des dalles raides, R1, commun avec l'Elite et Hara, vire.

L2, 6a+, dalles raides entre l'Elite et Hara-qui-Pleure, R2 commun avec l'Elite, marche.

L3, 6a, à gauche de l'Elite dalles raides, R3 à gauche de celui de l'Elite, vire.

L4, 6c, franchir un dévers (crux), puis des dalles, R4 commun avec Pôle et Mique, large vire.

L5, 6c, par une fissure oblique franchir le dévers (rocher moyen sur quelques mètres), gagner le sommet. R5 commun avec Victor.

Retour: pédestre à droite par la sente.

C. et Y. Remy, été 2016



## Appel aux bénévoles: soutien aux handicapés de la vue

Le Groupe sportif des handicapés de la vue (GSHV) organise des marches de mars à novembre et des sorties en raquettes de janvier à mars.

Le GSHV est à la recherche de responsables de course en 2018, pour emmener le groupe en montagne, essentiellement pour des marches qui se déroulent le week-end avec une nuit en cabane ou le dimanche. Cela implique de maîtriser le trajet.

Les personnes intéressées peuvent consulter le site [www.gshv.ch](http://www.gshv.ch) et se joindre à une sortie, cette année, pour faire connaissance.

Ce qu'il faut savoir:

- chaque malvoyant est accompagné d'un guide qui marche devant lui;
- il faut compter un tiers de temps de marche supplémentaire. Une marche de quatre heures et demie équivaut donc à six heures;
- un malvoyant met le même temps à la montée qu'à la descente;
- environ 700 mètres de dénivelé (par exemple, sortie à la cabane de la Tourche, à la Geltenhütte, à Anzeindaz);
- en général, les courses ont lieu par n'importe quel temps.

Les responsables de course, qui organisent une marche, reçoivent une indemnité afin de couvrir leurs frais de reconnaissance. Les aspects logistiques (réservation du billet collectif, des cabanes etc.) sont directement gérés par le GSHV.

Pour s'inscrire:

- Chantal Legland 079 388 06 22 [chantal.leg@outlook.com](mailto:chantal.leg@outlook.com), responsable marches, raquettes
- Pierre Kehrer 021 616 56 76 [p.kehrer@bluewin.ch](mailto:p.kehrer@bluewin.ch), président fondateur du GSHVet membre du CAS Yverdon depuis 25 ans



On passe la nouvelle passerelle



Bénédictio par le curé Pierrot Wenceslas



Discours de Claude Oreiller, Val Rando



Eik Frenzel, Claude Oreiller et Jean Micol

## Inauguration de la passerelle de la Tzina de Vio

Le 15 juillet dernier, une bonne quarantaine de membres du CAS et des représentants des autorités sont venus à la passerelle de la Tzina de Vio, pour l'inaugurer officiellement, avec apéro, discours, bénédiction et même un chant remodelé pour la circonstance (*lire encadré*). La bonne humeur et le soleil étaient aussi au rendez-vous.

Ont particulièrement œuvré à sa réalisation:

- l'entreprise de construction de la passerelle: X-Alpin;
- Jean-François Kälin, ingénieur génie civil, qui en a assuré sa bonne exécution;
- Hansrudolf Keusen, géologue;
- André Burkard, spécialiste avalanches;
- Patrik Troesch, qui a initié le processus en 2013, alors qu'il était président de la Commission des cabanes;
- les gardiens de la cabane du Grand Mountet, Nicolas et Adrien Theytaz; les préposés avec, notamment, Pierrick Viguet;
- Marcel Isler, notre secrétaire général, qui a assuré la continuité de l'action entreprise et a organisé la cérémonie.

Pour tout leur savoir-faire et l'énergie qu'ils ont mise dans le cadre de cette réalisation, ils sont vivement remerciés.

Tout cela ne s'est pas fait tout seul et représente un investissement de l'ordre de 200 000 fr. Et n'aurait pas été possible sans le soutien financier de la délégation valaisanne de la Loterie Romande, et celui du Club Alpin Central, lesquels sont également vivement remerciés.

Le souci écologique demeure: des contacts ont été pris avec l'armée dans la perspective d'évacuer l'ancienne galerie en béton.

**Petit historique:** le chemin d'accès à la cabane du Grand Mountet passait, autrefois, par la rive gauche du glacier de Zinal. A la suite de la fonte du glacier, il était devenu trop dangereux. Sous le leadership de François Gindroz, dont les efforts et le travail sont à saluer, un nouveau chemin, sur la rive droite, construit par l'armée, a été inauguré les 15-16 juillet 1989. Quelque 4500 journées de travail ont été nécessaires! Pour franchir la Tzina de Vio, principale difficulté technique, une galerie en béton avait été construite. Au fil du temps cependant, le terrain à cet endroit était devenu très instable et la galerie menaçait d'être emportée par la force de la nature. Dès lors, il n'était plus possible d'assurer la sécurité des randonneurs et des alpinistes sur le parcours menant à Mountet, en été.

Il devint donc absolument indispensable de trouver un nouveau moyen pour franchir la Tzina de Vio. La solution technique retenue a été cette magnifique passerelle, de type himalayenne, haubanée, spectaculaire et emblématique. Longue de 40 mètres, elle est un jalon crucial pour arriver à la cabane du Grand Mountet, d'où la vue sur la couronne impériale est exceptionnelle. La cabane, construite dès 1871, donne accès directement au Zinalrothorn, à l'Obergabelhorn et à la Dent-Blanche qui, tous, culminent à plus de 4000 mètres. Ouverte aussi au printemps, elle est un maillon indispensable pour la traversée sur Zermatt en ski de randonnée, empruntant le col Durand, avec une vue extraordinaire sur le Cervin et le Mont-Rose.

