Passion MONTAGNE

N° 6 | 102e année
novembre-décembre
2026

DOSSIER
Le Petit Clocher du Portalet: un rêve de pierre

PORTFOLIO
Grandes faces nord d'aujourd'hui et d'hier

PORTRAIT
Olivia Sandri, la montagne comme fil conducteur



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



Magasin de Lausanne | Avenue d'Ouchy 6 | 1006 Lausanne
Magasin de Conthey | Route des Rottes 48 | 1964 Conthey

Editeur et rédaction
Club Alpin Suisse CAS
Section des Diablerets
Rue Beau-Séjour 24
Case postale 324
1001 Lausanne
www.cas-diablerets.ch

Stamm de la section
Stamm selon instructions
du chef de course

Président de la section
Nicolas Shelton
079 801 54 33
presidence@cas-diablerets.ch

Secrétaire général
Jean-Christophe Rossand
021 320 70 79
direction@cas-diablerets.ch

Secrétariat et administration
Gestion des membres
Joignable le matin
les lundis, mardis et jeudis
021 320 70 70
secretariat@cas-diablerets.ch
membres@cas-diablerets.ch

Rédaction
redaction@cas-diablerets.ch

Annonces publicitaires
URBANIC Régie publicitaire
Avenue de Cour 74
1007 Lausanne
079 278 05 94 – info@urbanic.ch

Tirage
4200 exemplaires

Conception graphique
et mise en page
idéesse, Steve Guenat
1083 Mézières
021 903 44 22 – sg@ideesse.ch
www.ideesse.ch

Impression
PCL Print Conseil Logistique SA
1020 Renens

Photo de couverture
Face N de l'Obergabelhorn, juillet 1973
Photo: Georges Sanga

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°1 2027
30 novembre 2026

FSC www.fsc.org 100% From well-managed forests FSC® C000000



Trois ans de chemin parcouru et première feuille de route

Nicolas Shelton | Président du Comité

Il y a trois ans, dans mon premier édito en tant que président, je vous présentais les ambitions du Comité pour notre section: **développer nos activités, renforcer le bénévolat, créer davantage de liens entre les membres et faire évoluer notre organisation pour préparer l'avenir.** Trois ans plus tard, il est intéressant de regarder le chemin parcouru.

Notre **Jeunesse** (OJ) n'a cessé de se développer, tant par le nombre de personnes participantes que par la diversité des activités proposées. La **Commission d'Alpinisme** (CA) a elle aussi étoffé son programme grâce à l'engagement de nos chefs de courses, mais également à travers une nouvelle collaboration avec des guides, qui vient compléter notre offre.

De nouvelles initiatives ont vu le jour. Une **équipe familles** permet désormais de partager la montagne en famille; parents-enfants. Une **équipe de recherche de fonds** a été constitué pour contribuer au financement et à la pérennité de notre patrimoine immobilier, lequel a été l'objet de **nombreux projets**. Parallèlement, nous avons renforcé la prise en compte de l'environnement au sein de notre section, un pilier devenu important dans notre manière de penser et de pratiquer les activités de montagne.

Nous avons également travaillé, parfois de manière moins visible, sur notre fonctionnement. Certaines commissions ainsi que le secrétariat ont été réorganisés afin de disposer d'une structure capable de mettre en œuvre notre stratégie et d'accompagner le développement de la section.

Une section du CAS ne vit pas uniquement grâce à ses structures ou à son programme. **Elle vit avant tout grâce aux personnes qui s'y engagent.** Nous avons donc voulu mieux reconnaître et célébrer le bénévolat, et aussi multiplier les occasions de nous rencontrer, d'échanger et simplement de partager un bon moment ensemble.

Ces réalisations ne sont pas seulement celles d'un comité. Elles sont le résultat de l'engagement des membres, des **centaines de bénévoles, dont des chefs de courses, dont des responsables de groupes et de commissions** qui donnent de leur temps et de leur énergie à notre section.

Trois ans après avoir posé les premières lignes de notre feuille de route, beaucoup a été accompli. Tout n'est évidemment pas terminé. La section doit encore adapter son offre et évoluer pour répondre aux besoins des membres.

Je remercie chaleureusement toutes les personnes qui contribuent à cette dynamique et me réjouis de vous retrouver lors des nombreux événements de notre section, en particulier nos AG qui sont les événements les plus importants de la section.

SOMMAIRE

4 ACTUALITÉS

DOSSIER 6
Le Petit Clocher du Portalet, un rêve de pierre, pour toujours et à jamais tendance

10 CONSEIL MATOS
Ski de haute montagne

IDÉE DE COURSE 12
Pointe de la Tsevalire 3025 m
St-Martin, Eison – Val d'Hérens

14 ENVIRONNEMENT
Le marché aux puces alpin revient à Lausanne pour une édition hivernale!

PORTRAIT 15
Olivia Sandri, la montagne comme fil conducteur

16 PORTFOLIO

CONSEIL SANTÉ 18
Sédentaire la semaine, sportif le week-end: pourquoi le corps dit stop?

19 la Vie DU CLUB Sommaire détaillé

Course de ski de fond à l'américaine



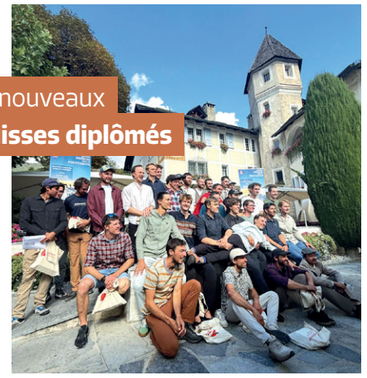
Les skieurs de fond pourront s'affronter le 13 décembre sur la piste du plateau des Mosses, lors de cette course de début de saison devenue incontournable. Depuis plusieurs années, l'Espace Nordique et le Ski-club Goupils Alpes vaudoises organisent cette rencontre, en style libre et par équipes de deux. Sous forme de sprint, la course à l'américaine est ouverte à tous et offre un moment inoubliable.
www.alpesvaudoises.ch/fr/E28061/col-des-mosses/course-de-ski-de-fond-a-lamericaine

Calendrier du CAS



Le calendrier suisse 2027 de l'alpiniste de Robert Bösch, dit « Röbi », est disponible depuis la mi-octobre. Figurant parmi les photographes d'alpinisme les plus célèbres de Suisse, Röbi a su construire depuis plus de trente ans un univers captivant et réunir une importante communauté d'admirateurs. Arêtes étroites, vastes étendues enneigées, cascades de glace fragiles ou encore solide granit sont les ingrédients qui constituent cet opus 2027 du calendrier de l'alpinisme. À commander sur la boutique en ligne du CAS. https://sac-cas-shop.ch/fr/collections/kalender/products/bergsteiger-kalender-2027

34 nouveaux guides suisses diplômés



Trente-quatre nouveaux guides de montagne ont reçu leur diplôme à Sierre à la mi-septembre. La formation, qui a duré environ trois ans pour la plupart des participants, a intégré les nouveaux défis liés à l'évolution des conditions en montagne, notamment les effets de la canicule sur les glaciers, les crevasses et le pergélisol. Le canton du Valais compte le plus grand nombre de nouveaux diplômés avec dix guides, dont quatre romands. Cinq viennent de Berne, cinq des Grisons, quatre de Nidwald. Saint-Gall, Vaud, Fribourg et le Tessin comptent chacun deux nouveaux guides, alors qu'Uri et Genève en comptent chacun un.

