

Passion MONTAGNE

N° 5 | 101^e année
septembre-octobre
2025

DOSSIER

*Le chalet Lacombe
berceau du ski vaudois*

IDÉE DE COURSE

*Dents Blanches de Champéry
2706 m*

PORTRAIT

*Olivia Chavaillaz,
l'enthousiasme des cimes*





GRA-32231-07.25

Bonjour avantages.

Les membres du CAS et leurs proches vivant dans le même ménage bénéficient de rabais attrayants grâce au contrat-cadre.

En exclusivité pour les membres du CAS.

En tant que partenaire santé, nous sommes là pour vous et vous accompagnons dans toutes les situations de vie.



Agence CSS proche de chez vous:
Agence Lausanne-Bel-Air
Rue Haldimand 17, 1003 Lausanne



Emil Mijalov
Agent général
058 277 63 64
076 426 15 42
emil.mijalov@css.ch

Vos avantages en un coup d'oeil

- Rabais de prime sur certaines assurances complémentaires.
- Contribution pour l'affiliation au CAS: 50 %, max. CHF 100 par année (pour autant que vous bénéficiez du bonus du compte «santé»).
- Première recommandation donnée par le Symptom Checker de l'appli Well en cas de douleurs.
- Offres très intéressantes et top deals en lien avec la santé à des conditions spéciales sur enjoy365.ch
- Collecte d'activePoints et récompense allant jusqu'à CHF 400 par année grâce à l'appli active365.

Pour bénéficier d'enjoy365 et active365, il faut avoir conclu une assurance complémentaire et avoir atteint l'âge de 16 ans.



Votre santé.
Votre partenaire.



Un club, c'est fait pour bouger !

Andrea Girardot | Vice-présidente du comité de la section

Dans ce numéro, il est question de forêts qui évoluent avec le climat, de photos de montagne à couper le souffle illustrant tout ce que nous recherchons quand nous allons ensemble « là-haut », d'un chalet centenaire dans nos Alpes vaudoises hérité de nos visionnaires anciens, d'une jeune membre passionnée qui s'engage pour les changements dans la commission des alpages et, bien sûr, de magnifiques courses en montagne. Des regards et des expériences qui font toute la richesse de notre section : un lien unique entre les générations, entre ceux qui ont ouvert la voie et ceux qui la suivent aujourd'hui.

La section vit et c'est grâce à vous, ses membres ! Depuis 162 ans, notre club écrit une histoire collective faite de sommets gravis, de cabanes bâties, de sentiers entretenus et d'innombrables amitiés nouées. Pour que le club continue à être ce qu'il est – un lieu d'amitié, d'apprentissage, de passion commune pour les activités en montagne – il a besoin de toutes les bonnes volontés. Chaque main tendue, chaque idée proposée, chaque sourire partagé compte plus qu'on ne l'imagine. Pas besoin d'avoir 50 ans de club derrière soi, d'être un guide de montagne chevronné ou un expert en marketing : chacun peut apporter quelque chose et devenir chef de course ou adjoint, donner un coup de main pour organiser un apéro, une conférence sur la montagne ou une fête dans l'une de nos cabanes.



Pas besoin d'avoir 50 ans de club derrière soi, chacun peut apporter quelque chose.

Car derrière chaque course en montagne, chaque événement, chaque assemblée générale, il y a des membres... et surtout des bénévoles. Des gens qui donnent un peu de leur temps, beaucoup de bonne humeur, une bonne dose de patience – et parfois savourent une bière partagée après l'effort. Ce sont eux qui entretiennent cette flamme collective, qui font que le club n'est pas seulement une structure, mais un véritable état d'esprit. Et qui savent combien, lorsque l'on donne au club, on peut recevoir beaucoup en retour !

À l'heure des réseaux sociaux et de leurs amitiés souvent... artificielles et fugaces, le club reste un lieu d'authenticité et d'engagement durable. Ici, on prend le temps de se connaître, de marcher côte à côte, de partager des souvenirs qui ne s'effaceront pas au prochain « scroll ». Et c'est cette force humaine qui fait que, 162 ans plus tard, notre club est toujours debout, vivant et inspirant. Alors si vous avez envie de participer à la vie du club, de rencontrer du monde, de partager vos idées ou d'organiser un moment sympa, lancez-vous et contactez-moi (vice-presidence@cas-diablerets.ch).

Ensemble, continuons à faire vivre ce bel esprit montagnard qu'on retrouve au sommet... ou autour d'une bonne fondue. À vous de jouer – et bonne lecture !

SOMMAIRE

4 ACTUALITÉS

DOSSIER

Le chalet Lacombe
berceau du ski vaudois

6

10 CONSEIL MATOS

Évolution des fixations de ski de randonnée et tendances liées

CONSEIL SANTÉ

Nutrition après l'effort :
récupération post-randonnée

11

12 IDÉE DE COURSE
Dents Blanches de Champéry
2706 m

ENVIRONNEMENT

La forêt suisse : un patrimoine alpin
face aux défis climatiques

14

15 PORTRAIT
Olivia Chavaillaz,
l'enthousiasme des cimes

16 la Vie du CLUB
Sommaire détaillé



Photo de couverture
Ski au chalet Lacombe, fonds historique de photographies du CAS-Diablerets (positif sur plaque de verre), date de prise estimée dans les années 1930

Indications générales

La rédaction accueille volontiers les propositions d'articles et de photographies. Leur acceptation ou refus, ainsi que le moment et la forme de leur parution, sont de la compétence de la rédaction.

Délai rédactionnel N°6 2025
30 septembre 2025

Les grimpeuses Shira Biner, Kelly Fields et Heather Smallpage ont réalisé la première ascension sur la tour Eglinton de l'île de Baffin, au Canada. La voie 5.11+ A0 a été baptisée «Lemnos in the Clouds». L'ascension a demandé douze longues longueurs et un bivouac «glacial». Il s'agit de la première voie de ce type ouverte par une équipe entièrement féminine sur l'île de Baffin. «Deux femmes et une personne non binaire ont ainsi écrit l'histoire avec désinvolture» a relevé l'équipe sur les réseaux sociaux. Avant l'ascension, l'expédition a nécessité 250 kilomètres de ski, de canoë et de randonnée pour atteindre la paroi isolée.

Au féminin sur l'île de Baffin



Aide suisse à la montagne

Chaque mois, l'Aide suisse à la montagne attribue entre 2,6 et 3,8 millions de francs à des petites et microentreprises dans les régions de montagne. 44 projets dans 11 cantons ont bénéficié d'aides en juillet. Chacun des bénéficiaires contribue à la création de valeur et à la diversité économique des régions de montagne, dans les milieux de l'agriculture, du tourisme, de la forêt et du bois, de la formation et des arts et métiers. Avec ces contributions financières, l'Aide suisse à la montagne améliore les bases d'existence et les conditions de vie de la population suisse de montagne. En créant de la valeur ajoutée et des emplois, la fondation lutte contre le dépeuplement.



www.aidemontagne.ch

Le canton du Valais a inauguré début août un nouveau sentier reliant le Sanetsch aux rives du Rhône. Celui-ci vient enrichir l'offre des trois sentiers didactique dédiés à l'eau déjà existants: 1. Champéry, Val-d'Illiez, Troistorrens et Monthey; 2. Hérémece, St-Martin, Vex, Mont-Noble et Sion; 3. Embd, Törbel, Zeneggen, Stalden et Viège. Ces projets mettent en valeur la richesse et la multifonctionnalité de l'eau, tout en sensibilisant le public aux enjeux qu'elle représente pour toute la région.

Parcours de l'eau



www.vs.ch/web/sen/parcours-de-l-eau



Première Andine

L'alpiniste suisse Dani Arnold, accompagné des Tyroliens Alexander Huber et Simon Gietl, a réussi mi-juillet une première ascension en style alpin de la face est du Jirishanca (6094 m), dans la Cordillère Huayhuash des Andes péruviennes. La voie qui traverse la face est de ce sommet, surnommé le «Cervin péruvien», a été baptisée «Colibri». L'ascension cotée UIAA 8 / A2 de 1030 m de dénivelé a été réalisée en 31 longueurs, avec deux bivouacs. La cordée a bénéficié de conditions quasi parfaites pour gravir cette montagne techniquement complexe.

Simple, légère, idéale pour une courte pause ou en cabane, la Toolbox du CAS est un outil didactique qui invite le/la chef.fe de cours ou de courses ou toutes les autres personnes qui se baladent en montagne à ouvrir l'œil sur la nature qui les entourent. Composée de sept fiches, elle aborde chacun des thèmes liés à l'environnement alpin: l'escalade dans le respect de l'environnement, les forêts de protection et aires protégées, les glaciers et leur rôle dans le paysage, ainsi que les différentes baies.

Le CAS sort sa Toolbox

La Toolbox est disponible sous forme pdf sur le site et sous forme imprimée à travers le shop du CAS (bientôt disponible dans le shop du CAS). Plusieurs toolboxes sont à disposition des chef.fe de cours(es) de la section.



Du livre au podcast

Après la sortie du livre *Une histoire de l'alpinisme au féminin* chez Glénat en 2024 (présenté dans nos pages), les auteurs Stéphanie et Blaise Agresti ont poursuivi leur démarche avec une série audio. Celle-ci veut rendre justice aux pionnières oubliées, et surtout braquer le projecteur sur celles qui façonnent la haute montagne aujourd'hui. Celles qui grimpent, qui ouvrent, qui écrivent l'histoire en temps réel. «Avec ce podcast, on change de format, mais pas d'intention» ont déclaré les auteurs, qui continuent à donner la parole aux grimpeuses qui gravissent les sommets, mais surtout les barrières. **À écouter sans modération sur Globule Radio ainsi que sur les principales plateformes d'écoute: Spotify, Apple Podcasts et Deezer.**



Globule Radio



Spotify

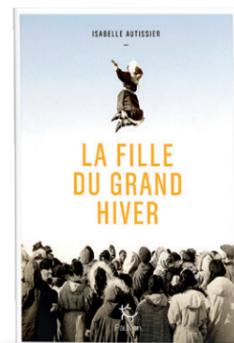


Apple Podcasts



Deezer

NOUVEAUTÉS LIVRES



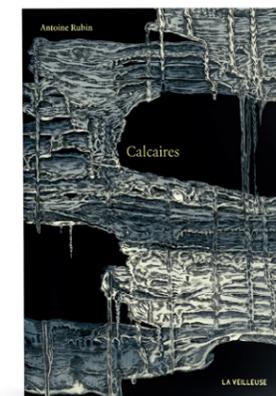
La fille du grand hiver

La navigatrice et aventurière Isabelle Autissier vient de publier chez Paulsen un livre qui retrace l'incroyable destinée d'Arnarlunguaq, une Inuite qui vécut au début du XX^e siècle. À sept ans, l'héroïne a échappé de justesse à un destin tragique. Alors que sa mère assouplit la corde qu'elle devra lui passer autour du cou, afin de se passer d'une bouche à nourrir et peut-être sauver le reste de la famille, son frère s'interpose à l'infanticide. Arnarlunguaq vivra. Des années plus tard, alors que des Blancs se sont installés dans son village du Groenland et que le quotidien des Inuits est transformé, la jeune femme n'a qu'une envie: participer à leurs expéditions. En 1921, elle ose et part en traîneau à travers le Grand Nord avec le charismatique Knud Rasmussen, à la rencontre des peuples d'au-delà de la mer. Rare figure féminine populaire de son pays, Arnarlunguaq a arpenté le Grand Nord canadien effectuant un vrai travail ethnographique, bien au-delà de la place qui lui était destinée.

Calcaires - promenades en terres oubliées

Avec son nouveau livre publié au printemps aux éditions La Veilleuse en avril 2025, l'anthropologue-écrivain-voyageur originaire de Saint-Imier Antoine Rubin a choisi de parcourir la dorsale du Jura à la découverte des us et abus que lui réserve notre monde prédateur.

De cette chaîne à Uranium City dans la forêt boréale, il évoque trois promenades à la fois proches et lointaines aux allures d'investigation. Les histoires défilent mais sont toutes étrangement contenues par la même dorsale: un massif de calcaires. Une montagne grignotée par une carrière, des squats transformés en immeubles au béton clinquant, une ville dévastée par l'exploitation minière sont autant de lieux explorés par l'auteur, qui interroge notre lien à la terre, nos façons de faire société au milieu de paysages abîmés. Avec une narration poétique et photographique, il capte des tentatives de vies collectives ainsi que des instantanés aux prises avec la mémoire et l'oubli. Comment habiter un monde, dès lors qu'il semble promis aux ruines?



La cuisine de montagne

Alexis-Olivier de Sbriglio propose un ouvrage de référence qui rappelle que le trip-tyque «raclette, fondue, tartiflette» ne saurait éclipser l'autre cuisine, celle des montagnards. De la tourte au chénopode à la fricassée de caillon, en passant par la soupe à la valpellinoise ou les diots aux sarments de vigne, ces plats iconiques n'ont longtemps eu qu'une seule fonction: nourrir l'homme, le reconforter après une journée de dur labeur, le réchauffer dans un hiver sans fin. Pourtant, en trente ans à peine, la cuisine de montagne est devenue l'une des plus étoilées de France. De Megève à Courchevel, de Val d'Isère aux rivages des lacs, il n'y a jamais eu autant de jeunes chefs amateurs de cueillette sauvage, pêcheurs dans l'âme ou aimant taquiner le gibier. L'auteur, journaliste culinaire, a rencontré des jeunes chefs au cœur des montagnes de Savoie pour connaître leur interprétation de cette gastronomie revisitée. Tradition, modernité et accessibilité constituent ainsi les trois piliers de ce beau livre inspirant préfacé par Marc Veyrat.