**Notre vœu:** que cette passerelle vous conduise à proximité de ce que certains appellent le paradis!

Longue vie à cette passerelle ainsi qu'à la cabane du Mountet! Vive le CAS-Diablerets et ses membres.

Jean Micol, président CAS-Diablerets

*(Sur l'air du vieux chalet)*

*Là-haut sur la montagne, l'était une vieille galerie.  
Murs sales, tout en béton,  
Pour traverser, prends tes bâtons!  
Là-haut sur la montagne, l'était une vieille galerie*

*Là-haut sur la montagne, croula la vieille galerie  
La neige et les rochers  
S'étaient unis pour l'arracher  
Là-haut sur la montagne, croula la vieille galerie*

*Là-haut sur la montagne, quand l'CAS vint au chemin  
Pleura de tout son cœur  
Sur les débris de son labeur  
Là-haut sur la montagne, quand l'CAS vint au chemin*

*Là-haut sur la montagne, l'est une nouvelle passerelle  
Le CAS d'un cœur vaillant  
L'a fait construire, en peu de temps  
Là-haut sur la montagne, l'est une superbe passerelle*



## Nouvelles cartes nationales

fiable – facile à lire – intelligente



 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral de topographie swisstopo  
[www.swisstopo.ch](http://www.swisstopo.ch)

[www.swisstopo.ch/nlk](http://www.swisstopo.ch/nlk)

## Nouveaux membres

Catégorie: I = Individuel / F = Famille / J = Jeunesse

## SECTION LAUSANNOISE

F Angenault	Patrick	Lausanne
F Angenault-Tan	Lisa	Lausanne
F Angenault-Tan	Nicolas	Lausanne
I Aubert	Alexandre	Prilly
I Aymon	Serge	Pully
I Bellanger	Julien	Lausanne
I Berruex	Virginie	Sion
I Bettens	Mikael	Mézières
F Bonard	Corinne	Lausanne
F Bonard	Marc	Lausanne
I Cheang	Monica	Lausanne
F Cusack	Juliana	Lausanne
I Delcourt	Timothée	Onex
J Détraz	Gaëtan	Bussigny
I Domenech Casas-Cordero	Michelle	Lausanne
I Emond	Marie-Hélène	Lausanne
J Estievenart	Sebastien	Lavigny
F Favard	Anne	Lausanne
I Froelicher	Claude	Prilly
I Gagnon	Diane	Montreux
I Golay	Elise	Yverdon-les-Bains
I Goloubinoff	Pierre	Ecublens
F Hajouji Idrissi	Nadir	Lausanne
I Hostettler	Tifaine	Denges
F Irincheeva	Irina	Cossonay-Ville
F Irincheeva	Laura	Cossonay-Ville
I Kennedy	André	Lausanne
I Kummer	Natalie	Cheseaux
I Lonfat	Carmen	Vouvry
I Maestre Bernal	Susana	Vevey
I Maire	Alexandre	Lausanne
I May	Laurence	Lausanne
I Melchior	Kevin	Lausanne
I Muller	Marie-Eve	Lausanne
I Padula	Valterino	Lausanne
I Payot	Françoise	Lausanne
I Perroud	Véronique	Prilly
I Pralong	Yves	Lausanne
I Privat	Guillaume	Lausanne
F Ratomski	Andrew	Lausanne
J Rivier	Renaud	Lausanne
F Sanchez Hernandez	Daniela	Lausanne
F Stanovici	Julien	Lausanne
J Stucki	Sophie	Bussigny
F Tan	Christine	Lausanne
I Tavares	Bruno	Pampigny
I Torcheboeuf	Antoine	Evilard
I Traubel	Sara	Lausanne
I Van Long	Lise	La Conversion
I Zenger	Claudio	Lausanne

## SOUS-SECTION DE CHÂTEAU-D'ŒX

F Baechler	Yves	Château-d'Œx
F Baechler	Ana	Château-d'Œx
F Baechler	Gabriel	Château-d'Œx
F Baechler	Yoann	Château-d'Œx
J Croset	Valentin	Château-d'Œx
F Ecoffey	Samuel	Château-d'Œx
I Jaccoud	Blaise	Lausanne
I Schnegg	Benjamin	Château-d'Œx

## SOUS-SECTION DE MORGES

I Wacker	Moïra	Lausanne
----------	-------	----------

## SOUS-SECTION DE PAYERNE

F Aebi	Michel	Trey
F Müller	Nora	Trey
I Thévoz	Aurore	Missy
I Viladoms	Charles-Etienne	Prez-vers-Noréaz

## SOUS-SECTION DE VALLORBE

I Piguet	Bastien	Valeyres-sous-Rances
----------	---------	----------------------

Avec tristesse, nous avons appris le décès de:

A leur famille et à leurs proches,  
nous présentons nos sincères condoléances.► **Pierre Aeschlimann**  
membre depuis 1947► **Ernest Bütikofer**  
membre depuis 1948► **Otto Aeberhard**  
membre depuis 1948

**GRAF - toiture SA**
**VOTRE FERBLANTIER-COUVREUR****Le spécialiste des toitures**

www.graf-toiture.ch

Maîtrise fédérale et brevet fédéral

Bureau et atelier :  
**Rue du village 29 - 1081 Montpreveyres**  
**Tél : 021 903 21 34 - Fax : 021 903 43 35**  
**Email : info@graf-toiture.ch**

## Château-d'Œx

## Assemblée générale 2017

L'assemblée générale aura lieu le **samedi 28 octobre 2017** et sera suivie d'un repas. Le lieu et l'heure seront indiqués dans la convocation envoyée à chaque membre.