Prix de la Montagne



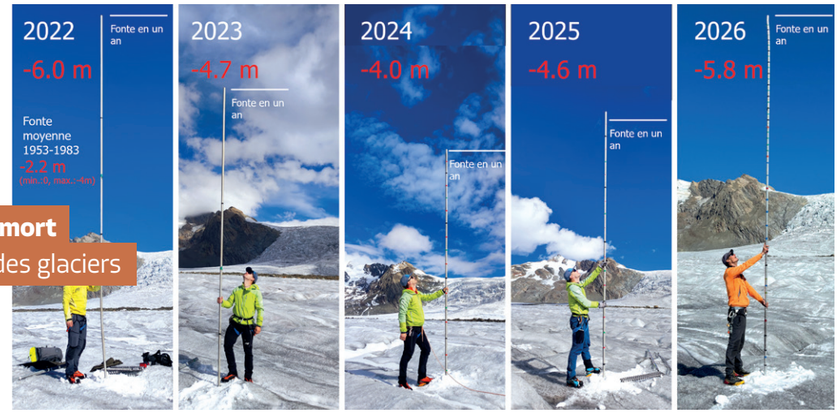
Le Prix Montagne 2026, doté de 40'000 francs, a été décerné à l'entreprise Freelap, située dans le canton de Neuchâtel. L'entreprise de sept personnes basée à Fleurier fabrique des appareils de chronométrage précis et abordables utilisés par des clubs sportifs du monde entier. « C'est tout simplement génial de pouvoir ramener ce prix chez nous, dans le Val-de-Travers », a déclaré le directeur de Freelap Jean-Pierre Baumann. Le Prix du public est quant à lui revenu au Centre de santé de la Basse-Engadine. Modèle exemplaire de soins de santé intégrés, le centre a remporté un prix doté de 20'000 francs, offert par La Mobilière Société coopérative.

Itinéraire fermé pour Saleinaz



La cabane de Saleinaz restera fermée jusqu'au printemps 2027, de même que son accès principal depuis Praz-de-Fort. Ce chemin d'accès normal a été balayé par un éboulement durant l'été. Depuis début septembre, 20000 à 30000 mètres cubes de roche risquent toujours de s'effondrer. La cabane reste accessible par La Fouly, l'A Neuve, le col des Plines ou le col du Chardonnet. Attention, il s'agit d'itinéraires d'alpinisme à travers des glaciers qui requièrent équipement et expérience adaptés.

La mort des glaciers



Comme chaque année, le rapport sur les glaciers suisses basé sur les données actuelles du Réseau des relevés glaciologiques suisse (GLAMOS) et de la Commission suisse pour l'observation de la cryosphère de l'Académie suisse des sciences naturelles (SCNAT) est paru début octobre. Le document fait le bilan de l'été passé et démontre comment les vagues de chaleur intenses de mai à septembre, combinées à un hiver pauvre en neige, ont entraîné une nouvelle année catastrophique pour les glaciers. L'année 2026 a vu la Suisse perdre 5,5% de son volume de glace.

NOUVEAUTÉS LIVRES



La zone de la vie

Pour arriver au sommet de l'Everest sans oxygène, Melissa Arnot Reid a dû vaincre ses démons intérieurs. Elle propose dans son livre *La Zone de la vie*, publié chez Guérin, un voyage au bout de l'effort et de la rédemption. Car s'aventurer sans masque à oxygène dans la « zone de la mort » pour tenter d'atteindre le plus haut sommet de la planète est une épreuve que Melissa Arnot Reid a tentée pendant des années, jusqu'à l'épuisement. Mais son livre-confession va bien au-delà d'une quête physique: c'est le combat d'une femme pour exister dans un monde d'hommes, une histoire commencée dans une caravane de l'Ouest américain. Guide de haute montagne à 20 ans, Melissa se croit libérée de sa famille dysfonctionnelle, mais son enfance cabossée la poursuit et il faudra une décennie pour que, pas à pas vers le sommet de l'Everest, elle se réconcilie avec le monde et avec elle-même pour trouver enfin l'apaisement, à 8848 m d'altitude. Traduit de l'anglais (États-Unis) par Charlie Buffet.

Jannu Est, anatomie d'une expédition



Les éditions Glénat viennent de publier un livre sur l'expédition de Benjamin Védrines et Nicolas Jean au Jannu en octobre 2025. La cordée, qui a déjà fait ses preuves dans les Alpes, plus particulièrement dans les Écrins, a réalisé cette remarquable ascension en pur style alpin, rapide et légère, et a marqué un nouveau tournant dans l'histoire de l'himalayisme. Dans ce livre, le lecteur pourra suivre au plus près les coulisses et la réalisation de cet exploit, grâce au travail d'enquête de la journaliste Prune Vellot, qui écrit depuis près de vingt ans sur des sujets aussi variés que la culture, l'art de vivre, la nature ou l'outdoor. Elle a fait des Alpes son terrain de prédilection, très attachée aux hommes et aux femmes qui y vivent, à leur savoir-faire et à leurs valeurs. Relater l'expédition du Jannu Est est une façon, pour elle, de raconter une aventure humaine qui se trame d'abord à côté de chez elle. Les sublimes photos sont signées Quentin Degrenelle et Thibaut Marot.



À la rencontre des montagnes d'Europe, de l'Islande à l'Italie

Des immuables Alpes aux glaciers d'Islande, en passant par les Pyrénées, les lacs et tourbières scandinaves, les secrètes Hautes Tatras slovaques, les fjords norvégiens, les dunes et collines ensablées du Danemark, ou encore les nombreux espaces protégés des parcs nationaux... Hugo Grandcolas nous emmène dans un road trip photographique à la rencontre des plus beaux reliefs et sommets européens. Durant son périple d'un an, il a parcouru plus de 60'000 kilomètre. À travers plus de cent visuels aux paysages intenses et le récit de son aventure, ce livre propose une véritable immersion dans ce que le continent européen offre de plus beau, mais aussi de plus fragile.