Le chalet Lacombe berceau du ski vaudois

Le chalet Lacombe fête son centenaire. Pendant un siècle, ce refuge de montagne a vu les générations passer, le ski se transformer, et la neige reculer. Mémoires.

par Caroline Christinaz

Cent ans qu'il est là. C'est presque à se demander qui, de lui ou de la tour de Famelon, s'est planté ici en premier. À 1670 m d'altitude, nichée sous le Col de la Pierre du Moëllé, la silhouette obscure du chalet Lacombe fait partie du paysage. De prime abord, il ne paie pas de mine. Il a l'élégance modeste de celui qui se veut avant tout pratique. Toit en pente. Cheminée à l'arrière. Deux étages au-dessus d'une cave. Réserve de bois.

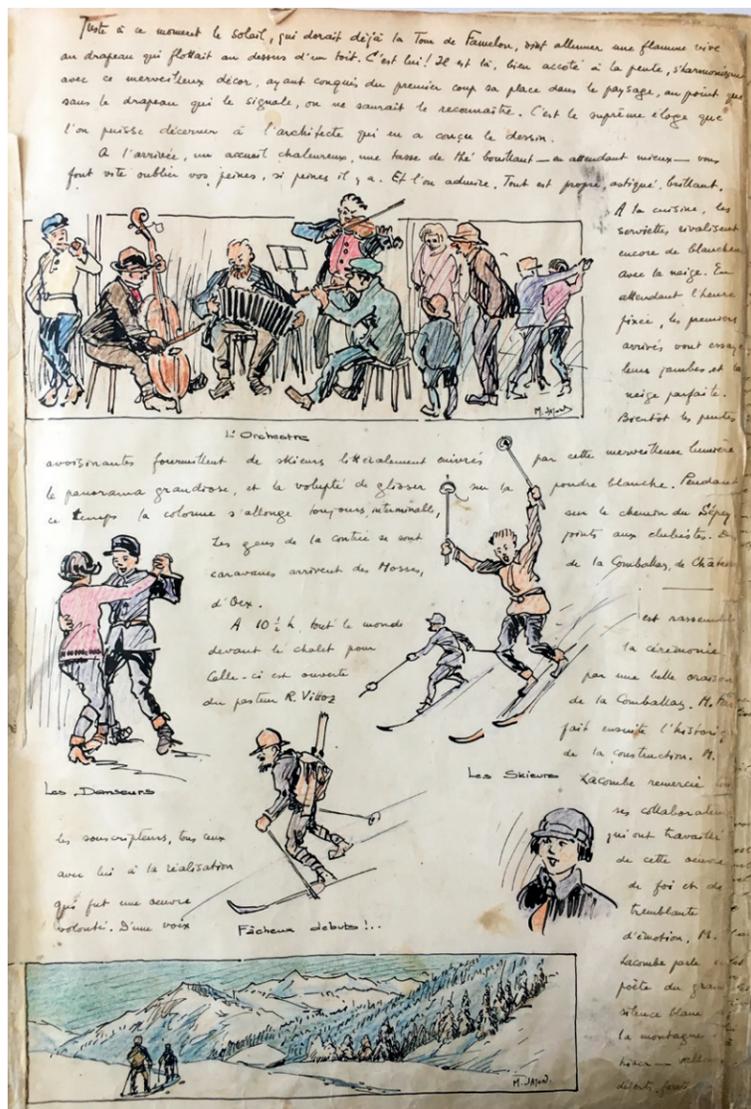
Mais des détails le trahissent. Le rouge de ses volets révèle la coquetterie qu'on lui prête. Le noir de sa façade dévoile l'envie de le faire durer dans le temps. Et l'étendue de son balcon témoigne l'espoir de le voir devenir, un jour, un véritable point de ralliement pour une communauté éprise de grand air.

Aussi discret qu'il puisse paraître, le chalet Lacombe est avant tout un pari. Il symbolise la passion dévorante que les premiers adeptes du ski vouaient à leur discipline et représente la foi qu'ils avaient dans son essor.

Hommage aux pionniers

Aujourd'hui, célébrer le centenaire de sa construction revient à rendre hommage à ces hommes vêtus de noir et de longues chaussettes sensibles à cette petite voix qui tous les week-ends les poussait à gravir tant bien que mal les pentes enneigées du canton pour y dessiner, entre deux gamelles, des courbes de funambules. À leur époque, on n'avait pas encore succombé aux facilités offertes par les remonte-pentes. On atteignait le chalet en train, puis à pied. On fumait la pipe sans complexe. Les skis étaient longs et rigides. Et on pratiquait plutôt la montagne entre hommes.

Il est d'ailleurs impossible de parler du chalet Lacombe sans évoquer le Groupe de Skieurs de la section des Diablerets. Créé en 1904 par quelques originaux initiés au ski sur les pentes du Jorat et du Marchairuz, il propose des sorties et des formations que la section centrale, considérant encore la discipline comme un simple jeu dénué de tout intérêt, ne daigne pas organiser.



Discours de M. Lacombe lors de l'inauguration, le 6 décembre 1925

Livre d'or du chalet Lacombe relatant son inauguration



Si à l'orée du siècle, cette position farouche se justifie par le nombre dérisoire d'adeptes du ski, elle ne tient plus 21 ans plus tard lorsque près de 245 personnes participent régulièrement aux activités du Groupe. La guerre est passée, on veut s'amuser. Et il faut dire qu'en l'espace de deux décennies le matériel et les techniques notamment importées par des skieurs autrichiens se sont considérablement améliorés. Dans les années 20, c'est désormais dans les hauteurs et sur des lattes de bois que les amateurs de montagne du Pays de Vaud veulent passer leur temps libre en hiver.

Un autre chalet déjà

Ce succès, les membres fondateurs du Groupe l'ont vu venir. En 1918, malgré les réticences de certains sceptiques qui y voyaient un luxe superflu, ils ont déjà construit un chalet à Châtel-Saint-Denis dont la présence a sans nul doute contribué à l'essor de la discipline.

Baptisé La Borbuintze, il a coûté 15 207.60 francs au club. À 1330 m d'altitude, là où s'étend aujourd'hui le domaine des Paccots, il offre la possibilité à ses visiteurs de jouir d'une orientation exceptionnelle, d'un beau terrain et d'un enneigement considérable.

C'est bien, mais ça ne suffit pas à rassasier les appétits des skieurs. Déjà, ils sont gourmands. Ils rêvent de neige plus abondante, se souhaitent des espaces vierges et pensent à des horizons nouveaux. D'ailleurs à La Borbuintze, on se bat pour avoir une place dans un dortoir et le soir venu, on joue des coudes pour obtenir quelque chose à manger au réfectoire. Il faut un changement et le groupe en a non seulement les moyens, mais il est aussi présidé par un homme qui les lui donne.

Connu pour sa fougue fédératrice, ce professeur de retour de Zurich s'appelle Marius Lacombe. Il paraît plus drôle dans les récits rapportés à la section que sur les photos d'archives où une épaisse moustache peine à dissimuler son air grave. En tous les cas, il serait à l'origine d'un engouement général pour le sport qu'il chérit depuis qu'il a tracé ses premiers virages dans les neiges d'outre-Sarine.

Tape dans le dos, rire contagieux, étincelle dans les yeux, verre de chasselas, ou simple charisme? C'est lui qui, entre 1918 et 1928 - le temps de sa présidence -, convaincra les alpinistes estivaux encore hésitants à succomber aux plaisirs du ski. «Sa foi, son autorité indiscutée étaient reconnues de tous», écrit en 1929, Henri Faes, l'ancien président central du CAS.

Peinture issue du Livre d'or du chalet Lacombe, illustrant la vue depuis la terrasse

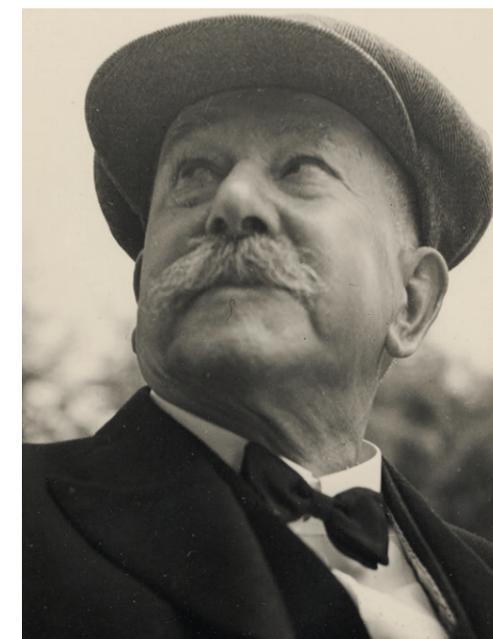
Marius Lacombe, professeur et ancien président de la section des Diablerets du Groupe de Skieurs. Collection de photographies historiques du CAS Diablerets

«Terrain-paradis» des skieurs

Marius Lacombe rêvait de chalets situés à différentes altitudes permettant de pouvoir choisir les meilleures neiges selon les conditions, le climat et la saison. Au temps de La Borbuintze, il avait déjà exploré les pentes qui s'étendent de part et d'autre de la vallée des Ormonts. À 1670 m, le secteur autour du Col de la Pierre du Moëllé est ni plus ni moins considéré comme un «terrain-paradis» pour skieurs. Et il n'a pas fallu beaucoup d'effort à celui que l'on surnomme «le patron» pour convaincre ses pairs de choisir ces doux reliefs pour y construire ce qu'ils nommeront leur «second palace».

«La fortune sourit aux audacieux», relève Henri Faes. Et les audacieux n'ont pas de temps à perdre. La construction immédiate du nouveau chalet à la Pierre du Moëllé est décidée le 15 avril 1925 lors de l'Assemblée générale du Groupe de Skieurs. Le lendemain, la commission préposée à la construction se réunit et l'architecte Trivelli, déjà sollicité pour le projet de La Borbuintze, est prié de présenter ses plans au plus vite. Il le fait, un mois plus tard. Le chalet sera aussi noir que celui de Châtel-Saint-Denis, et il jouira d'une vue sans pareille sur le Scex Rouge, le massif du Mont-Blanc et les Dents du Midi.

L'aventure est galvanisante. Rien n'arrête les skieurs. Ni la fièvre aphteuse qui met le col à ban durant l'été, ni une tempête de vent qui aurait pu tout démolir d'un souffle à l'automne, alors que le toit venait d'être posé. Le maître maçon vient du Sepey. Le charpentier de Châtel-Saint-Denis. Ce dernier façonne d'ailleurs les pièces de la maison chez lui alors que





Le Groupe de Skieurs avec les épouses au chalet Lacombe collection de photographies historiques du CAS Diablerets

la fièvre interdit l'accès aux pâturages. Le moment venu, tout sera acheminé en camion jusqu'à La Comballaz, puis tiré par des chevaux jusqu'au chantier.

En six mois, le chalet est bâti. Il aura, construction et ameublement compris, coûté 16 338.85 francs. On décide de lui donner le nom du patron. Et cet hommage fait ruisseler une larme sur la joue du professeur.

Inauguration en musique

Le 6 décembre 1925 est un jour de fête. Le chalet Lacombe est inauguré. Par chance, il fait grand beau et une épaisse couche de neige

recouvre ses tavillons. Il ne sent pas encore la fondue. Au contraire, une douce odeur de bois fraîchement coupé accueille les visiteurs. 150 personnes sont attendues. Tous les membres du Groupe sont invités. Le pasteur, ces messieurs de la commune, les présidents des sections viennent aussi. Il semblerait que des femmes fassent aussi partie de la célébration.

Ceux de Lausanne sont partis au petit matin à 5 heures avec le train du Simplon. À Aigle, ils ont eu droit à deux wagons spéciaux jusqu'au Sepey. Dans la neige, leurs pas s'enfoncent. Certains portent un fourneau, d'autres une batterie de cuisine. D'autres encore ont le dos chargé d'une contrebasse et d'un accordéon. Quel

cortège! Lorsqu'ils verront le chalet, ils chanteront. Toute la nuit, ils danseront, emportés par l'orchestre des Ormonts. Sous les étoiles, il y aura des valses, des mazurkas. Peut-être même un tango.

Le chalet qu'ils foulent du pied est rudimentaire. Il en sera ainsi longtemps. Vingt-deux lits se répartissent dans trois dortoirs à l'étage. Le réfectoire partage l'espace du bas avec la cuisine. Un four à bois chauffe le tout. C'est juste ce qu'il faut. Mais si par bonheur, le chalet Lacombe ne se modernise pas à la vitesse du monde, il se doit tout de même de s'adapter un minimum à l'évolution du siècle.

Voilà quelques années que les anciens ont suivi Marius Lacombe. Tous skient désormais sur les neiges éternelles, là-bas dans les hauteurs inconnues des mortels. Mais alors que le ski évolue, que les pistes et les stations se développent dans les Alpes, les procès-verbaux des assemblées du Groupe de Skieurs témoignent des grandes batailles techniques livrées au cours du siècle pour satisfaire les visiteurs de Lacombe.

Il y a d'abord celle de l'eau. Une source a été achetée pour la modique somme de 100.-, mais le captage demande un entretien régulier qui occupe encore les préposés aujourd'hui. Autant dire que lorsque survient la question d'installer une douche, des poils se hérissent.