L'ordre du jour prévu:

- 1) Accueil, liste de présences
- 2) Approbation de l'ordre du jour
- 3) Approbation du PV de l'assemblée 2016
- 4) Rapport du président
- 5) Rapport du caissier et des vérificateurs
- 6) Admissions, démissions, jubilaires
- 7) Rapports d'activité, et carnets des courses
- 8) Rapport du Dzai
- 9) Rapport de la station de secours
- 10) Rapport média
- 11) Election des vérificateurs
- 12) Divers
- 13) Propositions individuelles

Nous vous prions d'ores et déjà de réserver cette date afin de pouvoir vous compter parmi nous.

Le Comité

## Morges

## AGENDA

**Mardi 31 octobre:** assemblée générale d'automne, à 19 h 30, au Foyer 3 de Beausobre.

Elle sera suivie (vers 20 h 30) d'une présentation intitulée «YUKI» (neige ou bonheur en japonais) et présentée par Sean Charlton White et Adrien Hildebrandt, ayant pour thème «Au Japon entre freeride et culture».

## Nouvelle cheffe de course

Toutes nos félicitations à Marion Moriggia pour la réussite du cours été. Bravo et beaucoup de plaisir dans cette nouvelle fonction. Nous sommes heureux de compter sur une cheffe de course supplémentaire.

Merci pour ton engagement!

## Payerne

## AGENDA

## Vendredi 8 septembre

Cheffes et chefs de course, n'oubliez pas de venir avec votre ou vos propositions de courses à la **soirée de préparation du programme 2018**, qui sera suivie d'un repas offert par le Club.

## Vendredi 27 octobre

Comme chaque année, le dernier vendredi d'octobre, se tiendra notre **assemblée générale**. Nous nous retrouverons à la Salle du Tribunal de Payerne et terminerons la soirée avec une verrée offerte par le Club. La convocation et l'ordre du jour vous parviendront en temps utile.

## Une belle initiative



Le Service des sports UNIL-EPFL a développé, initialement sur demande de la doctoresse Maya Popovic du CHUV, une étude portant sur les bienfaits de l'activité sportive pour les enfants atteints de cancer. Ce projet - **Pastec** - est donc né d'une collaboration entre l'Unité d'hémo-oncologie pédiatrique du CHUV et le Centre sport et santé des sports universitaires Lausanne. Son but étant d'évaluer les bienfaits d'une activité physique sur l'amélioration des capacités physiques et la qualité de vie des enfants traités pour un cancer.

Lorsqu'ils sont hospitalisés au CHUV, les enfants malades ont la possibilité de suivre un entraînement sportif sur place. Mais, une fois de retour chez eux, il est fréquent qu'ils ne poursuivent aucune activité physique et ne participent pas aux heures d'éducation physique scolaire de la même manière que les autres enfants. Pourtant, les bienfaits de l'exercice physique sont avérés, aussi bien pour les capacités physiques (coordination, équilibre, endurance) que neuropsychologiques (concentration, gestion des émotions). D'autant plus pour ces enfants qui présentent un risque de séquelles à long terme liées à leur maladie et aux lourds traitements administrés.

Cette étude a été reprise depuis 2016 sous forme de programme. Nos objectifs sont d'apporter de la joie à l'enfant par le sport et permettre à chacun d'entre eux de bénéficier des bienfaits de l'activité physique en lui permettant de la vivre pleinement à son niveau.

Dans le cadre de cette activité, en collaboration avec le CAS Diables-rets, Denis Jotterand, membre du CAS, et Sonia Matthey, membre du CAS et employée au Service des sports universitaires, ont entrepris l'organisation d'une première course de montagne adaptée aux conditions physiques des enfants.

La réalisation d'un tel projet ne pourra être concrétisée que grâce au dévouement de bénévoles membres du CAS que nous remercions d'ores et déjà.

Le programme que nous souhaitons développer, par la suite, est gratuit pour les enfants et leurs parents. Il a vu le jour grâce aux différents dons reçus et ne pourra être maintenu que par la générosité de nouveaux sponsors. D'autres idées sont donc les bienvenues. Pour plus d'informations, vous pouvez consulter notre site [www.pastec.ch](http://www.pastec.ch).

Nous remercions Jean Micol, président du CAS, et Jean-Michel Kern, président des Mercredistes, pour l'enthousiasme avec lequel ils ont accueilli notre projet.

Pour le Projet Pastec,  
Sonia Matthey et Denis Jotterand

# LES RAPPORTS



Départ de la randonnée le long du bisse de Salins



Vue en direction de Siviez



L'équipe du jour au complet



Sur le sentier du grand bisse de Vex

## BISSE DE SALINS – GRAND BISSE DE VEX

• 14 mai 2017 • Cheffe de course: Nathalie Jongen

9 heures, bisse de Salins. Seize joyeux clubistes démarrent une belle journée le long des bisses. Premiers pas le long du canal qui, tranquillement, s'élève sur de scabreux empilements de bois. Nous sortons au soleil pour une pause bienvenue après une petite heure de marche. Les vaches d'Hérens nous saluent depuis leur pâturage. Apéro Spritz à la fin! (Youpi!) A ce stade, l'apéro n'était pourtant qu'un souhait et non une réalité. Nous poursuivons notre chemin dans un paysage printanier paradisiaque où mille tonalités de vert nous éblouissent. Voici arrivé le moment de la montée de la journée, que chacun grimpe à son rythme.