Nicole Berthod dans le film Toune d'Automne
(lien vers le film)
© 5elementsproduction

Le Petit Clocher du Portalet, un rêve de pierre, pour toujours et à jamais tendance

À nouveau sous les projecteurs après la première ascension féminine en libre de la Darbellay, ce monolithe de granit qui s'élève devant la cabane d'Orny voit sa fréquentation augmenter d'année en année. Retour sur une partie de l'histoire de sa face nord, devenue un haut lieu de l'escalade en fissure.

par Caroline Christinaz

Baudelaire préférait les boulevards de Paris aux cimes alpines, mais lorsqu'il faisait parler la Beauté, on aurait pu croire qu'il avait le Petit Clocher du Portalet sous les yeux.

Je suis belle, ô mortels! comme un rêve de pierre,
Et mon sein, où chacun s'est meurtri tour à tour,
Est fait pour inspirer au poète un amour
Éternel et muet ainsi que la matière.

Je trône dans l'azur comme un sphinx incompris;
J'unis un cœur de neige à la blancheur des cygnes;
Je hais le mouvement qui déplace les lignes,
Et jamais je ne pleure et jamais je ne ris.

Ces vers auraient pu être écrits pour cet éperon de granit rouge dont les angles tranchants semblent être taillés à la hache.

Qu'on se le dise d'emblée: le Petit Clocher du Portalet n'a de petit que le nom. Ce bout de rocher suspendu au-dessus du vide qui culmine à 2891 m et dresse sa face nord sur 250 m de verticalité est d'une beauté saisissante à laquelle personne ne reste indifférent. L'adjectif «petit» soulignerait donc l'affection qu'on lui porte, car aux yeux de nombreux grimpeurs, ce sont plutôt les mots «inspirant» ou «majestueux» qui le caractérisent.

Quoi qu'il en soit, ce monolithe impose le respect. «Lorsqu'on s'en approche, on sent que l'on est sur le point de s'engager dans quelque chose de sérieux», confirme Didier Berthod, grimpeur et ouvreur valaisan très actif sur la face nord.

Du Yosemite au Petit Clocher

Parchemins vierges jusqu'en 1897, les trois faces (sud, est et nord) du Petit Clocher du Portalet ont peu à peu été tracées par des voies qui ont, toutes à leur façon, marqué leur époque. Pour les alpinistes d'hier et d'aujourd'hui, ce monolithe représente donc bien plus qu'un sommet à gravir. Il symbolise un rite de passage et parfois même un lieu de consécration. «C'est là que j'ai posé mes premiers coincements de main, installé mes premières protections et découvert une passion, confie la Française Soline Kentzel au magazine *Lacrux*. La place immense qu'occupe cette montagne dans mon cœur s'est encore agrandie – et l'histoire est loin d'être terminée.»

Marco Pedrini, le grimpeur tessinois décédé en 1986, ne croyait pas si bien dire quand il recommandait à ses pairs: «N'allez plus au Yosemite, mais courez au Petit clocher!» Car quarante ans plus tard, après avoir gravi *Golden Gate* et le *Nose* en solitaire au Yosemite, Soline Kentzel a vu dans le granite qui surplombe le Val Ferret matière à projets. Cette figure de la génération actuelle des grimpeuses et grimpeurs motivés est ainsi devenue, en août, la première femme à enchaîner en libre la *Darbellay*, voie cotée 8a en trad, sur la face nord.

Sa performance s'inscrit dans la même veine que celle de son compagnon, le Belge Sébastien Berthe qui, avec Siebe Vanhee a, en 2021, libéré *Histoire sans Fin* (8b+) et *La Promesse de l'aube* (8c), deux voies aux itinéraires prodigieux, en libre. Et la médiatisation de leurs exploits n'est certainement pas étrangère au succès actuel du Clocher. «Dans les médias, Seb Berthe a décrit ces voies comme les plus beaux itinéraires des Alpes, rappelle Didier Berthod. Les photos publiées parlent d'elles-mêmes. Ça donne envie d'aller voir.»

Aventure locale

À l'ère des images Instagram, cette beauté explique également le succès grandissant du monolithe. Car au-delà des grandes réalisations, ces 22 voies qui sillonnent ses faces attirent chaque été davantage de grimpeurs. «À partir des années 2010, il y avait des jours où 10 à 12 cordées se suivaient dans la face nord», se souvient Raymond Angeloz, qui a gardé la cabane d'Orny de 1986 à 2017. Alain Custovic, son successeur actuel, confirme: «La fréquentation de la face nord augmente d'année en année. Les grandes voies mythiques sont particulièrement prisées.»

Aux yeux de la guide Nicole Berthod, cet engouement raconte l'évolution de la pratique. «Les gens ont moins envie de voyager. On cherche davantage d'aventures locales. L'escalade de fissure s'est démocratisée et les grimpeurs sont de plus en plus nombreux à posséder le matériel de trad. Et puis, à près de 3000 mètres, cette face nord offre en plein été un terrain idéal lorsque la chaleur s'installe comme cet été dans les vallées.»

La voie des premières

Mais revenons à la *Darbellay*. En 1962, ses ouvreurs, Michel et Daniel Darbellay, ne soupçonnent pas qu'ils précédent un cortège de grimpeurs. Ils se sont d'ailleurs élancés dans la paroi avec une autre idée de ce que signifiait grimper. Si aujourd'hui, en libre, la *Darbellay* se protège à l'aide d'un assortiment de petits friends et de coinceurs, une centaine de pitons, de broches et de coins de bois leur ont été nécessaires pour progresser sur la paroi.

Conscient de la valeur de leur ouverture, Michel Darbellay décide quelques jours plus tard de répéter la voie avec le Genevois Michel Vaucher. Filmée dans son ensemble, cette escalade sera immortalisée par un moyen-métrage, «Une ascension nouvelle», dont le succès aura un écho international.