La source de chaleur ensuite. Au risque de passer pour des frieux, un espace confortable au coin du feu est demandé par certains membres. Les multiples commentaires déplorants, dans le livre d'or du chalet, la fainéantise de certains visiteurs expliquent peut-être le refus du petit coin cosy.

La coupe du bois

«Il y a de plus en plus de clubistes qui croient que le bois se coupe tout seul», relève-t-on lors d'une assemblée de 1961. Une année plus tard il est précisé à l'assemblée qu'«un coup de hache et de balai ne pourront que souligner [sa] dignité de copropriétaire.»

On sourit aujourd'hui en lisant ces lignes, mais elles disent beaucoup du rapport que les gens entretiennent avec ce lieu. Car ici on n'est pas client, on y est aussi gardien. Tout le monde est responsable de son confort – et surtout de celui des autres.

On se rend compte qu'il faut de la place. Le ski séduit aussi les femmes et au chalet, les espaces nécessitent une remise en question. Le 19 octobre 1960, le projet de construire un lavabo voit le jour. «Plusieurs collègues, habitués du chalet Lacombe, ont demandé s'il était possible de prévoir un endroit pour poser un lavabo et une glace afin que les dames puissent faire leur toilette», rapporte-t-on en séance. Mais pour cause de manque de main-d'œuvre, de problèmes techniques ou de neige trop abondante, ce n'est que cinq ans plus tard, en novembre 1965, que l'installation d'un cabinet de toilette doté d'un lavabo est concrétisée.

Les temps modernes

À partir des années 1980, quelque chose change. Le ski devient plus accessible, les stations s'équipent, les skieurs veulent désormais des télécabines, des pistes et des bars d'altitude. Passer une semaine aux Paccots ou au col de la Pierre du Moëll assis sous le portrait d'anciens fumeurs de pipe? L'idée prête à sourire dans les cours de collège. La fréquentation des chalets baisse. Et Marius Lacombe se retourne dans sa tombe.

Pourtant, les anniversaires continuent. En 1975, on fête les 50 ans du chalet. En 2000, les 75 ans. À chaque étape, une génération se penche sur la suivante pour lui dire: «Tu sais, ici, c'est un peu plus qu'un chalet.» On y joue encore. On se rencontre encore. On admire la vue. Le temps qu'on y passe reste en mémoire.

Aujourd'hui, le bois du chalet parle. Il craque doucement dans la nuit. Ouvert à qui souhaite s'y installer le temps d'un séjour sus-



Le chalet Lacombe aujourd'hui, dans son écrin fleuri de verdure

pendu, il porte le souvenir de ceux qui ont dormi là, qui ont skié ici. De ceux qui ont ri. Et même ceux qui ont râlé face à l'état «déplorable» dans lequel ils ont retrouvé leur chalet y murmurent encore.

Remerciements à Fabrice Ducrest, président du Groupe des Photographes, pour ses recherches de photos historiques.

Remerciements à Karine Vernez Thomas, préposée, et à toute l'équipe du chalet Lacombe, pour leur passion pour ce lieu et la mise à disposition de photos diverses et d'un dossier sur l'histoire du chalet.

Bulletin du CAS-Diablerets No 4 2002, avec un dossier sur la construction du chalet Lacombe, à l'occasion de ses 75 ans.

Publicité

Bettems frères S.A.
 Chemin de la Crausaz 3
 1173 Féchy - Tél. 021 808 53 54
 www.cavedelacrausaz.ch
 Ouvert du lundi au samedi

Cave de la Crausaz Féchy
 Féchy AOC La Côte
 CHF 8.70 la bouteille

Offre spéciale		
5 x 70 cl. Cave de la Crausaz Féchy	CHF	43.50
5 x 70 cl. Cave de la Crausaz rouge	CHF	43.50
5 x 70 cl. Rosé La Crausaline	CHF	45.00
Prix du carton	CHF 132.00	

Je commande _____ carton(s) de dégustation livrés à mon domicile pour la somme de 132.00 par carton (uniquement en Suisse). Frais de livraison offerts

Nom : _____
 Prénom : _____
 Rue : _____
 NP/lieu : _____
 Tél. : _____
 Signature : _____

Sous réserve de changements PM

Publicité

Bonnet électricité SA

Installations électriques et télématiques
 Installateur électricien diplômé
 Membre de la section

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

«Allegra e bainvgnü» dans la réserve de la Biosphère de l'UNESCO du Val Müstair

Découvrez les plus beaux circuits de montagne et de randonnée de notre vallée et profitez de notre hospitalité. Les groupes sont également les bienvenus.

HOTEL CENTRAL LA FAINERA
 Claudia Bättig, hôteesse d'accueil
 CH - 7535 Valchava
 Tel +41 (0)81 858 51 61
 www.centralvalchava.ch

Évolution des fixations de ski de randonnée et tendances liées

On a choisi de parler de ski de randonnée alors que la saison automnale débute et que le ski de randonnée peut sembler encore loin. Mais de notre côté, nous sommes en train de recevoir tout le matériel pour cet hiver et nous nous réjouissons de pouvoir réouvrir notre Winter Shop d'ici la fin du mois de septembre. Autrement dit nous sommes déjà en plein dedans!

par l'équipe François Sports



Au cours des dernières saisons les fixations de ski de randonnée ont connu des évolutions importantes. Aujourd'hui le randonneur a droit à plus de sécurité et de fiabilité à la descente pour un poids plus léger, facteur important pendant la montée. Ces évolutions ont participé à faire évoluer certaines tendances en matière d'équipement.

Quand on parle de tendance, on parle finalement de dialogue entre la communauté de randonneurs et les fabricants de matériel. Les randonneurs faisant évoluer les pratiques, et les fabricants tentant de trouver les produits qui répondent le mieux aux besoins du moment et pour le futur. Même si parfois l'inverse est aussi vrai.

En tant qu'intermédiaire, notre rôle n'est pas de sauter sur toutes les nouvelles tendances mais d'être à l'écoute des besoins de nos clients, de comprendre la vision des fabricants et de faire des tests, afin de choisir les meilleurs produits, dans les tendances que nous pensons positives pour la communauté de randonneurs.

Voici quelques observations que nous avons pu faire au magasin sur ce sujet et que nous trouvons intéressant de développer ici.

La sécurité s'invite de plus en plus dans le débat lors du choix d'une fixation de ski de randonnée. Intérêt grandissant du côté de nos clients et évolution matériel du

côté des fabricants, notamment grâce aux possibilités de déclenchement réglable aussi à l'avant des fixations, d'une amélioration de l'élasticité longitudinale et de pièces usinées de manière plus solide.

Ces évolutions en termes d'élasticité et de fiabilité **permettent aussi au « randonneur-freerider » de mettre plus facilement une fixation à inserts** sur un ski de freeride large. En témoigne la possibilité assez récente de mettre des stoppers larges sur des fixations légères.

Pour le randonneur, les fixations les plus vendues aujourd'hui pèsent entre 300 et 450 grammes, soit 200 à 300 grammes de moins qu'il y a quelques années, avec un niveau de sécurité généralement au moins équivalent.

À l'inverse, **ce gain de poids sur la fixation est souvent partiellement compensé par un choix de ski un peu plus lourd**, dans l'optique de profiter d'une meilleure skiabilité en descente, avec un poids d'ensemble (ski-fixation) encore un peu plus léger.

La tendance à vouloir le même ski pour le ski de piste et pour le ski de randonnée est grandissante. Malgré le fait que cela convient bien pour certaines pratiques comme le ski freeride ou le ski de randonnée très occasionnel, cette solution est celle qui nous pose le plus de sueurs froides en termes de retouches (ou bootfitting) sur les

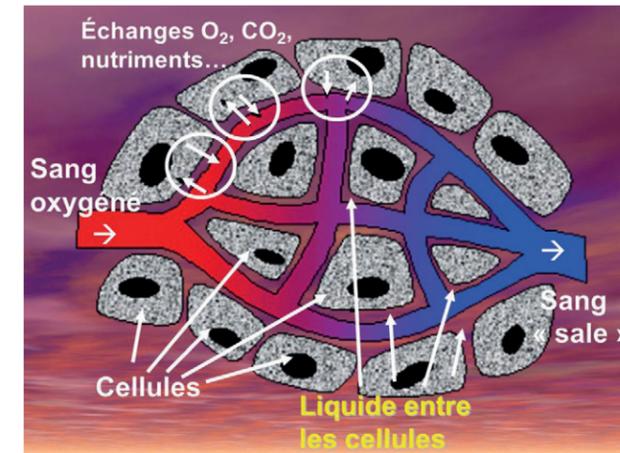
chaussures. Notamment parce que tirer du matériel plus lourd et moins ergonomique à la montée occasionne plus de frottements et ce avec tous les désagréments qui vont avec.

Autre tendance, moins technique, sans doute moins importante mais sympa quand même: les fabricants commencent à proposer un choix de couleur pour les fixations, ce qui permet de faire des ensembles qui ont de la gueule!



Nutrition après l'effort: récupération post-randonnée

par Michelle Dedelley



Extrait de la présentation « L'homéostasie et la membrane biologique », disponible sur slideplayer

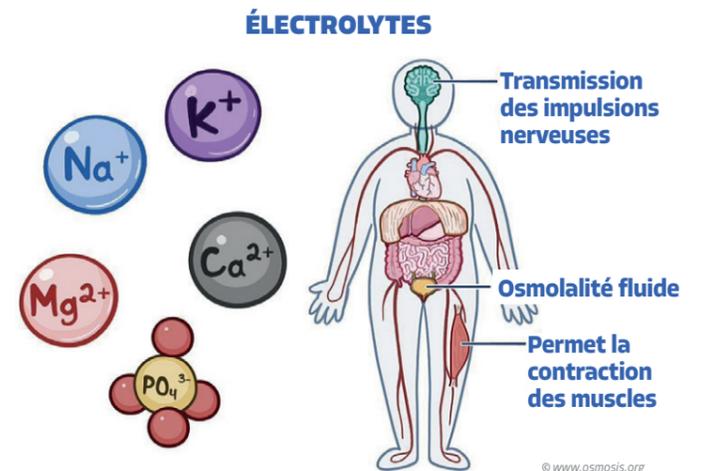
Les sports d'endurance comme la randonnée mettent à contribution les muscles et les articulations et puisent dans les réserves de sucres. Après des heures d'effort avec port de charge et dénivelé, il est essentiel de regagner de l'énergie, de prendre soin des fibres musculaires et de se réhydrater. Cela permet de prévenir crampes et courbatures.

Il est conseillé de consommer rapidement après l'effort des glucides lents (pain complet, riz, millet, pâtes) et rapides (barres énergétiques, dattes, fruits, jus de fruit).

Dans un deuxième temps, l'apport de protéines favorise la régénération des fibres musculaires. La consommation de fromage peu gras, d'œufs durs, de lentilles corail, de pois chiche, de tofu ou de viande maigre a aussi l'avantage de préparer l'organisme à poursuivre l'effort les jours suivants le cas échéant.

Les articulations, particulièrement sollicitées par la charge, la descente ou la nature du terrain, risquent d'être enflammées. Une alimentation riche en oméga-3, dont font partie les noix, plus faciles à transporter dans un sac que le poisson gras (!), et en antioxydants, comme les fruits rouges ou les légumes verts cuits, aura un effet anti-inflammatoire naturel. Parmi les épices, le curcuma est également bénéfique pour les articulations.

L'hydratation est essentielle à une bonne récupération. La chaleur et l'altitude augmentent les pertes en sels minéraux, surtout de magnésium, de sodium et de potassium, et il faut combler ce déficit. De l'eau minérale, ou de l'eau enrichie d'une petite pincée de sel et de jus de citron, permet de rééquilibrer les liquides dans l'organisme. Si la randonnée se déroule sur plusieurs jours, des compléments électrolytiques que l'on trouve sous forme de poudre ou de comprimés peuvent être utiles. Attention toutefois de ne pas déséquilibrer le système digestif avec des doses trop fortes.



© www.osmosis.org

D'autres aliments à glisser dans son sac: gingembre frais (ajouté à sa boisson); thé vert; carotte, patate douce, potimarron, sésame noir, algues, graines de courge, ginseng, granola, abricot, figue, conserve de poisson.

La récupération nutritionnelle après l'effort vise à rééquilibrer l'organisme; elle est essentielle pour prévenir les blessures, soigner les organes mis à contribution et conserver un bon niveau de performance. En privilégiant les glucides et les protéines, en misant sur une hydratation adaptée et en agissant sur l'inflammation, le plaisir et le confort seront au rendez-vous!

Source: slideplayer.fr

Publicité



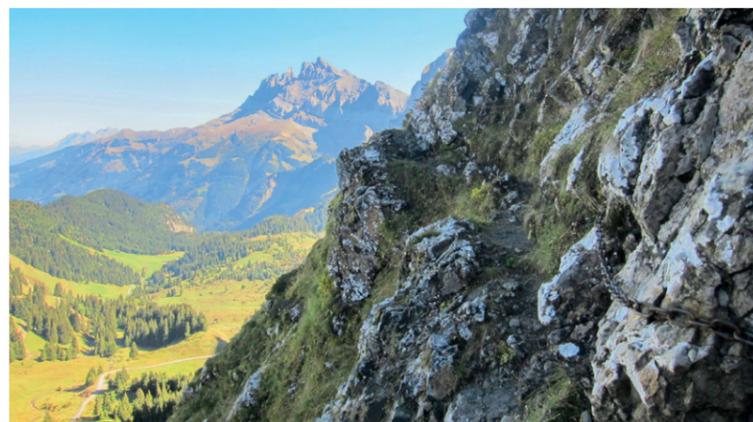
ÉLAGAGE
GÉNIE FORESTIER
BOIS-ÉNERGIE
TRANSPORT
STABILISATION BIOLOGIQUE
TRAVAUX FORESTIERS

www.danielruch.ch
 021 903 37 27
 1084 Carrouge(VD)

Dents Blanches de Champéry 2706 m - Champéry - VS

Texte et photos: Georges Sanga

➤➤
Entre combes secrètes et crêtes effilées, les Dents Blanches de Champéry offrent une ascension sauvage où prudence et émerveillement vont de pair.