En haut, nous voilà arrivés au bisse de Vex que nous longeons jusqu'à une belle grande table où nous nous arrêtons pour notre repas de midi. Heureusement, tout ne se perd pas, en particulier les traditions au Club Alpin. La gentille organisatrice a prévu une excellente bouteille de pinot noir de 2013.

Vive le dessert après la course! Nous terminerons cette magnifique course par un verre de l'amitié sur une terrasse, avec une très belle vue sur les montagnes.

Le temps maussade annoncé s'est transformé en une journée de soleil aux senteurs et aux couleurs printanières. Chant du coucou, primevères, douceur du bruit de l'eau, vert tendre. Nous sentons le printemps arriver à grands pas et nous nous réjouissons – la course était un avant-goût des prochains jours ensoleillés. Le soleil et les animaux étaient au rendez-vous, même dans la traversée de Veysonnaz, au milieu de luxueux chalets, les chats nous ont fait la haie d'honneur.

Un grand merci pour cette belle journée de Fête des mères en montagne à Nathalie et à Christine.

P.-S.: Nous sommes de vrais camarades jusqu'au bout: ce rapport a été écrit par les 16 participants ▶▶

*Nathalie, Christine, Susanne, Jean-Pascal, Fabien, Léa, Brigitte, Pierre, Geneviève, Leslie, Dominique, Chantal, Dan-Robert, Isabelle, Thierry et Patrice!*



Pause dans les prairies sèches



Table de pique-nique qui n'attend que nous



Les participantes sur le pont surplombant l'Ogeintse

**Bonnet**  
électricité SA

Installations électriques et télématiques  
Installateur électricien diplômé  
Membre de la section

Chemin de Fontanellas 14  
1009 Pully  
Tél. 021 729 78 88  
Fax 021 729 82 95  
info@bonnet-electricite.ch

# LES RAPPORTS



Ciao!



José au taquet!

## DENT-D'HAUDAUDON - LES GAIS-ALPINS

• 3 juin 2017 • Chef de course: Jérôme Templé

Alt. 1872 m – Dénivelé 250 mètres – Durée 6 heures – 3C+/ 3C+

Nous sommes partis relativement tôt, afin d'avoir des chances d'échapper aux orages annoncés pour le milieu de l'après-midi. Rendez-vous au col de Jaman avec notre chef de course, Jérôme, qui est venu en scooter, yépa!

Après une heure de marche d'approche paisible (nous sommes presque les premiers) qui nous permet d'admirer les deux paires d'aiguilles séparées par une brèche qui composent les Gais-Alpins, nous voici au col de Bonaudon, au pied de l'arête côté sud. Le temps de nous équiper, il est bientôt 10 heures et, plus loin sur les crêtes, de petits champignons semblent vouloir grandir au-dessus des montagnes.

Après deux longueurs, nous suivons plus ou moins à «plat» le sommet de la première dent, vient ensuite une descente légèrement exposée, puis nous grimons sur la plus escarpée, la deuxième dent, pour finir cette étape par deux rappels de 20 mètres. Belles occasions de revoir les techniques de corde, de relais et d'apprendre comment s'assurer avec l'aide de sangles sur des pointes rocheuses.

Une échappatoire est possible à cet endroit par un rappel dans le versant E. Nous faisons le point. Les orages se préparent sur le Jura, le ciel s'obscurcit sur les Alpes, mais les nuages dévient légèrement, laissant briller le soleil sur notre parcours. Contrôle de la météo: suivant les prévisions, il nous reste deux bonnes heures avant que le ciel ne se déchaîne. Nos deux cordées de trois avancent bien. Nous décidons de continuer.

Pour gagner du temps, nous faisons les deux longueurs suivantes d'un trait. La partie la plus aérienne arrive. Une progression sur le fil de l'arête: parfois à califourchon; d'autres fois, de courts



Prête pour le rappel!



Veux-tu déjà lui mettre la corde au cou?

passages de désescalade; puis la fameuse «enjambée» (un pas d'un béquet à un autre avec du vide autour) qui demande une nette concentration. Nos sens aiguisés, les rochers resplendent de toute leur beauté! La dernière longueur est courte et facile. Deux rappels de 20 mètres nous conduisent dans le versant E, plus sauvage et parsemé de gros blocs sur lesquels les marmottes dodues jouent continuant leur réveil hivernal avec allégresse.

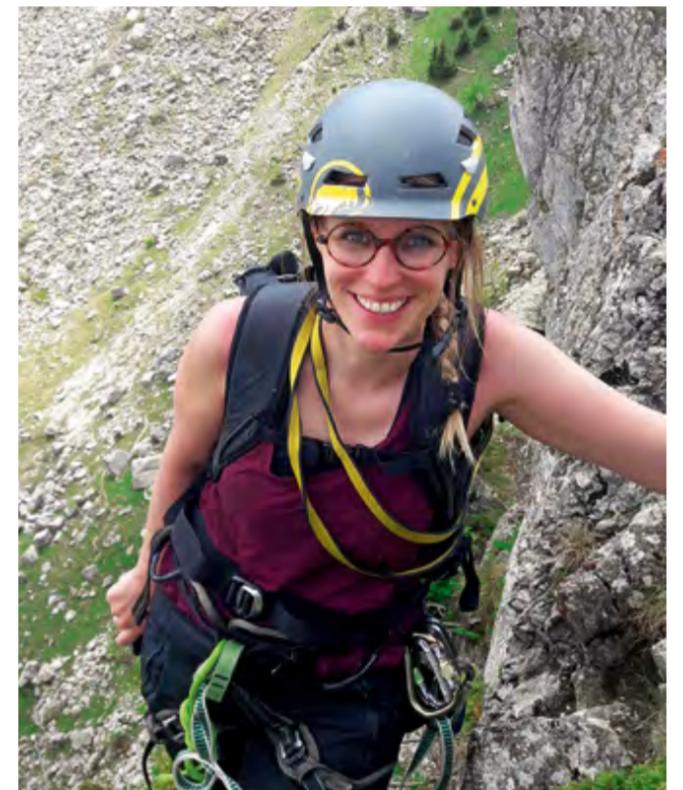
Une petite marche nous ramène au col de Bonaudon où les deux cordées s'attendent. Moment contemplatif qui nous révèle les charmes tranquilles de cette région, contrasté par un groupe de 20 personnes, passablement éméchées, qui descendent d'une drôle de manière des Rochers-de-Naye juste en face.