Peu après, Michel Vaucher y emmène son épouse Yvette, qui deviendra la première femme à la gravir. La trace du passage de cette dernière figure dans le livre d'or de la cabane d'Orny. Sous les commentaires qui



Ci-dessus: Le Petit Clocher, sentinelle au-dessus de la langue du Glacier d'Orny
© Claude Remy

Ci-contre: Yves Remy, État de Choc, *7a, face nord du Petit Clocher du Portalet, Orny-Trient*



Ci-contre: Une canine qui impose le respect
© Jean-Christophe Rossand

Ci-dessous: Le Petit Clocher vu du haut du Vallon d'Arpette de Saleinaz
© Sylvain Grange

décrivent la voie comme «la plus belle et la plus dure du massif», elle glisse un avertissement, aussi pratique qu'espiègle: «Conseil pour les dames: se munir d'une paire de gants de peau auxquels vous avez coupé le bout des doigts. La voie *Darbellay* mérite cette élégance… et cette protection.»

Malgré ce message qui pourrait être lu comme une invitation destinée aux grimpeuses de sa trempe, les répétitions féminines sur le clocher demeurent cependant discrètes. Aussi spécial soit-il, cet éperon majestueux suit le cours de l'histoire et les grandes réalisations restent l'apanage des hommes.

Une obsession

En 1969, comme pour clore la décennie en beauté, deux hommes donc, René Mayor «prêtre-guide» et son compagnon le guide Armand Sarrasin signent un exploit en enchaînant trois voies de l'éperon en une journée: la *Darbellay*, la *Sud-Est* et la *Voie des cheminées* entre 3h30 et 13h45.

Il faudra attendre 1989 pour que la *Darbellay* soit libérée. L'idée naît dans l'esprit visionnaire de l'ouvreur valaisan Lucien Abbet. Il propose ce projet en 1987 au Jurassien Philippe Steulet qui en fera une obsession. Un article dans *Les Alpes* (2011/08) détaille son épopée de deux ans. Steulet fait du pied de la face nord son camp de base. Il y emmène femme, proches et amis, sollicitant leur assurage pour travailler sans relâche les mouvements requis par ces fines fissures dans lesquelles les doigts se tordent.

La voie ne laisse guère le temps de s'échauffer. Sa première longueur, cotée désormais 8a, déroule sur 45 mètres de dalle parcourue d'une fissure à doigts. La seconde, en 7c+, suit sur 25 mètres une fissure qui offre des prises aussi minuscules que précaires, avant de se prolonger en diagonale sur 15 mètres dans une face plus raide. Au fil de la progression, la fissure s'élargit et les coincements deviennent plus engagés: aux doigts et aux mains succèdent bientôt des mouvements où le corps tout entier vient chercher son appui sur la roche.

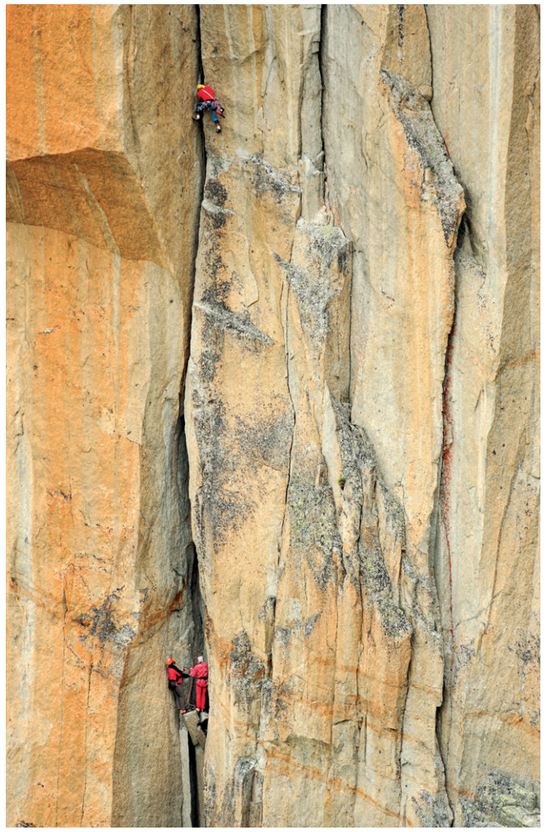
Chutes gigantesques, froid glacial, vent et cris. Après deux saisons, Steulet arrive au bout de ses peines. «Curieusement l'exploit est à peine mentionné», nous dit l'article. Et plus de deux décennies seront nécessaires pour entendre parler d'une tentative de répétition de la voie en libre.

Le choc avant la passion

C'est un autre passionné qui est peu à peu séduit. La première fois que Didier Berthod a vu le Petit Clocher, c'était en montant à Orny où il allait, à 14 ans, travailler comme aide gardien. Pendant quelques années, il l'ignore. Mais la face nord est trop belle pour rester impassible.

Si pour la plupart des grimpeurs, *La Sud-Est* (6c) sert de mise en bouche pour aborder cette sentinelle de granite, lui, alors grimpeur dans le huitième degré, choisit de s'attaquer directement à *État de Choc* (7a), cette ligne qu'il voyait depuis la cabane. «C'était la première fois que je plaçais des coinceurs, mais j'avais confiance, se souvient-il. En plein cœur de la longueur en 7a, j'ai toutefois réalisé que je n'avais pas pris assez de matériel pour assurer ma protection. Comme j'étais à l'aise, j'ai décidé de poursuivre l'escalade sans poser de protection. Mais mon pied a glissé. J'ai fait 20 mètres de chute et je me suis retrouvé en état de choc dans *État de Choc*.» Aujourd'hui, l'anecdote fait rire ce Valaisan de Bramois. Apparemment c'est sa manière de tomber amoureux.





Yves Remy asssuré par Claude Remy et Serge Rastoldo, Etat de choc, 7a, face nord du Petit Clocher du Portalet © Christophe Racat

Ce sont les frères Claude et Yves Remy qui sont à l'origine de cette voie, ouverte en 1983. «Nous n'étions pas les seuls à convoiter la ligne qui allait devenir État de Choc, souligne Claude. D'autres avaient déjà essayé de s'y lancer.» L'achat de friends revenant trop cher au porte-monnaie des grimpeurs, le duo s'est contenté d'arpenter la face à l'aide de coinceurs Hexentrics, de Rocks, d'une vis-roc et de quelques pitons. Résultat: une voie qui ne se laisse pas oublier.

«*État de Choc* est une voie très physique, relève Claude Remy. Elle marque les esprits car souvent on la subit. On doit s'insérer dans la paroi. La roche dévore la peau, les verrous font mal aux poings et il faut dire que la fissure en cheminée est très aléatoire. L'impression de tomber peut y être omniprésente. Si on est limite dans le niveau, cette voie est aussi éprouvante qu'inquiétante. Autant dire qu'à l'époque, je n'aurais jamais imaginé qu'une grimpe plus difficile soit possible à gauche de cette ligne, sur le pilier.»