À travers combes et vallon

Sommet situé à l'extrémité occidentale de la chaîne des Dents Blanches de Champéry. Vue en enfilade sur les Dents du Midi, le massif du Mont-Blanc et les Alpes valaisannes. Parcours se déroulant en versant N, à faire plutôt par temps sec. Le passage clé du Pas de la Bide est équipé de chaînes. L'itinéraire se fait en aller-retour, sur sentiers balisés. La pente finale W non balisée demande de la prudence, surtout si d'autres randonneurs s'y trouvent.

Montée: de Barne (1491 m), emprunter la route en direction du Col de Bretolet. Au P.1681, bifurquer à gauche (petit cairn) sur le sentier du Pas de la Bide; bien balisé, il monte directement dans la ligne de pente. Après deux lacets, il vient buter contre une paroi rocheuse, que l'on évite en direction E. Un passage caractéristique, dans une large fissure oblique avec des blocs coincés, en indique l'itinéraire. À plusieurs endroits, le chemin est équipé de chaînes. Remonter toute la combe de Filipindin d'abord herbeuse, ensuite pierreuse. Un court ressaut, facile, permet de prendre pied sur la croupe menant au Col de Bossetan (2288 m). Du col, le cheminement est chichement balisé, jaune et rouge, il suit une large croupe le long de la frontière nationale, sur des lapiaz et des éboulis. Gravier toute la combe lui faisant suite et terminer l'ascension par la raide pente W sur des rochers brisés. De préférence, remonter cette dernière pente sur la droite, où le rocher est plus compact. Du faite, une courte crête effilée mène au sommet principal.

Descente: par le même itinéraire. Attention! Peu avant le Col de Bossetan, après être descendu la large croupe, ne pas s'engager dans la gorge où, pourtant, un sentier est marqué: il se termine dans un grand trou!



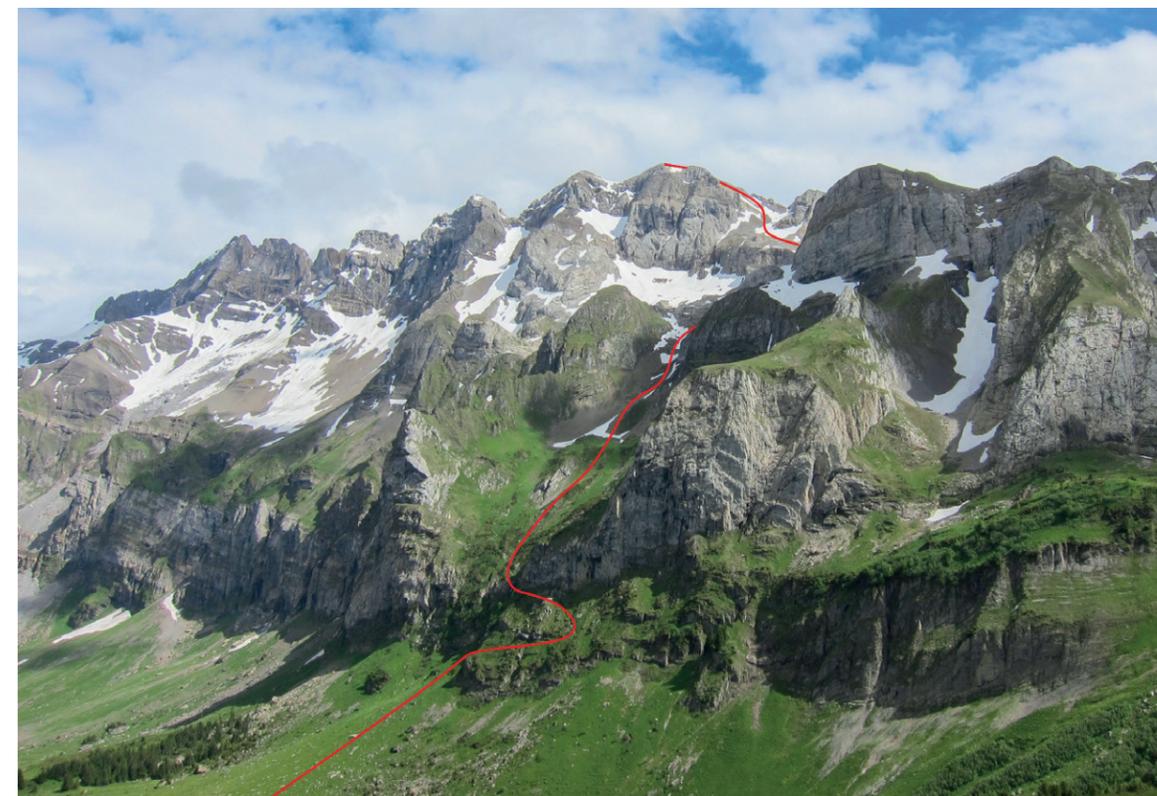
Ci-dessus:
La traversée au
Pas de la Bide

Ci-contre:
Pointe de la Golette
et ascension finale

Page de droite
en bas à gauche:
La vue vers l'W
et la crête de Berroi

Page de droite
en bas à droite:
Passage au col
de Bossetan

FICHE TECHNIQUE



Transports: TP train CFF Lausanne - Aigle /
TPC Aigle - Champéry

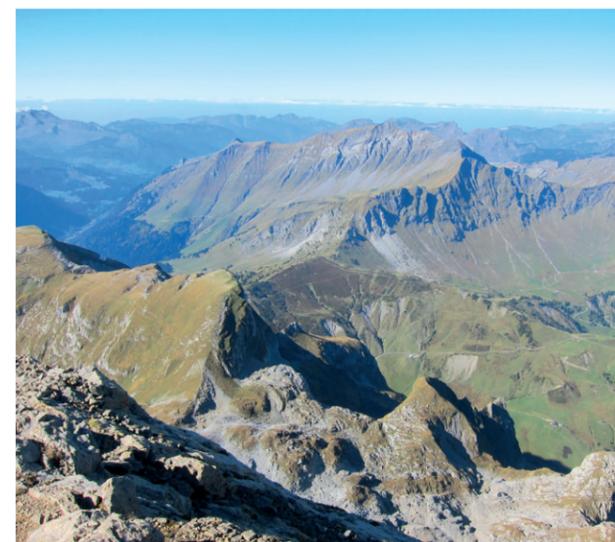
Horaire: Montée: Champéry - Barne 1h45 /
Barne - sommet 4h15
Descente: Sommet - Champéry 3h30

Difficultés: T4

Dénivellations: 1570 m depuis Champéry /
1215 m depuis Barne

CN: 272T St-Maurice 282T Martigny
1304 Val d'Illeiez 1324 Barberine
www.map.geo.admin.ch

Documentation: Randonnées alpines Bas-Valais 2012,
Georges Sanga, Éditions CAS
Portail des courses CAS www.sac-cas.ch



La forêt suisse : un patrimoine alpin face aux défis climatiques

par Céline Gandar, pour la commission environnement

En tant que randonneur-euses, skieur-euses ou alpinistes, nous traversons fréquemment des forêts qui jalonnent nos ascensions vers les sommets. Ces cathédrales de verdure qui nous accompagnent depuis les vallées jusqu'aux lisières alpines ne sont pas seulement des décors majestueux : elles constituent un écosystème précieux de notre pays. Aujourd'hui, ces forêts font face à des défis sans précédent liés au réchauffement climatique. Leur capacité à maintenir les fonctions essentielles qu'elles remplissent depuis des millénaires est en péril. En sommes-nous véritablement conscients ?



Une lueur à Giswil (OW). © Simon Speich (LFI)

Un patrimoine multifonctionnel essentiel...

Saviez-vous que la Suisse compte 1,3 million d'hectares de forêts, soit un tiers du territoire ? Cette richesse remplit des fonctions vitales multiples :

- **Climat** : les forêts suisses constituent près de 420 millions de mètres cubes de bois par année, et, lorsqu'en bonne santé, captent au passage des millions de tonnes de CO₂. De plus, elles rafraîchissent l'air par évapotranspiration.
- **Eau** : véritables éponges naturelles, elles régulent les débits, limitent l'érosion et préservent la qualité de notre eau potable.
- **Biodiversité** : sanctuaires pour plus de 25'000 espèces, elles offrent des habitats diversifiés où la faune et la flore prospèrent mieux qu'en milieu ouverts.
- **Protection contre les dangers naturels** : 44% de la surface forestière protège de manière naturelle 6 millions d'habitants contre les avalanches, les chutes de pierres et les glissements de terrain. Pas besoin de coûteuses infrastructures techniques.
- **Économie** : avec une production annuelle de 5 millions de mètres cubes de bois, la filière emploie près de 80'000 personnes. Les forêts sont également à l'origine de multiples autres activités économiques (espaces récréatifs, cueillette de champignons, chasse, etc.).
- **Bien-être** : nos forêts offrent aussi un refuge apaisant où le stress s'évapore, et ce n'est pas qu'une impression : des études ont confirmé que les arbres renforcent notre système immunitaire et le contact avec la nature réduit les niveaux de cortisol et la tension artérielle.

... mis à mal par le réchauffement climatique

La température moyenne suisse a augmenté de 2,9°C depuis l'époque préindustrielle. Cette hausse multiplie les événements extrêmes : sécheresses, tempêtes, incendies, incursions d'espèces envahissantes nuisibles. Les hêtres souffrent particulièrement du manque d'eau, les épicéas subissent des attaques de scolytes. Ces deux espèces d'arbres sont non seulement les plus touchées mais aussi les plus répandues. L'été caniculaire de 2022 a notamment provoqué une mortalité exceptionnelle parmi les arbres composant les forêts suisses et cette tendance va se poursuivre dans les années à venir.

La diversification des essences constitue une stratégie fondamentale pour protéger notre patrimoine forestier. Présentant une plus grande diversité génétique, les forêts mélangées résistent mieux aux perturbations. Le rythme d'adaptation naturel des forêts est malheureusement plus lent que celui du réchauffement climatique et un coup de pouce de l'être humain sera nécessaire pour tenter de les préserver. Des expérimentations en cours testent par exemple l'introduction de chênes et de pins douglas, mieux adaptés, mais le temps presse.

Alors que faire ? Au niveau individuel, il serait difficile pour nous de planter de nouvelles essences lors de nos randonnées en forêts. Nous pouvons néanmoins porter un regard différent sur ces temples forestiers que nous ne faisons souvent que « vite traverser » et parler de leur fragilité autour de nous. Et puis, comme la mesure la plus importante pour limiter le réchauffement demeure la réduction des émissions de gaz à effet de serre, nous vous invitons à soutenir les projets en faveur du climat, quels qu'ils soient !

Source : rapport forestier 2025 de la Confédération

Conseil lecture pour aller plus loin :

- **La vie secrète des arbres**, un livre et maintenant une BD qui se dévore d'une traite
- **www.forets.ch** Pour découvrir les différents aspects des forêts suisses



Les forêts suisses, remparts millénaires de nos montagnes, vacillent sous les assauts du climat. Préserver ce patrimoine, c'est protéger bien plus que des arbres.

L'enthousiasme des cimes

Membre de la commission des alpages depuis cette année, Olivia Chavaillaz s'épanouit au CAS depuis son entrée en 2017. La jeune ergothérapeute, qui s'est prise d'affection pour les Petoudes, s'y rend dès qu'elle peut pour se ressourcer.

par Vincent Gillioz

Sourire aux lèvres, regard pétillant, ceux qui ont croisé Olivia Chavaillaz lors d'une course ou d'un séjour en cabane ou simplement lors d'une assemblée du club ont sans aucun doute été touchés par sa joie communicative. Membre de la section des Diablerets depuis 2017, Olivia incarne une montagne conviviale, engagée et accessible. Elle ne cherche ni les sommets mythiques ni les exploits : ce qui l'anime, c'est le plaisir de progresser, d'apprendre, de partager et de construire du lien.

Un parcours à fleur de cime

Née en 1991 à Pully, Olivia grandit proche du Léman, mais avec déjà les montagnes en toile de fond. Enfant, elle découvre les plaisirs de la glisse dans la région de Leysin et des Diablerets, puis se tourne à l'adolescence vers la grimpe, d'abord en salle : « Ma mère m'a initiée à la montagne uniquement par des balades en basse altitude. Alors j'ai pris goût aux diverses activités en montagne par moi-même, en commençant par l'escalade en bloc vers 16 ans, raconte-t-elle. De fil en aiguille, via ferrata et falaises en extérieur s'ajoutent à sa pratique de plus en plus fréquente.

En 2017, au détour d'une soirée de retrouvailles avec sa classe d'il y a dix ans, Olivia croise un ami d'enfance fraîchement inscrit au CAS. « J'ai longtemps cru que ce n'était pas pour moi, que je n'avais pas le niveau », confie-t-elle. Dotée d'une solide condition physique, forgée par des années d'athlétisme et de course à pied, elle se lance et trouve sa place. Depuis, elle ne cesse d'étoffer son parcours.