Tous réunis, nous redescendons au col de Jaman en remerciant le ciel de sa clémence, la montagne pour ses merveilleux contrastes et Jérôme, notre chef de course, ainsi que Randall, son adjoint, pour nous avoir guidés, un peu appris à lire les nuages et fait découvrir cette course de rocher agréablement variée, qui constitue une parfaite initiation.

C'est remplis de gaieté que nous allons trinquer à cette journée au restaurant du col, le Manoïre, après une halte à la Fromagerie de Jaman juste à côté. Miam! Le déluge attendra Lausanne. Ouf!

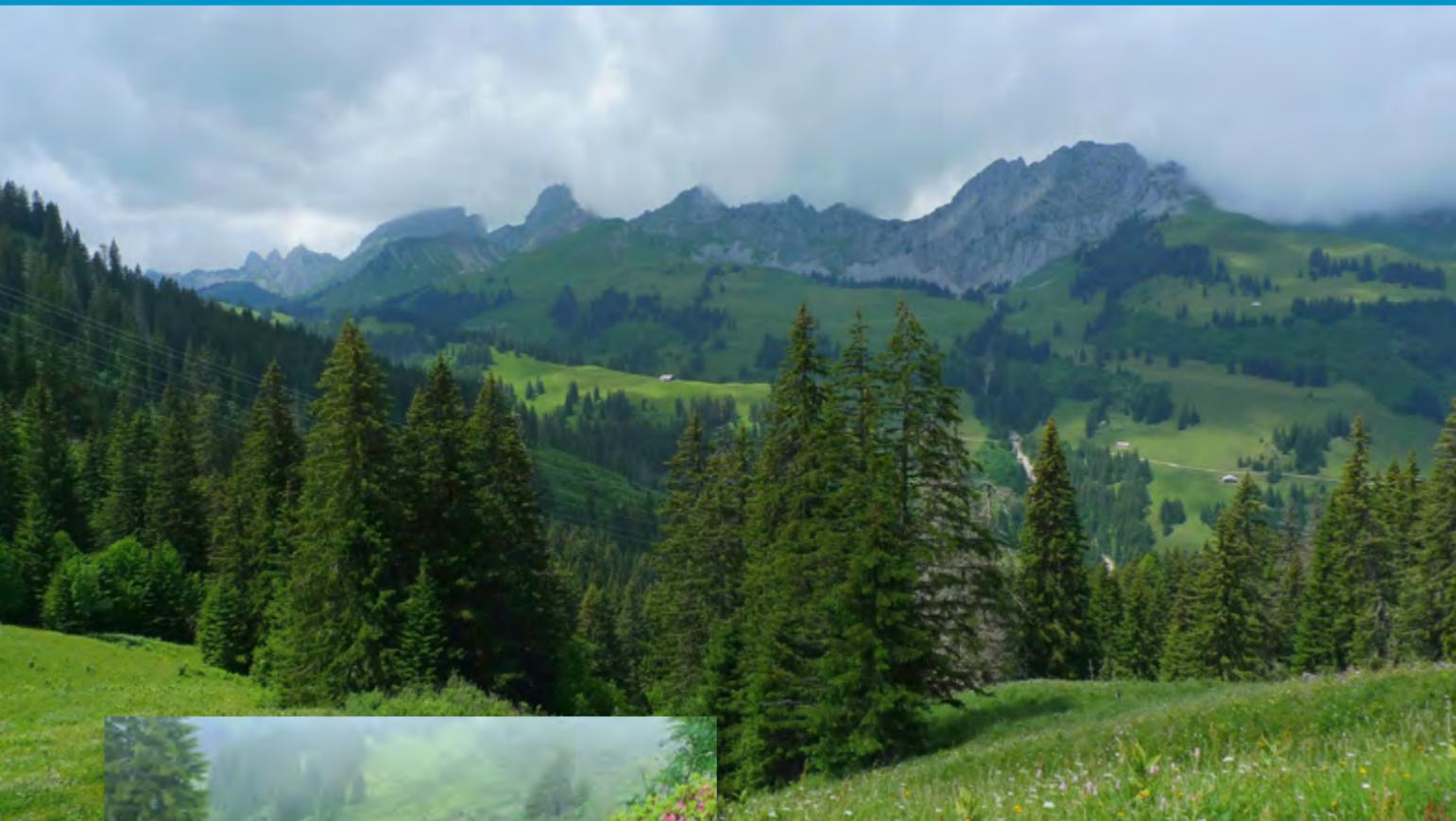


Perspectives



Et avec le sourire!

# LES RAPPORTS



Les rhodos...



L'alpage de Bire...

Les massifs qui s'étalent des Gastlosen à la Dent-de-Ruth et aux Rochers-des-Rayes

## HUNDSRÜGG – ARÊTE INTÉGRALE NORD-SUD

• 25 juin 2017 • Chef de course: Nicolas Xanthopoulos

Alt. 2047 m – Dénivelé 550 mètres – Durée 5 heures – T2/randonnée en montagne

Départ à 7 heures de la gare de La Conversion.