Didier Berthod, lui, y a perçu un passage. À l'instar de Philippe Steulet, la face nord est devenue pendant quelques années sa marotte. Sur le pilier, il ouvre avec son compagnon de cordée de l'époque, le guide François Mathey, la première longueur d'*Histoire sans fin*, une ligne en 8b+ qui laisse aujourd'hui encore les grimpeurs bouche bée tant elle semble inabordable. Puis il s'attaque fougueusement à *Ave Cesar* (7c+) qu'il signe en 2003.

Une éthique

Au fil des ans, ses voyages aux États-Unis lui inspirent une approche plus pure de la grimpe en fissure. Il considère alors certains spits posés auparavant comme superflus et décide de déséquiper quelques voies. *La Darbellay* est ainsi nettoyée.

Malgré les essais, l'enchaînement de cette dernière en libre résiste encore à Didier Berthod. Lors de sa dernière tentative, en 2005, avec le Haut-Valaisan Simon Anthamatten, une chute dans la deuxième longueur l'empêche de la considérer comme acquise. Pour l'émission *Passe-moi les jumelles* de la RTS, l'ascension a d'ailleurs été filmée par Pierre-Antoine Hiroz dans une réalisation qui met également les «deux Michel» de 1962 en scène. Peu après, Didier Berthod quitte l'escalade pour devenir prêtre.

Quinze années plus tard, à son retour sur le rocher, défroqué, il ouvre *La Promesse de l'aube* (8c), découvre le passage manquant pour permettre à la voie *Histoire sans fin* d'atteindre le sommet et libère la voie d'artif *Les piques-niqueurs*. *Toune d'Automne* (7c), ouverte avec sa sœur Nicole Berthod en 2025, est sa dernière réalisation sur le Petit clocher. Y en aura-t-il d'autres? Pas sûr. Le grimpeur semble avoir tourné une page. «Toutes les lignes majeures ont été ouvertes. Et toutes ont du caractère. Brutes, austères, le vide qui domine. Elles sont très esthétiques. En somme, le Petit Clocher est au monde de l'escalade ce que la Sagrada Familia est à celui des cathédrales.» Un rêve de pierre.

Publicité

CAVE DE LA CRAUSAZ
FÉCHY

Nouveau

0.0% alcool
100% suisse



Cr0.0se offre toute la finesse d'un vin pétillant, fraîcheur, fruité et élégance… mais sans alcool!

Je commande _____ carton (s) de 6 bouteilles Cr00se, à CHF 90.–
Boisson à base de vin désalcoolisé gazeifié sans alcool 0.0%

Livraison offerte en Suisse

Nom:
Prénom:
Adresse:
NPA/Lieu:
Tél:
Signature:

A retourner à : Bettems frères SA, Ch. de la Crausaz 3, 1173 Féchy
ou fechy@cavedelacrausaz.ch - 021 808 53 54

PM

Ski de haute montagne

Une sélection d'équipements utiles pour repousser ses limites et apprécier la légèreté!

BÄCHLI SPORTS DE MONTAGNE

par l'équipe de Bächli Sports





Actik Core, Petzl. Lampe frontale de 625 lumens. Lumière blanche à 3 niveaux d'intensité et lumière rouge. Avec batterie rechargeable Core, également compatible avec 3 piles AAA. Résiste aux intempéries (IPX4). Autonomie maximale à pleine puissance: 2h. Poids: 88g.



Alpha SL 30 Backpack, Arc'teryx. Sac à dos ultra-léger, extrêmement robuste et hydrofuge, capacité de 30 l. Tissu ALUULA-Graflyte en polyéthylène multicouche. Compartiment principal avec cordon de serrage et mini-rabat pour maintenir la corde en place. 6 points d'attache à l'avant, 2 attaches dog-bone. Poche extérieure avec fermeture éclair étanche et mousqueton pour clés. Bretelles et dos thermoformés, réflecteur Recco. Poids: 444g.



HMS Strike Screw, Edelrid. Mousqueton à vis HMS léger en aluminium et avec profil en H. Fermeture Keylock, compatible avec divers dispositifs d'assurage et demi-nœud d'amarre. Résistance: 23kN dans le sens longitudinal, 7kN dans le sens transversal, 6kN lorsque le doigt est ouvert. Certifications EN 362 et EN 12275. Poids: 57g.



Flow GD Unicore 9.5 (UIAAWR), Beal. Corde à simple de 9,5mm de diamètre. Imprégnation Golden Dry, âme et gaine imprégnées. Technologie Unicore, traitement Thermo-Fluid. Marquage du milieu. Pourcentage de gaine: 40,4%, chutes UIAA: 6, allongement: 36%. Longueurs disponibles: 30, 40, 50, 60, 70 et 80m. Poids: 57g/m.



Aero Lite, BLUE ICE. Broche à glace en aluminium avec pointe en acier inoxydable. Particulièrement efficace grâce à sa conception à 3 dents. Manivelle repliable avec code couleur selon la taille. Grande plaquette pouvant accueillir 2 mousquetons. Disponible dans les longueurs suivantes: 13, 16, 19 et 22cm. Poids: 72g (16cm).



Bluebird, Blue Ice. Piolet polyvalent, manche en aluminium légèrement courbé avec zone de préhension rugueuse. Lame et panne en acier inoxydable. Ergot amovible réglable. Avec protections de lame et de pointe incluses. Disponible en 4 longueurs: 45, 49, 54, 60cm. Poids: 363g (45cm).



Choucas Pro, Blue Ice. Baudrier alpin ultra-léger en polyéthylène UHMW et PES haute ténacité. Maille respirante. 4 porte-matériels, 4 passants pour broches à glace. Jambes ouvrables, boucle Speed Buckle à la ceinture. Disponible en 4 tailles. Poids: 145g (M).



Pure Screw, Edelrid. Mousqueton à vis polyvalent, extrêmement léger grâce à son profil en H. Fermeture Keylock. Matériau: aluminium. Poids: 50g.



Choucas, Blue Ice. Baudrier alpin minimaliste en Dyneema. 1 boucle Speed Buckle à la ceinture, jambes ouvrables. 4 porte-matériels, 1 passant pour vis à glace sur chaque jambe. Certifications: CE EN 12277 type C, UIAA 105. Disponible en 4 tailles. Poids: 148g (M).



IceScrew-Protector 2.0, Revolix. Protection pour broche à glace robuste, élastique, résistant au froid et aux coupures. Imprimé en 3D en TPU. Facile à enfiler, rainures pour un maintien sûr. Large ouverture et œillet pratique pour la fixation à un mousqueton. Code couleur selon la taille: S/rouge, M/jaune, L/bleu. Fabriqué en Suisse. Poids: 4g.