Chaque année, elle participe à au moins une formation. Via ferrata, ski de randonnée, avalanche, sauvetage, alpinisme, escalade, ski hors-piste : son agenda se remplit de stages. « La montagne est belle mais exigeante et peut être dangereuse. Je suis de nature prudente, et je veux progresser en sécurité. C'est pour ça que je fais un maximum de cours. »

Un engagement à visage humain

Ergothérapeute de profession, Olivia travaille aujourd'hui à l'Hôpital du canton de Vaud auprès de personnes malvoyantes. Après un premier bachelier en biologie, elle a pris conscience de son besoin de lien humain et opéré une reconversion.

En montagne, elle aime emmener des gens qui souhaitent découvrir le milieu, et transmettre ce qu'elle a appris. « Ils me font confiance. Je ne suis pas cheffe de course alpine, mais peut-être un jour en ski de rando », envisage-t-elle.

Olivia affectionne particulièrement tout ce qui précède la course : la préparation de l'itinéraire, l'analyse des cartes, des conditions, de la météo. « Gagner en autonomie, et sortir plus souvent des rando-parcs fait partie de mes objectifs. » Avec une dizaine de



sorties en ski de randonnée par an, elle a complètement laissé de côté le ski de piste depuis qu'elle a découvert la peau de phoque. « Je progresse à mon rythme. »

Parmi ses plus beaux souvenirs, elle cite un tour dans les Alpes valaisannes et bernoises à Pâques 2024, entre la Lämmerenhütte, la cabane du Wildstrubel et Anzère : « C'était grandiose, probablement une des plus belles choses que j'aie faites. »

La cabane au cœur

En 2025, Olivia a rejoint la commission des alpages du CAS Diablerets et s'investit avec son compagnon dans la gestion du refuge des Petoudes, qui fait partie des alpages du Trient. Elle évoque les lieux avec des étoiles dans les yeux. « J'y tiens énormément. C'est un endroit simple, mais tellement précieux. » Elle y gère avec d'autres l'intérieur, les réservations et l'administration. Succéder un jour à Pierre Aubert, figure de la cabane ? Elle y pense, discrètement. Pour l'heure, elle se réjouit d'avoir trouvé « la commission qui me convient le mieux ».

La montagne qu'elle aime

Olivia défend une vision locale et durable de la montagne. « Je ne ressens pas l'envie d'aller dans l'Himalaya, ni au sommet du Mont Blanc. Les petits coins de paradis, moins populaires et plus authentiques, m'attirent plus ». Les glaciers, notamment ceux d'Arolla, la séduisent, tout comme la région des Dents du Midi, dont elle rêve de faire le tour avec son compagnon.

Elle a pu goûter à l'alpinisme avec une ascension du Combin de Corbassière en juin 2024, depuis la cabane de Panossière. « C'est difficile de se lancer avec le CAS, les places sont limitées. Peut-être qu'un jour, je ferai un sommet avec un guide », dit-elle, sans pression.

Depuis peu, elle s'est aussi mise au vélo, influence directe de son compagnon avec qui elle partage un engagement au sein de PRO VELO de la région Lausanne. « J'ai été un peu obligée, mais maintenant j'adore », sourit-elle.

Derrière le rire et l'enthousiasme, Olivia cache une vraie rigueur. Elle prend des notes sur ses projets, classe ses idées, planifie ses sorties avec soin. Elle aime les gens, les conversations en refuge, les discussions autour d'une carte. Le CAS est un espace d'apprentissage et d'amitiés. Elle cite volontiers Pierre Aubert et Laurent Chevalley parmi ses belles rencontres.

On l'a compris, Olivia ne cherche pas la montagne pour la performance, mais pour la vivre avec son énergie « solaire » et la partager autant que possible.

la Vie DU CLUB



Regards croisés sur le chemin du Lac Blanc (massif des Aiguilles Rouges, France), par Yvan Schmutz

PORTFOLIO

Concours photo - 100 ans sous-section de Morges _____ 17

INFOS

Nouveaux membres _____ 20

Prochains événements _____ 21

Nouvelles du comité _____ 21

Hommages _____ 22

Commissions / Groupes _____ 24

RAPPORTS DE COURSE

Dent de Combette: En traversée N-S _____ 25

Weissmies: En traversée SE-NW _____ 26

Tête Blanche (Trient) Arête NE et Petite Fourche _____ 27

Sous-section de Payerne:
Une semaine vraiment spéciale dans les écrans _____ 28

100 ANS DE MORGES

Rapport de course: Orny 3 - Orny 2 à pied et surtout vélo _____ 29

Retour sur le rallye des 100 ans de la sous-section de Morges _____ 30

PORTFOLIO

100 ANS
CAS DIABLERETS MORGES | 1925 - 2025

17

Pour fêter ses 100 ans, la sous-section de Morges a organisé un concours photo ouvert à ses membres début 2025, avec l'idée d'illustrer les activités de montagne, les paysages, les moments de convivialité ou de partage. Un jury a choisi 40 photos qui ont été exposées pendant le mois de juin à l'Espace 81 au centre-ville de Morges avec une très belle affluence. Parmi elles, 10 photos ont été primées lors du vernissage de l'exposition le 5 juin et elles sont reprises dans ce portfolio.



Mae Moriggia *Comme sur un nuage (Orvin, Berne)*

Markus Guniat *L'esthétisme de l'arête (Lyskamm)*

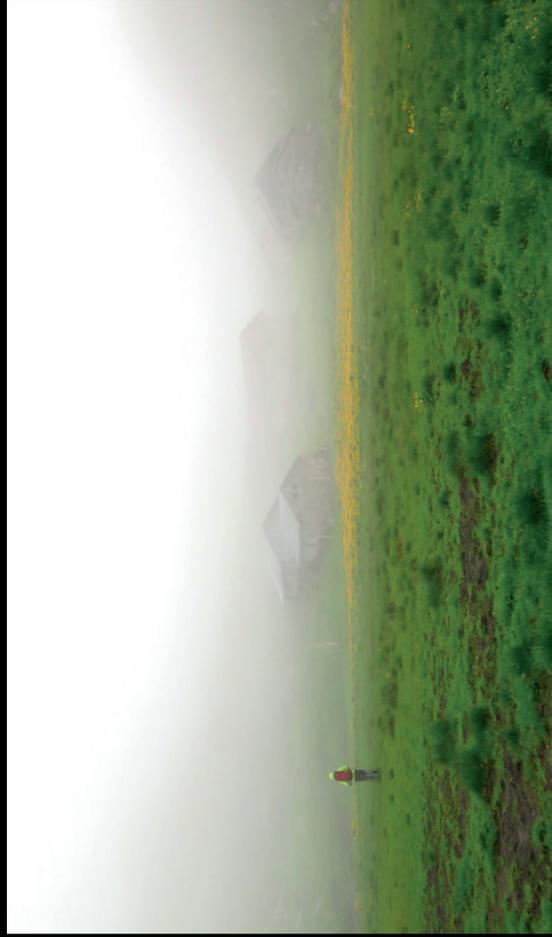




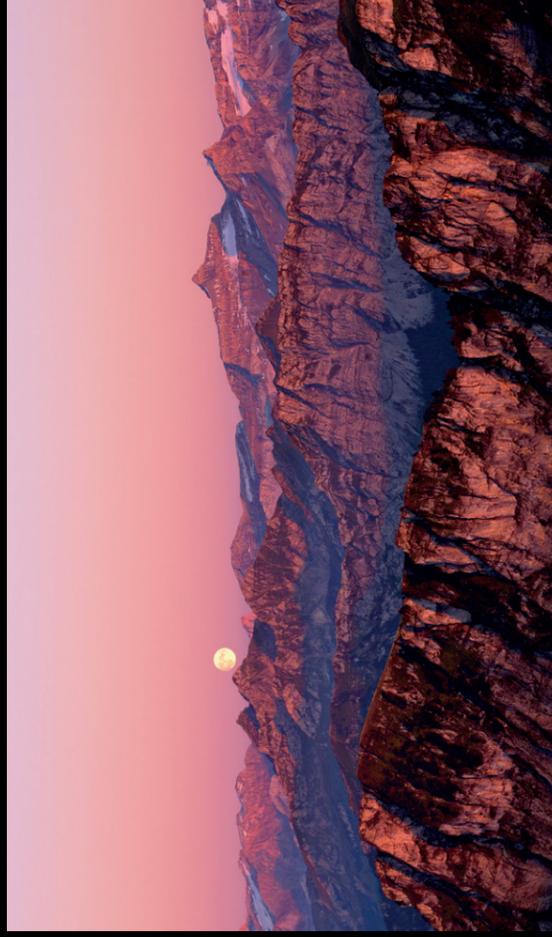
Laurent Moriggia - Panorama



François Gerber - Arpelstock (montée à l'Arpelstock depuis le Col du Sanetsch)



Oscar Stoll - L'alpage fantôme (chemin du retour de l'arête Pierre Qu'Abotse)



Alain Binggeli - Quand la lune rencontre le soleil (sommets des Rochers de Naye. Vue sur le massif allant du Wildhorn aux Diablerets)



Camille Marthaler - Un pas, un souffle, une décision (Etivaz)



Vincent Messerli - Face au blizzard (Mont Fourchon)



Marion Moriggia - « Mikados » (Le Noirmont)



François Gerber - Mönch (arête sud-ouest)

Nouveaux membres

CATÉGORIES I = Individuel EF = Enfant famille
F = Famille J = Jeunesse

SECTION LAUSANNOISE

I	Audrain	Noé	Suchy
I	Azzabi	Fahd	Pully
I	Baume	Noémie	Lausanne
I	Bellmann	Catherine	Lausanne
I	Boussié	Séverin	Lausanne
I	Brennecke	Moritz	Lausanne
I	Donzel	Julien	Lausanne
F	Erez-Henderson	Elif	Lausanne
I	Ferras	Marc	Fribourg
I	Fischer	Dominique	Lausanne
I	Fivaz	Eric	Lausanne
I	Gigon	Dominique	Lausanne
J	Golay	Léo	Oron-la-Ville
I	Grossi	Tommaso	Lausanne
I	Haerri	Johan	Lausanne
EF	Haller	Chloé	Le Mont-sur-Lausanne
F	Henderson	Jonathan Pierce	Lausanne
I	Jansen in de Wal	Julian	Lausanne
I	Linard	Emmanuel	Belmont-sur-Lausanne
I	Martin	Renaud	Rolle VD
I	Medawar	Samer	Préverenges
I	Nikolic	Marina	Prilly
J	Osmont	Liam	Penthaz
J	Panchaud	Max	Servion
J	Panchaud	Nicolas	Servion
I	Pérez Marcos	Ester	Crissier
I	Pomarat	Elisabeth	Lausanne
I	Pretolani	Mattia	Lausanne
EF	Rambert	Asterie	Lausanne
EF	Rambert	Dimitri	Lausanne
F	Rambert	Olivier	Lausanne
I	Robyr	Eloi	Poliez-le-Grand
F	Rutschmann	Vinolia	Lausanne
J	Tanari	Clara	Ecublens
J	Tanari	Stella	Ecublens
I	Trinquart	Luc	Malapalud
I	Voda	Raluca	Pully
F	Vonmuralt	Isabelle	Lausanne
I	Zimmer	Johannes	Lausanne

SOUS-SECTION DE MORGES

I	Lauber	Anne-Sylvie	Saint-Prex
F	Clerc	Gioia	Morges
F	Clerc	Kevin	Morges
I	David	Damien	Morges
I	Tengdin	Phoebe	Préverenges
F	Schmid	Jessica	Denges
F	Sonzogni	Johan	Denges

SOUS-SECTION DE PAYERNE

I	Cherbuin	Olivier	Corcelles-près-Payerne
EF	Joss	Célien	Montaubion-Chardonney
EF	Joss	Léanne	Montaubion-Chardonney
I	Moret	Johan	Granges-près-Marnand

SOUS-SECTION DE VALLORBE

EF	Hirschi	Benjamin	Vallorbe
F	Hirschi	Carine	Vallorbe
EF	Hirschi	Matthieu	Vallorbe
F	Hirschi	Vincent	Vallorbe
EF	Hirschi	Yohan	Vallorbe

SOUS-SECTION DE CHÂTEAU-D'ŒX

I	Pazinatto	Caroline	Château-d'Œx
J	Rossier	Aloys	Château-d'Œx
EF	Raynaud	Kehila	Château-d'Œx
F	Raynaud	Marie	Château-d'Œx
I	Schweizer	Genny	Château-d'Œx

Publicité

Votre imprimeur éco-responsable à Renens, Aigle et sur pcl.ch

Joignez-vous à notre démarche durable!

myclimate FSC IMPRIM'VERT SWISS



Agenda sept.-oct. 2025



03.09 mercredi
19h00

Soirée conférence « De la Chine à l'Antarctique, un tour du monde à vélo et voilier » par Gilles Pillonel

06-07.09 samedi
dimanche

Activité familles : week-end escalade et autres au chalet Lacombe

13.09 samedi

Célébration des 100 ans du chalet Lacombe (voir *Passion Montagne* N° 04-2025 et site web)

16.09 mardi
dès 17h00

Soirée découverte et retrouvailles de la Jeunesse à Beaulieu

02.10 jeudi
18h00

Visite privée de l'exposition « Enfin! Voilà le sommet! » aux ACV (voir p. 24)

08.10 mercredi
19h30

Soirée d'accueil des nouveaux membres

11.10 samedi

Repas de la Bénichon au chalet de La Borbuintze

11-12.10 samedi
dimanche

Week-end bois, travaux et nettoyage d'automne au chalet Lacombe

N'oubliez pas de marquer vos agendas pour ces événements importants en fin d'année:

07.11 vendredi
19h00

Soirée des bénévoles, sur invitation

19.11 mercredi
18h30

Assemblée générale d'automne

Pour tous ces événements, les détails sont publiés sur <https://cas-diablerets.ch/evénements/>

Nouvelles du comité et du secrétariat

Le comité continue à mettre en œuvre la stratégie 2024-2026 de la section:

Activités, membres et bénévolat:

- Rencontres avec la Commission d'Alpinisme pour explorer notamment les options pour augmenter l'offre estivale d'activités alpines
- Rencontres avec la Fondation et la Commission des Alpagnes de Trient.
- Préparation des célébrations du centenaire du chalet Lacombe en septembre 2025.