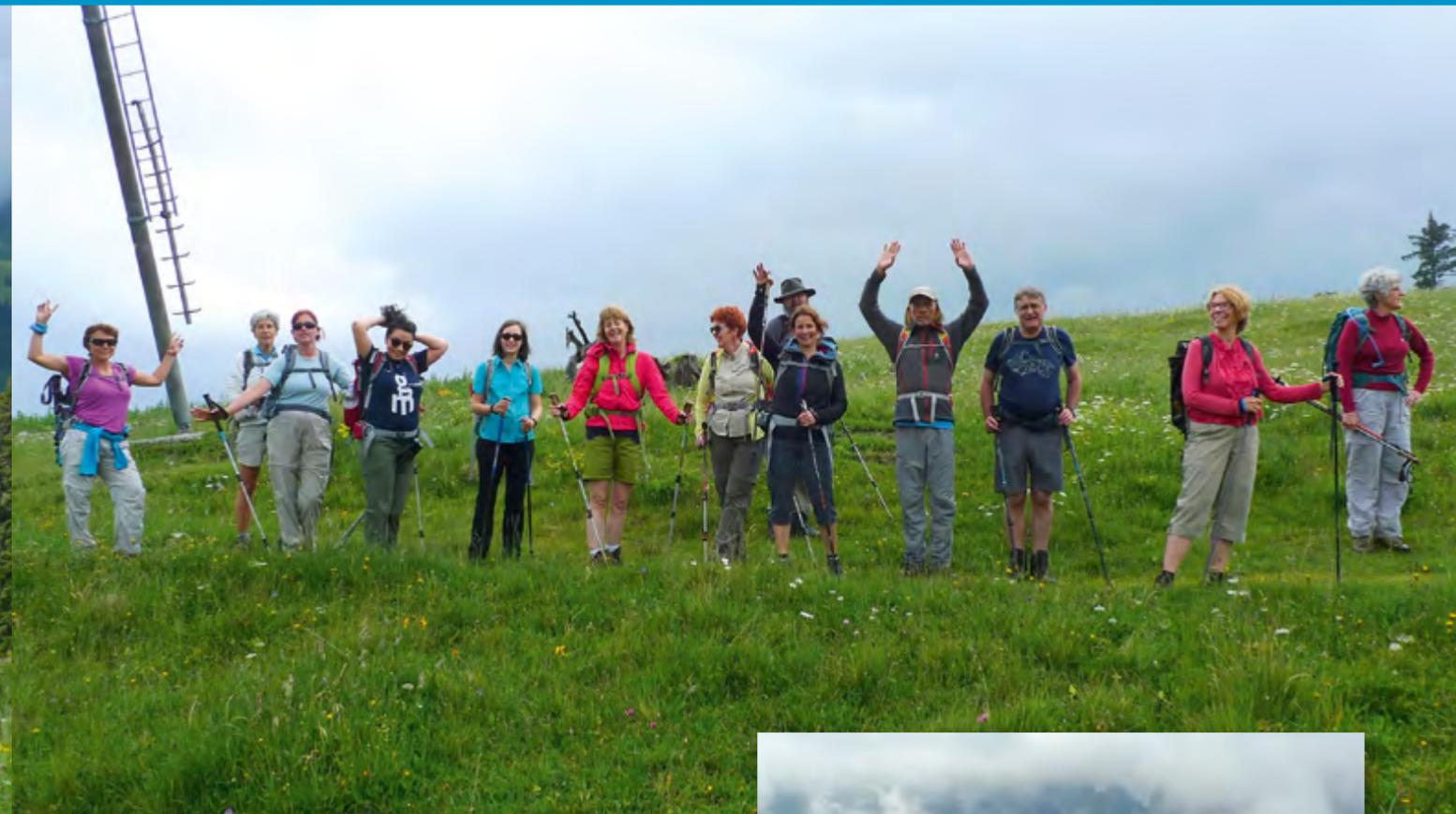
Départ à 9 heures 15 du Jaunpass pour la randonnée, après un petit café du matin...

Un peu perdue à mon arrivée à la gare de La Conversion, la tête pleine de questions sur ce qui m'attendait pour cette première randonnée au Club Alpin, j'ai été rapidement rassurée par ce baptême!

Météo pluvieuse et capricieuse au début de la journée. Pas mal de nuages ont chagriné Nicolas qui se réjouissait de nous offrir une vue imprenable sur les Alpes bernoises et les Gastlosen!

Face à la mine dépitée de notre chef de course, nous avons décidé de lui offrir notre belle humeur qui a chassé ces nuages pour laisser la place à un joli soleil à la mi-journée...

Belle ambiance, j'ai eu l'occasion de rencontrer des marcheurs très sympathiques et de recevoir beaucoup d'informations sur les différentes activités proposées par le Club Alpin.



Les participants!

Nicolas, fidèle à lui-même, a joué les chasseurs d'images pour capturer dans son objectif les merveilleuses fleurs croisées sur notre passage: des rhododendrons d'un rose magenta flamboyant, des pensées jaune pâle délicat, des pensées bicolores jaunes et violettes, des prairies multicolores, et bien d'autres jolies fleurs qui ont agrémenté notre marche.

Après une pause pique-nique en haut de la crête, nous avons finalement fait une boucle pour le retour.

Retour vers 16 heures, et nous avons partagé une petite halte désaltérante, avant de reprendre les voitures pour aller visiter une cascade, le Sattelbach à Jaun, et une petite chapelle de tradition fribourgeoise...