Ci-contre: Au sommet de la Pointe de la Tsevalire
En bas: Montée du versant SW

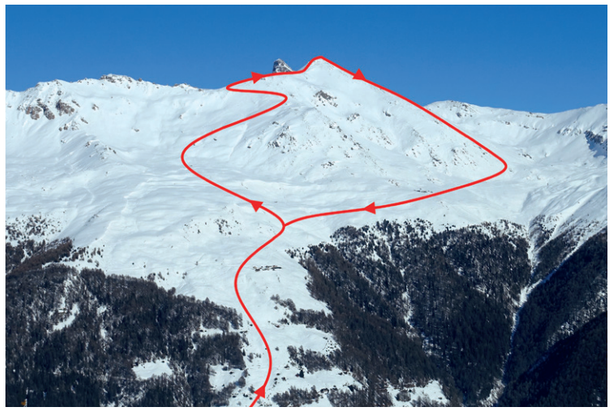
Pointe de la Tsevalire 3025 m St-Martin, Eison – Val d'Hérens

Texte et photos: Georges Sanga

Sommet triangulaire se situant à l'extrémité supérieure du Vallon de Réchy. Deux versants distincts, N et S, sont accessibles de Suen ou d'Eison dans le Val d'Hérens. L'itinéraire de Suen, plus facile mais plus long, est à privilégier par faible enneigement; les pentes étant exposées au NW et quelque peu au SW. L'itinéraire décrit ci-dessous au départ d'Eison, plus direct et plus raide, est exposé essentiellement au SW. La descente directe de la face S, d'un seul tenant de 550 m de dénivellation, est soutenue. De bonnes conditions d'enneigement et d'avalanches sont requises.



FICHE TECHNIQUE



Difficulté:	PD.
Dénivellation:	1360 m
Orientation:	W, S
Période:	décembre-avril
Horaire global:	6 h.
CN:	273S Montana, 1307 Vissoie
Transports:	CFF Sion; Bus postal Eison
Bibliographie:	Ski de randonnée Valais Central – Olizane 2014 – F. Labande et G. Sanga
Internet:	Portail des courses du CAS www.sac-cas.ch Application https://swisstopo.admin.ch

Montée. D'Eison (1662 m), terminus de la route postale, monter directement dans des pentes larges parfois redressées, via Les Mayens d'Eison (1911 m), le Tsalet d'Eison (2138 m) et Bella Luéte (2482 m). Obliquer légèrement à droite pour rejoindre la crête à la Pointe W de Tsevalire (2900 m). Suivre alors la crête NW jusqu'au sommet.

Descente. Du sommet, revenir quelque peu sur l'arête terminale, afin de contourner un pan rocheux de la face S. Descendre directement la large face et rejoindre l'alpage de Plan Levri (2495 m). Poursuivre sur la droite en direction de l'A Vieille (2369 m), puis au Tsalet d'Eison où l'on retrouve l'itinéraire de montée. Si les pâturages des Mayens d'Eison manquent de neige, possibilité de suivre la route d'alpage restant souvent plus enneigée.









Un sommet à plus de 3000 mètres, une ample face sud: la Tsevalire promet une belle envolée à skis.

En haut: Alpage de l'A Vieille
Ci-contre en haut: Bientôt l'arrivée à la crête NW
Ci-contre en bas: Descente du versant SW
Ci-dessus: Passage à Grand Bandon

Le marché aux puces alpin revient à Lausanne pour une édition hivernale!

par Valérie Dupont, pour la Commission Environnement

Le marché aux puces alpin revient à Lausanne pour sa troisième édition, le 11 septembre 2026. Organisé par la Commission Environnement du CAS-Diablerets en collaboration avec Mountain Wilderness, l'événement s'inscrit dans un réseau national de marchés alpins présents dans un nombre croissant de villes suisses.

Un marché dédié à l'hiver

Organisée en novembre, cette édition se focalisera sur le matériel pour la saison froide: skis de randonnée, peaux, chaussures d'alpinisme, crampons, piolets, doudounes, gants techniques, sacs avalanche, vêtements chauds... Une occasion idéale pour trouver l'équipement qui manque ou pour transmettre du matériel en bon état qui dort dans une armoire.

Que tu sois un·e passionné·e de longue date ou un·e débutant·e motivé·e, tu pourras:

- Revendre du matériel encore en bon état.
- Acheter de manière durable et à prix doux.
- Échanger conseils, expériences et idées de sorties avec d'autres montagnard·e·s.

Un geste concret pour la durabilité

L'événement poursuit l'objectif d'encourager la durabilité dans les sports de montagne en donnant une seconde vie à l'équipement.

Acheter d'occasion permet d'utiliser plus longtemps un objet qui existe déjà. Et vendre le matériel dont on ne se sert plus permet à quelqu'un d'autre de l'utiliser à son tour. C'est une manière très concrète de mettre en pratique les principes de l'économie circulaire: réduire les achats neufs, prolonger la durée de vie des objets et faire circuler les ressources.

Prolonger la durée de vie du matériel permet de réduire fortement l'impact environnemental lié à la production d'articles neufs. Acheter ou vendre d'occasion, c'est économiser des ressources, diminuer les émissions de CO_2 et limiter les produits chimiques associés à la fabrication. À l'échelle de l'événement, l'effet cumulatif est significatif.

Publicité

Bonnet électricité SA
Installations électriques et télématiques
Installateur électricien diplômé
Membre de la section
Chemin de Fontanettaz 14
1009 Pully
Tél. 021 729 78 88
Fax 021 729 82 95
info@bonnet-electricite.ch



Une dynamique qui s'installe à Lausanne

Depuis son arrivée en Suisse en 2019, le concept séduit un public toujours plus large. À Lausanne, les éditions 2023 et 2025 ont rencontré un succès croissant. Cette nouvelle édition hivernale répond à une demande forte pour du matériel technique souvent coûteux et très impactant à produire. Une raison de plus pour privilégier l'occasion.

Nouveautés 2026

Cette édition introduit un accès prioritaire aux membres CAS et Mountain Wilderness durant les trente premières minutes.

La capacité de la salle est limitée à 100 personnes maximum à un instant donné. Cette contrainte sécuritaire aura l'avantage de permettre plus de confort aux participants. **Envie de participer?**

Toutes les informations pratiques, inscriptions et détails sur le concept sont disponibles en ligne.