Opérations et structure:

- Le chantier de l'A Neuve (principalement renforcements structurels et remplacement de la toiture) a commencé mi-août. Il est prévu qu'il se termine pendant l'automne 2025.
- Les préparatifs avancent en vue d'un concours d'architecture, prévu à la fin 2025, pour la rénovation de la cabane d'Orny à l'horizon 2028.
- Lors de l'AG de printemps 2025, l'Assemblée a donné son accord pour que le projet de reconstruction du bivouac de Mittelaletsch, ainsi que son exploitation ultérieure, soit remis à une ou plusieurs des entités qui avaient déclaré leur intérêt potentiel pour ce projet à la faitière du CAS début 2025. Au sein du CAS, seule la section Huttwil avait déclaré un tel intérêt, en collaboration avec la commune de Bettmeralp et le bureau des guides locaux. La section Huttwill s'est entre-temps retirée, et le projet a donc été confié par la faitière à la commune de Bettmeralp et aux guides.

Environnement et mobilité: Le mécanisme d'incitation à l'utilisation des transports publics lors des courses du club récemment défini est mis en œuvre pour la première fois cet automne, sur la base du programme des courses 2024.

Par ailleurs, la section a participé à la gouvernance de la faitière du Club alpin suisse. **L'Assemblée des délégués** (AD) du CAS a pris place en juin avec notamment les décisions suivantes:

- Acceptation des comptes et du rapport annuel 2024.
- Révision partielle des statuts de l'association centrale pour se mettre en conformité avec les exigences de SwissOlympics.
- Election de trois nouveaux membres pour le Comité central. Deux membres du Comité central avaient annoncé leur départ de ce comité avant l'AD, et trois autres membres ont démissionné peu avant ou après l'AD de façon non planifiée. Le Comité central est donc en plein renouvellement.
- Stefan Goerre, président sortant du Comité central, avait décidé de ne pas se représenter, et a passé la main au Valaisan Marco Dirren, qui l'a emporté face à Thomas Kühne, membre du Comité central sortant.
- Un projet de l'administration centrale visant à modifier les obligations de formation des chefs-fe-s de courses a été retiré; pour le moment le règlement existant reste en place.

Le comité et le secrétariat vous souhaitent une belle saison automnale en montagne.

Carnet rose

La section se joint à la joie d'Arthur Bucher (président de la commission de la jeunesse et guide) et Estelle Schneider, et de leur fille Soline, qui nous ont annoncé la naissance de Samuel le 25 juin 2025. Tous nos vœux de bonheur!



Publicité

Nos fidèles annonceurs soutiennent votre Club, SOUTENEZ-LES!

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



Christophe Straessle

par Catherine Delteil et poème d'Yvan Schmutz

Raconter l'histoire d'une vie, en quelques minutes, est un exercice difficile et délicat. Que dire, que retenir de ces 31 millions de secondes par an, sur 63 ans, cela fait... beaucoup.

Une vie se raconte à travers des faits, tel un lieu de naissance, des études, la naissance d'un enfant. Mais une vie se raconte avant tout par ce qu'elle a fait naître chez toutes les personnes croisées sur son chemin. Comme une empreinte de pas, sur un sentier. Comme une trace de raquette, dans la neige fraîche.

Et c'est ton prénom - CHRISTOPHE - oui, ton prénom, qui à lui seul raconte toute l'histoire. Aussi bien l'histoire des faits que l'histoire des empreintes laissées dans nos cœurs. Comme les deux versants d'une même montagne.

- Commençons par les premières lettres de ton prénom: CH et R «CH» pour la Suisse, de par ta naissance à Bâle et «R» pour la Romandie où tu t'installas à 29 ans. «R» aussi de Résilience et de Rémission en 2024. Je te cite: «J'ai vécu en 2024 une année magnifique de Rémission, avec de belles sorties en montagne et des contacts intenses avec un grand nombre d'amis proches. Une année cadeau grâce à la maladie.»
- Continuons avec le «I». «I» pour Ingénieur de l'EPFZ. «I» pour Impliqué et Investi à créer et conduire de magnifiques courses en montagne, que ce soit pour le CAS de Morges ou La Dôle, ou pour des groupes d'amis en privé.
- Poursuivons. Vient maintenant le «S» de Solide, Sérieux, Serein lorsque tout est planifié et anticipé. «S» de Sociable et Souriant. Un sourire lumineux sur toutes tes photos. «S» de Sensible, osant partager ton ressenti et tes émotions lors de discussions en tête à tête.
- Le «T» de Tempéré, Tranquille, Tenace, quelle que soit la météo du jour, que ce soit dans le brouillard ou sous la pluie, que ce soit en montagne, ou face aux aléas de la vie.
- Le «O» pour Organisation. Une organisation sans faille, jusque dans les moindres détails, et en particulier tout au long de ta carrière dans l'événementiel en lien avec Palexpo.
- Le «P» de Père. Un Père attentif et affectueux vis-à-vis de ta fille Magali, issue de ton mariage avec Regula. Le «P» aussi de Précis et Ponctuel, jamais en retard à aucun de tes rendez-vous.
- Le «H» d'Humilité. Tu as évoqué l'Humilité au cours de nos dernières conversations. Connaître et reconnaître ce qu'on est et ce qu'on n'est pas, en toute conscience. Réaliser qu'à 30 ans, on donne beaucoup de conseils, car on croit savoir. Et passé 60 ans, on préfère s'abstenir, tout simplement.
- Pour conclure, le «E» d'Esprit d'Équipe, si présent dans tous tes actes et tes paroles. Le «E» d'Envie. Envie de transmettre tes connaissances, ton expérience et tes réflexions, pour que tous ceux qui te sont chers puissent continuer à avancer et à vivre pleinement.

Et pleins d'émotions, nous te dédions ce petit poème:

La terre est vaste,
Sous ta conduite douce et sincère,
Simplement ensemble en plein air,
Tu en relevais tous les contrastes.

Par monts et par vaux, sans jamais trop forcer le pas,
En explorant de nombreux recoins au rythme du sherpa,
Pour partager sensations et émotions,
Et forger en nous mille souvenirs en fusion.
En notre pensée tu resteras,
Comme une étoile qui jamais ne s'éteindra.

Les cieux sont encore plus vastes,
Avec ton élan enthousiaste,
Je n'ai aucun doute, même sans adjoint,
Que tu vas en explorer les moindres recoins.

Avec l'énergie que nous te connaissons,
Cette lumière toujours en progression,
Depuis la terre, en observant les cieux,
Nous saurons te reconnaître, le cœur joyeux.
Dans notre mémoire ravivé,
Ton éclat restera à jamais gravé.

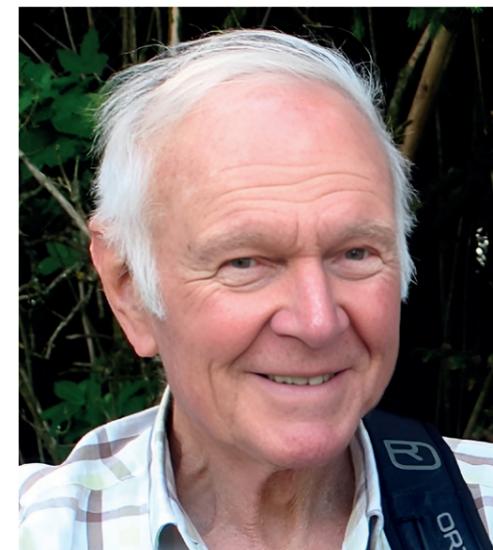
Merci Christophe, pour avoir croisé nos chemins. Merci pour toutes les traces et empreintes que tu as laissées dans nos vies.
Repose en paix.



Jean Knobel

par François Gindroz

Hommage à Jean Knobel... un judiste décédé le 20 juin 2025, à l'âge de 100 ans.



Jean Knobel, 77 ans de sociétariat

Grand par son âge, sa taille, Jean l'a aussi été par son engagement en faveur de la collectivité. Admis au Club alpin en 1948, il y a 77 ans, entré aux Jeudistes en 2001, il a effectué 308 courses/événements avec l'amicale, parfois comme chef de courses.

Toujours de bonne humeur, Jean a été un fervent marcheur et skieur, aimant la nature et la montagne. Il a apprécié les semaines clubistiques des Jeudistes, particulièrement celle à Gstaad avec comme point d'orgue le glacier des Diablerets.

Optimiste, avide de connaissances, social, dévoué, aimable... tels sont les qualificatifs qu'émettent ceux qui ont eu le bonheur de le côtoyer.

Jean a obtenu un diplôme d'ingénieur civil à l'EPFL. Il a œuvré notamment à la construction des barrages de la Grande-Dixence et de Mauvoisin, à l'aménagement hydroélectrique au Luxembourg, à diriger d'importants chantiers au Koweït, à Abou Dabi, en Arabie saoudite, en Algérie.

Jean a eu quatre enfants et une nombreuse descendance. Cela lui valait d'être le patriarche. Il a perdu son épouse en 2003.

Sous la chaleur persistante de fin juin, nous étions une quinzaine de clubistes à assister au culte d'adieu à la mémoire de Jean Knobel, à l'église de Denges.

La section des Diablerets et son groupe de Jeudistes sont en pensées avec Yves, Jean-Marc, Anne, Michel, leurs familles, les proches et amis de Jean.

Un portrait du centenaire par Henri Recher a été publié dans le n° 111|Été 2025 des Jeudisteries, la publication de l'amicale des Jeudistes

Lili Pitteloud-Sarbach

par François Gindroz

En souvenir de Lili Pitteloud-Sarbach, épouse de Jean-Cyprien Pitteloud, devenu membre en 1977, section Lausanne.

Quel choc ce fut cette nouvelle du décès de Lili. Une simple chute au seuil de la Formosa a suffi...

Après 56 années de cheminement commun en pleine lumière avec Jean-Cyprien, Lili a ainsi quitté la cordée «Papagena-Papageno³» ce 21 juin 2025, dans sa 83^e année.

Lili, une Papagena enchantée et rencontrée alors qu'il avait été ordonné prêtre. Papageno, ce «drôle d'oiseau», quitte alors les ordres, change d'orientation et retourne à la vie civile pour fonder une famille de trois enfants. Quelle envolée!

Il s'ensuit un beau parcours de vie qui permet à Jean-Cyprien de s'exprimer à la section lausannoise du CAS durant plus de 45 ans. Cela avec la bénédiction de son épouse!

Président du Groupe de Skieurs GSD de 1997 à 1999. Éminent chef de courses en skis, Jean-Cyprien «dit Cyprien, Cypi» a toujours une bouteille de blanc dans son sac. En 2005, il organise la logistique pour les 100 alpinistes-skieurs qui ont fêté les 100 ans du GSD au sommet du Breithorn de Zermatt à 4164 m.

Lili aimait sa culture, ses valeurs, son humour et sa gaieté. Elle nous appréciait beaucoup et c'était réciproque. Nous garderons d'elle le souvenir de son sourire charmeur et de son accueil chaleureux. Lili avait le cœur sur la main. Que ce soit à Lausanne, Troistorrents ou dans sa vallée natale de Zermatt. Chère Lili, merci.



Lili et le clocher à bulbe du XVII^e siècle de la nouvelle église de Saint-Nicolas



Pour exprimer les sentiments de reconnaissance de la section, l'auteur de ces lignes a porté le «bredzon brodé» d'Uri lors de ses funérailles en l'église de Saint-Nicolas (VS). Une poignée de membres ont aussi fait le déplacement pour honorer sa mémoire.

RIP Lili.

¹ Inspiré par *La Flûte enchantée*, acte II, opéra chanté composé par Mozart

Six amis, dont trois ayant persévéré dans leur ministère de prêtres et trois autres ayant changé d'orientation en cours de route, témoignent de leur parcours avec une grande liberté de ton et un profond respect mutuel. Ils confient ces lignes à l'attention de toutes celles et tous ceux qui s'intéressent à l'évolution actuelle et future de l'Église catholique et attendent d'elle un témoignage crédible. Jean-Cyprien Pitteloud, coauteur



Carnet noir

- Raymond Besençon, entré à la section Morges en 1995
- Lilli Cypizaniolas, entré à la section Lausanne en 1977
- Jean Duboux, membre d'honneur, entré à la section Lausanne en 1954
- Jean Knobel, entré à la section Lausanne en 1948
- Ernest Mösle, entré à la section Lausanne en 1963

Nos sincères condoléances vont à leurs familles et amis dans la peine.



