



Les Jeudistes SECTION DES DIABLERETS

Octobre 2023

	gr	Course	Chef téléphone	Adjoint téléphone	Distance dénivelé	temps bâtons	Aller pour	Retour de	
Jeudi	5	A	Gampel - Loèche	H. Recher	J-R. Bonvin	12,88 km	4 h 15	Steg VS, Bäckerei	Leuk
			079 721 50 02	079 561 18 36	+ / - 750 m.	R / P	7 h 50	Aux 16', direct. Aux 25' via Sierre	
Jeudi	5	B	Salgesch - Sierre	P. Allenbach		7 km	2 h	Salgesch	Sierre
			079 537 87 53		+222/-264 m	R / P	8 h 50	Aux 24' et aux 50'	
Jeudi	12	A	Semsales - Niremont - Les Paccots	H. Schaaf	F. Burgener	11,58 km	3 h 45	Semsales	Les Paccots, Ermitage
			079 447 27 56	079 652 99 34	+686/-477 m	N / P	9 h 02	15 h 50, aux 50' chaque heure	
Jeudi	12	B	Paccots - Borbuintze	P. Allenbach		8.9 km	2 h 30	Les Paccots, Ermitage	Les Paccots, Ermitage
			079 537 87 53		+322/-320 m	R / P	9 h 39	15 h 50, aux 50' chaque heure	
Jeudi	19	A	Dent de Vaulion	D. Farine	F. Curtet	10,6 km	3 h 30	Vaulion, Centre	Le Pont
			Vaulion - Dent de V. - Le Pont	079 448 84 52	079 664 96 20	+592/-517 m	N / P	9 h 02	15 h 58, 16 h 26
Jeudi	19	B	Bord du lac de Joux	A. Heinzer		7,5km	2 h	Les Esserts-de-Rive	Le Pont
			Les Esserts-de-Rive - Le Pont	079 401 31 06		+159/-187 m	N / P	10 h 02	15 h 58, 16 h 26
Jeudi	26	AB	Fin de saison	H. Schaaf					
			sortie famille Salquenen						
Jeudi	26	AB							

Bâtons N = nécessaires R = recommandés V = à volonté / P = Pique nique R = Restauration possible



FRANÇOIS SPORTS

PARTENAIRE DE VOTRE VIE SPORTIVE DEPUIS 1985