Olivia Sandri, la montagne comme fil conducteur

Accompagnatrice en montagne et membre engagée du CAS Diablerets, Olivia Sandri considère la montagne autant comme un héritage familial que comme son métier à temps partiel. Inquiète de voir le milieu se transformer, elle a mis la décroissance et la durabilité au cœur de ses préoccupations.

par Vincent Gillioz


© Christophe Chammartin

Chez les Sandri, la montagne est une affaire de famille. Massimo, papa d'Olivia, est chef de course au CAS Diablerets depuis une quinzaine d'années, mais aussi préposé de la cabane de l'A Neuve. Il a toujours emmené sa famille en randonnée, et c'est dès son plus jeune âge qu'Olivia, née en 1987, arpente les vallées, coteaux et petits sommets avec son frère. Elle découvre et apprend également le ski à La Fouly, avec Martine Gabioud, responsable de l'école de ski de la petite station du Val Ferret lors des relâches de février, et gardienne de la cabane de l'A Neuve depuis de très nombreuses années (cf. le portrait de *Passion Montagne* de mai 2024) . Dès ses dix ans, elle fait déjà quelques courses en peau de phoque, toujours avec son père.

Un parcours international

Olivia s'éloigne un peu des sommets le temps de ses études. Après sa maturité, elle passe un an et demi en Pologne, le pays de sa maman, puis enchaîne sur un bachelor en géosciences et environnement à l'UNIL (2009), un master en études urbaines européennes entre la Belgique, le Royaume-Uni, les Pays-Bas et l'Estonie (2011), et un master en tourisme à l'Institut Kurt Bösch (2013).

Elle retrouve la montagne lorsqu'elle s'installe à nouveau en Suisse, en y emmenant ses amis étrangers de passage.

Poussée par l'envie de progresser, et surtout d'acquérir de l'autonomie et de l'indépendance, elle suit le cours d'initiation à l'alpinisme du CAS en 2015. Son cercle d'amis s'élargit dans le milieu, et elle poursuit sa progression avec d'autres personnes.

La même année, elle commence une thèse, mais ne s'y épanouit pas et décide d'abandonner cette voie. Elle aborde alors une phase durant laquelle elle «se cherche un peu». Une amie lui parle du métier d'accompagnateur en montagne, qu'elle ne connaissait pas. L'idée l'intéresse, mais, au gré d'une opportunité, elle trouve un poste dans la planification des transports publics. Elle se renseigne néanmoins sur la formation d'accompagnatrice et, après avoir assisté à une séance d'information, elle décide de se lancer en 2016, avec l'ASGM. Elle s'organise et suit le cursus durant ses vacances et quelques congés. Elle obtient son diplôme en 2018, puis son brevet fédéral en 2021.

Deux métiers, un équilibre

Aujourd'hui, Olivia consacre 60% de son temps à sa PME Kulka Trek, et 40% à un poste de cheffe de projet en santé publique. «J'ai un très bon équilibre dans ma vie», confie-t-elle, reconnaissant sans ambiguïté que son job fixe lui rapporte plus que son activité en montagne. «Peu de gens vivent uniquement de ce métier.» Le choix des lieux de randonnées, qui s'étend du Jura aux Alpes, obéit à la seule règle d'être accessibles en transports publics. La décroissance et un mode de vie raisonné sont au cœur de ses préoccupations.

Depuis dix ans, Olivia partage sa vie avec Adrien, guide fraîchement diplômé, qu'elle a accompagné durant toute sa formation. «J'ai encore beaucoup progressé et gagné en expérience avec lui.»

Olivia est aussi devenue experte pour les examens du brevet fédéral d'accompagnateur en montagne. «Il y a eu un boom du secteur lors du COVID, et quatre institutions forment des Romands aujourd'hui. Les examens sont organisés par un organisme indépendant, qui a eu besoin de ressources. J'ai postulé, mon dossier a été retenu. Je viens de terminer la deuxième session d'examens selon le nouveau règlement comme experte.»

À la question de comparer son métier avec celui de guide, elle répond clairement qu'il s'agit de deux professions très différentes. «On ne nous engage pas pour un accompagnement technique, même si nous apportons une valeur ajoutée logistique importante. Les clients font appel à nous pour l'aspect relationnel, et aussi pour apprendre sur la nature, la géologie, l'environnement montagnard...»

«Donner ce que j'ai reçu!»

Membre du club depuis onze ans, Olivia participe encore à des courses comme adjointe et propose au moins une sortie à pied par an. «J'essaie de rendre ce que j'ai reçu», souligne-t-elle pour signifier son attachement à l'association. Elle a rejoint fin 2025 son père dans le groupe de travail pour l'organisation du centenaire de la cabane de l'A Neuve. «Il y a de nombreux projets, notamment un grand livre préparé par un groupe d'historiens et d'artistes qui sont montés en résidence cet été. Nous allons aussi préparer un carnet de dix itinéraires autour de la cabane, à paraître en 2027.» Au-delà des festivités, qui auront lieu en septembre 2027, le but de ce jubilé est de faire venir plus de monde dans cette petite cabane à la fréquentation modérée.

Olivia va, quant à elle, se retirer un peu du projet ces prochains mois, en raison d'un heureux événement prévu cette fin d'année. Mais elle compte bien poursuivre ses activités en montagne, et entend proposer, dans son activité professionnelle, des excursions à l'A Neuve, avec nuit sur place.





Miroir des faces nord

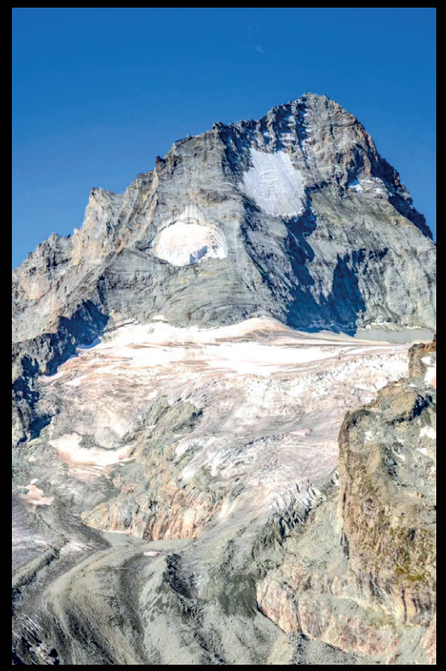
Les faces nord et glaciers des Alpes en prennent un coup, en particulier en 2026. De belles parois glacées et blanches se sont métamorphosées en quelques années. Un constat sans appel, observable par de nombreux alpinistes qui fréquentent ces lieux régulièrement. Un réchauffement climatique qui devient incontrôlable, où des mesures fortes sont à prendre… et vite.