Commission des archives et de la culture



« Enfin ! Voilà le sommet ! » Venez découvrir ou redécouvrir l'histoire de notre section lors d'une visite de l'exposition consacrée à la montagne aux Archives Cantonales Vaudoises, le **jeudi 2 octobre à 18h**. Plus d'informations et inscription: https://cas-diablerets.ch/exposition_acv/

Bénichon au chalet de La Borbuintze aux Paccots

L'équipe de La Borbuintze vous attend le **samedi 11 octobre 2025** à partir de 11h30 pour le repas de la Bénichon fribourgeoise! Modalités d'inscription et coût du repas sur <https://cas-diablerets.ch/benichon-au-chalet-la-borbuintze/>



Dernières acquisitions de la bibliothèque

Schauplatz Alpen

Reportagen aus den Schweizer Bergen mit 45 Wanderungen

Karin Steinbach Tarnutzer, Editions ATVerlag 2024

La journaliste Karin Steinbach Tarnutzer a écrit plusieurs reportages sur les Alpes suisses, qui n'abordent pas souvent le thème de l'alpinisme. Ce sont des récits de la vie en montagne et ils parlent plutôt des gens, de leurs hobbies, leur sport ou leur métier. Nature et tradition côtoient la technologie et la vie moderne. Chaque récit est combiné à une randonnée dans la région.

Le géologue à la recherche de fossiles au Parc Ela, le prêtre qui accueille les pèlerins à Ziteil, le permaculteur appenzellois, l'ingénieur fabriquant des microchips à Sargans ou les techniciens des téléphériques travaillant comme des fildeféristes sont des montagnards assurant la survie de leur contrée. Voilà une autre façon de voir nos Alpes.

Ce beau livre permet de découvrir des vallées suisses moins connues des Romands et donnera peut-être l'envie d'y randonner. Toutes les informations pratiques sont données dans le livre. Le livre est en allemand.

Pour ceux que cela intéresse, un code QR, donnant 20% de réduction sur le prix d'achat, est disponible à la bibliothèque.

Sous-sections

MORGES

Stamms et stamms d'accueil

- **5 septembre**: stamm d'accueil à 18h00 et stamm pour tous, dès 18h30
Lieu: Buvette La Véranda au camping de Morges (promenade du Petit-Bois 15)
- **3 octobre**: stamm d'accueil à 18h00 et stamm pour tous, dès 18h30
- **17 octobre**: stamm d'accueil à 18h00
Lieu: Maison des Associations à Morges (rue des Fossés 16)

Le comité recherche des volontaires pour effectuer une animation/présentation durant les stamms. Merci aux volontaires et intéressés de s'annoncer auprès du comité.

Agenda

- **4 octobre**: sortie annuelle des chef-fes de course
- **28 octobre**: Assemblée générale à Beausobre

Week-end de bois et préparation du chalet Lacombe pour l'hiver

Les 11 et 12 octobre 2023

Repas et nuitées offerts.

Possibilité de venir seulement samedi.

Activités prévues: scier et bûcher le bois, ranger et nettoyer le chalet. C'est l'occasion de rencontrer d'autres membres et de passer un bon moment dans ce superbe chalet!

Modalité d'inscription sur <https://cas-diablerets.ch/preparation-hiver-lacombe/>



Vigilance lors de la descente exposée avec les Gastlosen en toile de fond

Le début de la descente, la croix sommitale encore en vue

Passage au chalet de Raye du Baillif



On a droit au MOB version panoramique, histoire de bien apprécier les beautés des paysages suisses.

Dent de Combette: En traversée N-S

18.05.2025 | Chef de course: Tanguy Corre | Adjoint: Fabien Borel

Alt. 2082 m – Dénivelé 1300 m – 5 heures – T4

par Frédérique Henry

7h14, un dimanche matin, gare de Lausanne... Quatre joyeux lurons attendent impatiemment le train pour Montreux. À Vevey, quatre femmes les rejoignent. Ce groupe du CAS mené par Tanguy Corre et secondé par Fabien Borel est composé exclusivement de randonneuses. Quelle chance!

À Montreux, on a droit au MOB version panoramique, histoire de bien apprécier les beautés des paysages suisses. La journée s'annonce magnifique.

Notre sommet du jour sera la Dent de Combette. Initialement prévu en traversée de Rougemont à Château-d'Œx, l'itinéraire est dévié à cause d'un gros névé, ce qui obligera Tanguy à le faire en aller-retour depuis Rougemont.

9h12 sonne le départ de la rando. Ça grimpe direct et il fait déjà chaud. La Dent nous observe de loin. Des voitures nous dépassent sur le chemin bétonné (certainement des personnes moins sportives que nous). Les choses plus sérieuses commencent et on attaque le chemin rouge-blanc. Les prairies sont bien fleuries et on aperçoit des bouquetins. Les plus chanceuses verront même des marmottes.

1940 m d'altitude et un petit vent frais nous fait sortir les longues manches. Encore quelques centaines de mètres et nous voilà au pied de la partie plus technique. J'adore! Le tracé est équipé de cordes et de chaînes. On s'entraide et toute notre petite équipe passe super bien pour atteindre le sommet, à 2082 m d'altitude!



Vue splendide, météo parfaite, il est 12h30 et c'est le bon moment pour faire la pause pique-nique.

Certains papotent, d'autres prennent quelques photos, essayent de retrouver les noms des nombreux sommets visibles ou profitent simplement du moment.

Zut, le petit vent frais est réapparu avec quelques nuages. Ils sonnent le moment de descendre. Concentration, prudence, entraide et les 8 km du retour se font aussi facilement que l'aller.

On arrive même à attraper un train plus tôt. Retour à Lausanne, à 18h46.

Quelle magnifique journée. Les deux hommes sont fiers, ils ont ramené les femmes à bon port (16 km, pour 1260 m d+/-)!

MERCI à vous tous pour cette belle découverte et la sympathique ambiance de la journée.



Toute l'équipe au sommet du Weissmies
Montée au-dessus de Saas-Almagell
Vue sur la plaine italienne à l'aube

Weissmies: En traversée SE-NW

28-29.06.2025 | Chef de course: Patrick Flemming | Adjoint: Maxime Bruder

Alt. 4017 m – Dénivelé 1200 m – 8 heures – PD / peu difficile

par Samia Ben Messaoud

Pour certains, c'est le 1^{er} 4000. Dans les esprits inquiets, ça turbine: est-ce que ça sera difficile pour le souffle? La neige sera-t-elle bonne? Comment sera l'arête? Y aura-t-il du monde? La météo tiendra-t-elle? Où seront les toilettes de la cabane? Quelle est la vraie couleur de Saturne? Tant de questions, et quelques indices laissés par des moniteurs au gré de conversations de retour de formation: «C'est une belle course! Pas spécialement difficile, mais assez longue.» Pour le reste, on le découvrir pas à pas. Il est normal d'être partagé entre la réjouissance et l'appréhension lorsqu'on a encore peu d'expérience.

Dès le soir du stamm, les contacts avec le chef de course, incroyablement gentil, accueillant et rassurant, mettent tout de suite à l'aise le groupe.

Arrive le jour du départ, tôt, à la gare de Lausanne. La journée s'annonce très chaude. Tout le monde semble en forme et bien motivé. On a largement le temps de faire connaissance dans le train et d'échanger des expériences de sorties. Chaque récit est inspirant et donne envie d'explorer d'autres sommets. Mais n'allons pas trop vite, le Weissmies est déjà une étape en soi qui se doit d'être savourée.

Arrivés à Saas-Almagell, le charmant petit télésiège nous fait gagner quelques centaines de mètres de dénivelé. On apprécie les derniers moments de fraîcheur. Y aura-t-il quelques coins d'ombre? Oui, au début de la montée. Cela tombe bien, elle est plutôt raide et entrecoupée de deux ponts de singe.

On arrive ensuite dans un charmant vallon. C'est le moment d'admirer quelques sommets qui forment la chaîne des Mischabel. Un gros rocher nous invite à pique-niquer à l'ombre tout en donnant très envie à notre adjoint grimpeur invétéré de faire du bloc.

On reprend la montée, douce et agréable. Quelqu'un a lâché le mot «panachée». Nous ne nommerons pas le coupable qui a fait saliver la moitié d'entre nous. Arrivés à l'Almagellerhütte en début d'après-midi, on prépare les sacs du lendemain (la nuit sera courte) avant de se récompenser par... des panachées, à l'unanimité. On sent bien là l'unité du groupe!

Réveil à 3h45. Certains pensaient ne jamais s'endormir. D'autres ont traversé un sommeil intermittent. Les groupes partent petit à petit, espacés. Le lever de soleil est magnifique. On se retourne régulièrement pour en percevoir les subtiles variations de couleurs, allant du rose, à l'orange puis au jaune. Il adoucit les derniers efforts vers un col nommé Zwischenbergenpass, d'où l'on peut distinguer au loin les reflets du lac de Côme.

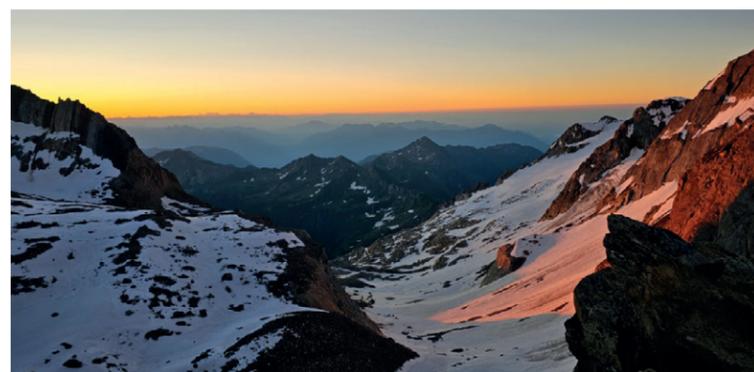
On s'encorde en contemplant la longue arête menant au sommet. On opte pour une montée sur l'arête jusqu'au sommet, privilégiant l'aspect ludique de la grimpe à la rapidité que d'autres ont choisie en passant par les névés en dessous.

Le niveau de forme n'est pas le même pour tous. C'est le jeu, mais la dynamique de groupe est très bonne, avec deux piliers de bonne humeur et d'optimisme, Maxime et Blandine, ainsi que notre chef de course, serviable, patient et toujours prêt à trouver des solutions.

Malgré la crainte de ne pas tenir l'horaire, nous arrivons finalement vers un sommet bien ambiancé,

avec des chants, des drapeaux et prises de photos. Il y a foule, beaucoup sont venus par la voie normale versant Hohsaas. Il ne faut pas traîner, car il y a encore une descente de 3h sur le glacier, et la neige se fait assez molle. La chaleur impressionnante pour une telle altitude nous surprend. Finalement, nous aurons le temps de faire la traversée! On nous l'avait annoncée raide, mais la pente nous paraît finalement tout à fait raisonnable. Les séracs que l'on croise sont impressionnants.

Nous gardons un magnifique souvenir de cette sortie, avec un chef de course très patient, soutenant, et son adjoint motivé et à l'énergie débordante. Quel accompagnement précieux! C'est avec beaucoup de reconnaissance que nous allons nous endormir ce soir, malgré la chaleur de plomb de la plaine de Visp, 37°C. Nous finissons cuits, à point, mais en joie!



Glacier du Trient au matin
Au sommet de Tête Blanche
Glacier du Trient
Rappel du Col Blanc



Samedi matin: cinq d'entre nous se retrouvent avec le train de 8h14 à Lausanne, sac au dos et grosses aux pieds (pour la plupart), motivés pour le week-end qui nous attend. Nous y rencontrons nos collègues du Club, pour leur week-end de formation à l'alpinisme, l'occasion de nous remémorer de sympathiques souvenirs, particulièrement récents pour Alexandre et Tatiana, heureux participants de la session 2024, marqué par une météo moins propice. Arrivés à 10h08 à Champex, nous y retrouvons notre sixième compagnon. La météo est fantastique et l'ambiance déjà bien rodée.

Le temps d'atteindre le départ du sentier, en haut du télésiège (2200 m), nous nous mettons en route vers 10h40, quelques provisions en plus dans nos sacs, vers la cabane de Trient (3170 m). Une petite halte à la cabane d'Orny (2831 m) nous permet de souffler un peu, et pour les plus gourmands de savourer une raclette fondante. La montée se poursuit tranquillement jusqu'à la cabane de Trient, que nous atteignons vers 15h30. Une arrivée sous un grand ciel bleu, idéale pour profiter du panorama sur la terrasse. Le reste de l'après-midi se passe entre bains de so-



Tête Blanche (Trient) Arête NE et Petite Fourche

21-22.06.2025 | Chef de course: Loïc Oberson | Adjoint: Alex Leschinsky

Alt. 3513 m – Dénivelé 510 m – 8 heures – PD / peu difficile

par Tatiana de Battista



leil, goûter gourmand, partie d'échecs – dont la défaite sera connue d'avance pour Tatiana face à Jonas – et discussions amicales. Après le repas du soir, notre chef de course, Loïc, nous briefe comme un maître le plan de course qui nous attend, support prévu en prime pour chacun; la grande classe! Les plus sages rejoignent leur lit vers 20h30, dans un dortoir de six lits entièrement rénové; gros confort pour une cabane!