Merci à vous tous, je reviens enchantée et pleine d'enthousiasme, c'était pour moi un baptême réussi!

Je me réjouis à la perspective de nouvelles aventures et des découvertes avec le Club Alpin.

Merci à notre chef de course, Nicolas, et à son adjointe, Aline, de leur gentillesse et de leur belle humeur.

A bientôt pour partager de nouvelles marches...

Catherine

+ de photos sur: <https://www.flickr.com/photos/nicosix/albums>



Les renouées ont squatté les lieux... pour notre plaisir!



Une belle rencontre..

# LES RAPPORTS



Avec le sourire!

## BISHORN - VOIE NORMALE

• 1<sup>er</sup> - 2 juillet 2017 • Chef de course: Giuseppe Zamuner

Alt. 4153 m – Dénivelé 1600 mètres – Durée 2 jours – 8 h – Facile

Départ samedi matin, vers 7 heures, afin d'éviter les averses prévues pour l'après-midi. Après moins de deux heures de route, nous arrivons à Zinal, un petit café et nous entamons la montée à la cabane. Le long du chemin, nous rencontrons d'autres équipes qui montent ou reviennent de la cabane.

Il crachine un peu et les sommets autour ne sont pas visibles. L'accueil à la cabane est très sympa. Nous arrivons assez tôt, et profitons alors de nous installer, de nous reposer et de faire quelques exercices. Au vu de la fatigue ressentie pendant la montée à la cabane, un des participants décidera qu'il ne se joindra pas au reste de l'équipe, le lendemain, et préférera plutôt rester, et nous attendre, à la cabane.

Pendant la nuit, il neige un petit peu et, le matin, une couche de neige empêche de voir dehors. Par rapport au jour précédent, les nuages se sont un peu levés. On voit le glacier, mais, au-dessus d'environ 3400 mètres, les pentes sont enveloppées dans de denses nuages.

Nous partons un peu avant 6 heures. Les conditions sont stables et la trace très évidente. Nous comptons beaucoup de cordées qui s'acheminent vers le sommet. Vers 9 heures, nous arrivons sur l'épaule, juste en dessous du sommet où le vent souffle



On garde le sourire



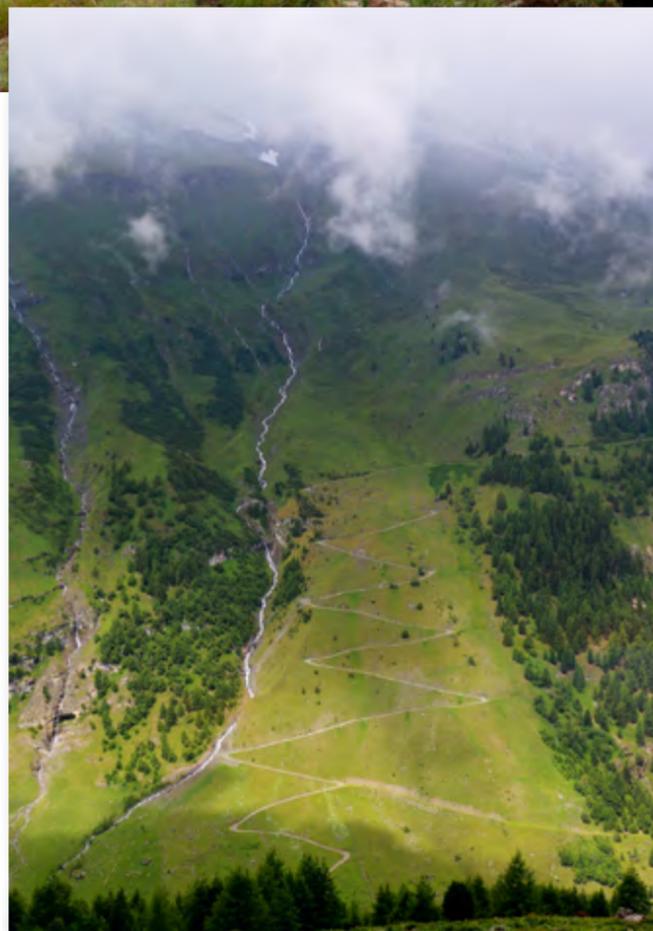
Espoir d'une éclaircie



Ouf!, on aperçoit la cabane



Brrr, il ne fait pas chaud!



Ça zigzague

avec vigueur, et il fait nettement plus froid. Comme la dernière pente menant au sommet est un peu en glace et comme, de toute manière, nous n'aurons pas une meilleure vue depuis quelques dizaines de mètres plus haut, nous décidons de nous arrêter là. Et nous ne tarderons pas à redescendre. Nous croisons bien d'autres cordées, surtout italiennes sur le chemin de la montée. Nous faisons un arrêt à la cabane pour un petit casse-croûte (la soupe de la cabane est excellente) et, après avoir récupéré nos affaires, nous descendons à Zinal.

Nous n'avons pas eu la belle vue sur le paysage, mais nous avons partagé un week-end fort sympa, merci à toute l'équipe!

Et un grand merci à Guillaume, mon adjoint, qui m'a bien aidé dans la gestion de la course.

Giuseppe Zamuner

## Cave de la Crausaz Féchy



Féchy AOC  
La Côte

Magasin ouvert  
du lundi au samedi

Chemin de la Crausaz 3 - Féchy  
021 808 53 54 - [www.cavedelacrausaz.ch](http://www.cavedelacrausaz.ch)



# LES RAPPORTS



Punta Giordani, le premier des huit 4000



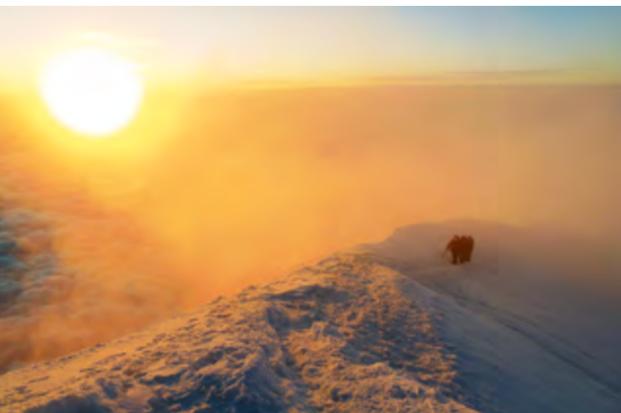
Sur l'arête de la Pyramide Vincent



Départ sur le glacier d'Indren



Une chouette équipe à cette course.



Sur l'arête de la Zumsteinspitze

## SEPT 4000 AU MONT-ROSE – EN CIRCUIT DE GRESSONEY

• 16 - 18 juillet 2017 • Chef de course: Serge Naoux

Alt. 4563 m - Déniv positif: 350 m + 1350m + 250 m - 3 jours (1h 30 + 10 h + 5 h) - PD+

**Jour 1.** Mise en route en douceur, à 9 heures, avec un café et un croissant au Restaurant Napoléon, près du Grand-Saint-Bernard. Arrivée à Gressoney vers midi où nous prenons le télécabine jusqu'à 3100 mètres. L'aventure commence avec une petite marche très agréable pour rejoindre la cabane Mantova.

**Jour 2.** Les choses sérieuses débutent avec, comme but de la journée, quatre 4000 [Pointe-Giordani, Pyramide-Vincent, Corno Nero et Punta Gnifetti (cabane Margherita)].

Départ donc, à 5 heures en direction de notre premier sommet. La météo est splendide et l'ambiance du groupe parfaite. A 8 heures 30, début de l'ascension de l'arête rocheuse pour rejoindre la Pyramide-Vincent. Une des participantes aura quelques incertitudes quant à sa capacité à traverser cette arête. Toutefois, grâce à l'encadrement exceptionnel, les encouragements et l'entraide de notre adjoint et de notre chef de course, tout s'est, au final, très bien passé. Une fois l'arête terminée, nous nous sommes sustentés afin de reprendre des forces et de continuer notre chemin vers le Balmenhorn (un 4000 non officiel).

Cela fait environ 8 heures que nous sommes en route et la fatigue commence à se faire sentir, mais, malgré tout, nous décidons de faire encore le Corno Nero, comme initialement prévu. Ce sera une ascension ludique dans une pente de neige assez raide. La descente sera faite en rappel. Dernière ligne droite jusqu'à la cabane Margherita. Nous avons été très impressionnés par la qualité du service et l'accueil chaleureux des gardiens. La grande récompense après nos 12 heures d'efforts sera le copieux repas (focaccia, soupe, pâtes, rôti, salade, tomates, fruits, gâteaux... entres autres). Du jamais vu en cabane!

**Jour 3.** La nuit, à 4500 mètres fut quelque peu difficile pour certains. Néanmoins, tout le monde sera très motivé pour la journée à venir. Il nous restera trois 4000 (Zumsteinspitze, Parrotspitze et Ludwigshöhe). Nous sommes partis à 5 heures pour notre premier sommet. Petite montée de 30 minutes, une vue imprenable sur la Pointe-Dufour!

Direction Parrotspitze, mais, cette fois, dans le brouillard! Ensuite, nous avons longé une arête neigeuse et sommes redescendus un peu avant d'attaquer notre dernier sommet en passant à côté d'une immense crevasse.

Voilà, but accompli. Nous avons passé un moment inoubliable en montagne et avons réalisé l'ascension de sept 4000 dans le massif du Mont-Rose.

Un grand merci à Serge et à Giuseppe de cet excellent choix d'itinéraires et, surtout, pour leur gentillesse et les conseils donnés durant ces trois journées spectaculaires.

Maryline



## ANCIENS DU GROUPE DE GYM DU GSD – BALADE DU MARDI 4 JUILLET 2017

Non, le GSD n'est pas mort, il bouge encore, du moins le groupe de gym dont quelques fidèles qui se réunissent une fois par mois pour une balade, un pique-nique ou une bonne fondue, histoire de ne pas perdre le contact.

Mardi 4 juillet, 18 personnes (dont deux vénérables ayant dépassé le data) se sont retrouvées à Solalex et sont parties à la découverte (ou la redécouverte) d'Anzeindaz et de ses richesses. Après un court arrêt à la cabane Barraud, le groupe est reparti en direction du col de la Poreyrette et de la Petite-Corde. Pique-nique au milieu des edelweiss et autres raretés, puis col des Essets, cabane Barraud et Solalex.

Belle occasion de perpétuer des amitiés de longue date. Bravo à tous les participants et longue vie au Groupe de gym!



Av. de Longemalle 9 | 1020 Renens  
tél. 021 317 51 51 | email: info@pchl.ch

[www.pchl.ch](http://www.pchl.ch)

# PASSE MONTAGNE LAUSANNE SHOP OUTLET

NOUVELLE ADRESSE !

GRAND-PONT 4  
1003 Lausanne

jusqu'à  
-70%



**PASSE  
MONTAGNE**

UN BUREAU DE GUIDES | TROIS MAGASINS SPECIALISTES | MONTHEY | GENEVE | LAUSANNE  
[WWW.PASSEMONTAGNE.CH](http://WWW.PASSEMONTAGNE.CH)