Dimanche matin: le petit-déjeuner de 4h donne l'heure du réveil, pour un départ à 5h pétantes, que nous respectons comme des pros! Frontales vissées sur nos casques, nous descendons dans la caillasse, pour enfourcher ensuite nos crampons. Nous sommes organisés en deux cordées pour la traversée du plateau du Trient jusqu'au Col du Tour. Nous poursuivons jusqu'à Tête Blanche (3421 m) par l'arête NW, d'abord peu raide et facile. Un court passage d'escalade nécessite cependant quelques sangles et friends. Nous atteignons le sommet à 9h, et sommes récompensés par un panorama sublime sous un ciel bleu immaculé. Une courte pause au sommet, nous descendons sans trop tarder au Col Blanc pour enchaîner avec l'ascension de la Petite Fourche (3512 m), atteinte à 10h20. Nous redescendons pour revenir au Col Blanc. Là, petit contretemps: nos collègues de la formation à l'alpinisme occupent la zone du rappel. Loïc nous installe finalement notre propre rappel sur broches à glace pour tenter de gagner un peu de temps. La rimaye franchie, avec Alex en dernier pour clôturer le rappel, nous poursuivons notre retour vers la cabane d'Orny, atteinte vers 14h. Pause grignotage, récupération d'affaires laissées la veille, puis dernière descente vers le télésiège qui, comme souvent, semble plus longue qu'à l'aller! Nous manquons d'ailleurs de peu notre bus de retour. Une dernière boisson rafraîchissante et conviviale viendra clore ce magnifique week-end.

Un grand merci à Loïc pour l'organisation, à Alex pour l'accompagnement et à toute l'équipe pour la compagnie et la bonne humeur! C'était un week-end comme on les aime!

Le gîte-refuge du Pas du Loup,
au pied de l'éperon Bouchier

Via ferrata dans les gorges
de la Durance

36 membres du CAS Payerne
heureux de fêter le centenaire
de la sous-section

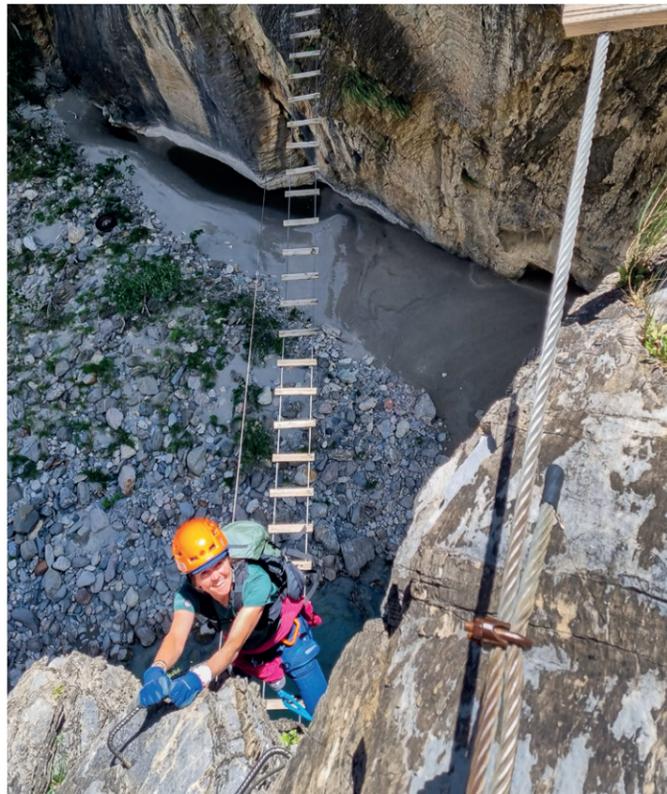


Une semaine vraiment spéciale dans les Écrins

06-11.07.2025 | SOUS-SECTION DE PAYERNE

Semaine spéciale du centenaire – Multi-activités – 6 jours

par Thierry Buser



Cette année du centenaire, qui a déjà été jalonnée d'événements marquants pour notre sous-section comme le Comptoir payernois ou la soirée choucroute du siècle, se devait d'être couronnée par une activité alpine hors-norme.

Pour ce moment exceptionnel, il fallait bien trouver un endroit qui sorte des sentiers battus. Après un sondage en ligne, c'est le massif des Ecrins qui a eu les faveurs de nos membres.

C'est ainsi que 36 membres du CAS Payerne se sont retrouvés à Saint-Martin de Queyrières, et plus précisément au Pas du Loup, du dimanche 6 au vendredi 11 juillet 2025.

Ce fut une semaine vraiment spéciale, voyez plutôt:

- une vingtaine de randonneurs et une quinzaine de grimpeurs-alpinistes réunis,
- des membres de 7 à 74 ans dont 5 enfants de moins de 13 ans sous le même toit.

Maryline nous a dégoté ce gîte-refuge charmant, confortable, point de départ parfait autant pour randonner que grimper (bon, c'est vrai que la piste en terre de 3 km nous secouait bien, et quand Véronique a dû croiser le poids lourd des bûcherons, elle a eu quelques sueurs froides).

Grâce à Pierre et Sophie, les gardiens, on était aux petits oignons: repas excellents (bon, c'est vrai, certains n'ont pas apprécié la saucisse aux choux régionale), pique-niques copieux, et le festival de desserts faisait à chaque fois l'unanimité.

La table de ping-pong, la tyrolienne, les hamacs, les balançoires, les jeux de société, les BD, les topos, etc., ont enchanté les enfants de tout âge.



Les eaux turquoise
du lac de l'Eychauda

Escalade aux Traverses

Descente de l'arête
des Cinéastes



- Bon, me direz-vous, et le programme montagne alors?
- Selon l'envie de chacun! Et les propositions faites par les chef-fe-s de courses qui en prenaient l'heureuse initiative!

Juste derrière le gîte, le joli calcaire de Roche Motte et l'éperon Bouchier ont ravi les grimpeurs le premier et le dernier jour. La Croix de la Salcette, départ du Pas du Loup, avec ses tapis d'edelweiss, a émerveillé les marcheurs.

Les plus téméraires ont expérimenté le granit d'Ailefroide, les 400 m de verticalité du Rocher du Perron dans la voie «Y a pas le feu» (ce n'est pas ce qu'a crié Gilles en lâchant son nouvel iPhone et ce n'est pas ce qu'on dit les charmants gendarmes alertés par ce van abandonné et ouvert sur le parking de Chambran à passé 20h!). D'autres se sont initiés à la via ferrata dans les gorges de la Durance, superbe ambiance, bien ventilée.

J'ose à peine vous raconter le fameux rappel aux Tenailles de Montbrison: un bon coup de froid (merci Alain pour ta pèlerine), quelques frayeurs et presque 4h... pour 150 m!

Les alpinistes ont tenté l'Arête des Cinéastes mais se sont vus refouler par un bouchon... militaire pendant que les randonneuses sont tombées raides d'amour devant Alex Hugo en plein tournage sur le chemin du col de la Pousterle (on ressortira le selfie des «stars» pour le 200°!).

La rando du lac de l'Eychauda a réuni 31 clubistes. Quelle prouesse! Et les plus courageux...euses surtout ont piqué une tête dans une eau revitalisante à peine libérée de la banquise.

La rando «tranquille» des Vigneaux s'est transformée en coup de chaud: après la trempette, la grimpe. Pour les autres, moulinettes aux Vignettes ou ritournelle aux lacs Palluel et Faravel.

Et pour finir en beauté cette semaine, une soirée sous les étoiles à l'observatoire astronomique (bon, les étoiles, c'est difficile à voir par pleine lune). Mais tous ont pu admirer ses cratères au télescope, éclairés par les commentaires passionnés de Pierre. Allez, on se retrouve dans 100 ans... ou peut-être même avant!





Orny 3 - Orny 2 à pied et surtout vélo: un trait d'union minéral, temporel et musclé

100^e CAS Morges | 21.06.2025 | Chef de course: David Coudert

Dénivelé à pied: -1350 m - Distance à vélo: 145 km - 9 heures

par David Coudert



Pour fêter les 100 ans du CAS de Morges, il fallait un geste à la fois simple... et un peu fou!

Avant de commencer le récit de cette journée, rappelons que la cabane Orny 2 a été érigée par la section des Diablerets dans le massif du Trient, à 2700 m d'altitude, en 1893. Après 84 années de bons et loyaux services, elle y a été remplacée par la cabane d'Orny 3. Mais la vie d'Orny 2 ne s'est pas arrêtée là, puisqu'elle a été reprise par la sous-section de Morges, qui l'a démontée, transportée et remontée en 1982 dans le Jura, près de la Dent de Vaulion (tous les détails dans le *Passion Montagne* no3 2025).

La journée du 21 juin est clé dans la célébration des 100 ans de Morges: de multiples activités (randonnée, escalade, cyclisme...) réunissant des membres de tous les âges convergent vers la cabane! Samedi 21 juin donc, à 6h du matin, Julian et David (Coudert, chef de course) quittent la cabane d'Orny 3 (la cabane d'Orny actuelle!) pour une belle aventure en direction de Champex-Lac, 8 km plus bas, qu'ils rejoignent à pied en deux heures, sans céder au confort du télésiège de La Broya. Là, ils retrouvent Markus et David (Dutoit) pour entamer la suite de cette traversée un peu décalée: relier en un jour Orny 3 (Valais) à Orny 2 (Jura), à la seule force des mollets. L'itinéraire cycliste, long de 145 km, passe par Orsières, Martigny, longe le Rhône, Aigle, Lausanne, puis se termine par la montée finale vers Vaulion.

Entre piqûre d'abeille, pharmacie, rires, coups de chaud et pauses bienvenues, l'ambiance reste légère. L'idée prend tout son sens: tracer un trait d'union géographique et symbolique entre ces deux cabanes liées sur le plan historique. Et pour sceller ce lien, un petit morceau de quartz prélevé à Orny 3, don du gardien, est transporté jusqu'à Orny 2 - un clin d'œil minéral au centenaire du club de Morges.

À 15h, les quatre aventuriers posent pied à terre. Les jambes sont lourdes, mais les cœurs légers et gonflés de joie: mission accomplie, célébrée par un magnifique comité d'accueil à l'arrivée. Et si l'on ne comprend pas exactement pourquoi ils ont fait ça... c'est peut-être ce qui le rend inoubliable! À quand la prochaine sortie en sens inverse?!

Merci à Peter qui a fourni une aide précieuse pour la logistique de cet événement!

L'équipe en chemin

Top départ à la cabane d'Orny 3

Les héros arrivent, les visages trahissent l'effort

En attendant l'arrivée des héros du jour à la cabane

Retour sur le Rallye des 100 ans: une journée rayonnante!

par le groupe Com des 100 ans



Le 14 juin 2025 au matin, sous un soleil radieux, le grand rallye débute, monté de toutes pièces par une quarantaine de bénévoles super motivés et répartis en plusieurs équipes. Résultat? Neuf postes originaux et une journée pleine de découvertes, de rires et de rencontres!

Chaque stand avait sa touche perso: des présentations soignées, des activités variées, comme adresse, agilité, observation ou réflexion.

Une belle énergie collective

Ce qui a vraiment marqué la journée, c'est l'engagement des équipes de bénévoles. Chaque poste a été pensé avec soin, souvent préparé longtemps à l'avance, pour être à la



fois ludique, instructif et accueillant. Et ça se sentait: sourires, bonne humeur et envie de partager étaient au rendez-vous partout sur le parcours.

Un public curieux et varié

Tout au long de la journée, les générations se sont croisées dans une ambiance détendue. Des membres, des curieux, des familles, des jeunes, des moins jeunes... Le public du grand marché de printemps de Morges a trouvé de quoi s'amuser, échanger et s'enrichir de connaissances sur l'univers de la montagne.

Le rallye a été un vrai moment de lien, simple et chaleureux. Une très belle manière de fêter ce centenaire!

Mini portraits de chef-fes de courses



David Dutoit

Quelle est la montagne la plus haute que tu aies gravie?

Le Mont Blanc pour mes 40 ans (4808 m)

En quoi la montagne t'apporte-t-elle du bonheur?

Liberté, tranquillité et vagabondage dans mes pensées...

Quel rêve souhaiterais-tu encore réaliser en montagne?

Simplement d'être en bonne santé le plus longtemps possible pour continuer à découvrir nos belles montagnes

Alain Binggeli

Quelle est la montagne la plus haute que tu aies gravie?

L'altitude et le nom du sommet m'importent peu, ce qui a du sens pour moi c'est le cheminement.

En quoi la montagne t'apporte-t-elle du bonheur?

La conscience de la chance extraordinaire que j'ai de pouvoir être là où je suis, et de réaliser ce que je peux réaliser.



Quel rêve souhaiterais-tu encore réaliser en montagne?

Continuer mon cheminement avec le même plaisir, et à chaque sortie, m'émerveiller comme si c'était la première fois... et, bien sûr, partager ce bonheur...



FRANÇOIS SPORTS

PARTENAIRE DE VOTRE VIE SPORTIVE DEPUIS 1985

NOS TESTS

HIVER 2025-2026

TEST DE SKI ALPIN

23 AU 25 NOVEMBRE 2025 | ZERMATT

TEST DE SKI ALPIN

7 DÉCEMBRE 2025 | THYON 2000

TEST DE SKI RANDO

7 DÉCEMBRE 2025 | THYON 2000

TEST DE SNOWBOARD

7 DÉCEMBRE 2025 | THYON 2000

TEST DE SKI DE FOND

4 JANVIER 2026 | COL DU MARCHAIRUZ

PLUS D'INFOS ET INSCRIPTIONS : WWW.FRANCOIS-SPORTS.CH

RÉOUVERTURE DE NOTRE WINTER SHOP

VENDREDI 26 SEPTEMBRE 2025

FRANÇOIS SPORTS - WINTER SHOP | ROUTE DE ROMANEL 15 | 1121 BREMBLENS