Texte: Georges Sanga
Photos: Alexandre Saunier, Michel Schaffner, Daniel Borloz et Georges Sanga

Ci-dessus: Lenzspitze, 2022 et 20026

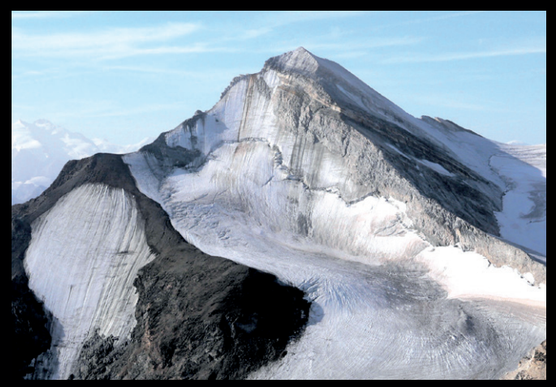


Ci-contre: Dent Blanche, 1973 et 2026



Ci-dessous: Brunegghorn, 2024 et 2026







Le Portalet, 1975 et 2026







Obergabelhorn, 1985, 2025 et 2026 (voir aussi la photo de couverture)



Sédentaire la semaine, sportif le week-end: pourquoi le corps dit stop?

par Tara Manducher

Le paradoxe du sportif sédentaire

Bien que souvent confondues, la sédentarité et l'inactivité physique sont deux choses distinctes.

La **sédentarité** correspond au temps passé éveillé dans une situation de très faible dépense énergétique, par exemple assis ou allongé: au travail, dans les transports, devant un écran… Elle peut donc concerner une personne qui pratique régulièrement un sport. On parle généralement de comportement sédentaire lorsque le temps passé dans ces activités est supérieur à **7 heures par jour**.

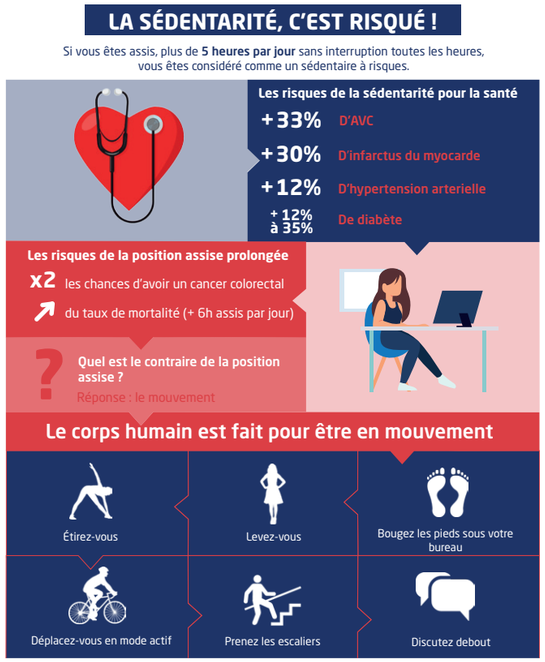
L'inactivité physique, quant à elle, est définie par une pratique sportive modérée à intense inférieure à 150 minutes par semaine.

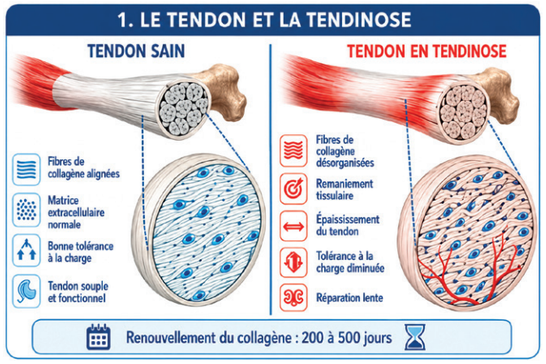
On peut donc être un **«sportif sédentaire»**: pratiquer une activité sportive importante le week-end tout en passant la majeure partie de la semaine assis. Mais il est important de noter que le fait d'être physiquement actif ne compense pas complètement les effets néfastes de la sédentarité. Celle-ci favorise notamment:

- la rigidité artérielle et la stase veineuse;
- une moins bonne oxygénation du cerveau;
- l'augmentation de la résistance à l'insuline;
- une diminution de la capacité de contraction cardiaque;
- la perte de masse musculaire.

Autrement dit, une grosse sortie en montagne le week-end ne suffit pas nécessairement à compenser cinq jours passés assis.

Et c'est précisément là que se pose la question de l'adaptation du corps: que se passe-t-il lorsque l'on demande soudainement à un organisme peu sollicité pendant plusieurs jours de fournir plusieurs heures d'effort intense en montagne?





Les blessures fréquentes

Lorsque le corps passe brutalement de la chaise de bureau à une activité importante, certaines structures peuvent avoir du mal à s'adapter. Ce n'est pas tant le type d'activité qui est problématique mais plutôt l'écart entre ce que le corps fait habituellement et ce qu'on lui demande soudainement. **Cette surcharge peut favoriser plusieurs types de blessures:**

Les tendinopathies

Une faible sollicitation régulière peut diminuer la capacité du tendon à tolérer les contraintes. Une augmentation trop rapide de la charge, en fréquence ou en intensité, peut alors dépasser ses capacités d'adaptation et provoquer des douleurs, susceptibles de se chroniciser si la surcharge se poursuit.

Les déchirures ou contractures musculaires

La sédentarité favorise la diminution de la masse musculaire et donc de sa capacité à supporter un effort important. La coordination entre le système nerveux et le muscle peut également être moins efficace. Lors d'une sollicitation brutale, le risque de contracture ou de lésion musculaire augmente. Par ailleurs, les périodes prolongées en position statique peuvent limiter la circulation sanguine musculaire. Un muscle moins régulièrement sollicité et moins bien préparé récupère alors plus difficilement après un effort important.

Les douleurs articulaires

Une musculature moins entraînée, notamment au niveau des muscles stabilisateurs profonds, peut moins bien accompagner les mouvements et répartir les contraintes. Lorsqu'on ajoute à cela plusieurs heures d'activité, du dénivelé, des descentes ou le port d'un sac à dos, les contraintes articulaires peuvent devenir importantes et favoriser l'apparition de douleurs.

Dans un prochain numéro, nous verrons comment limiter les effets de la sédentarité au quotidien et préparer progressivement son corps aux efforts de montagne, afin de réduire le risque de blessure.

la Vie DU CLUB



Evolène en septembre 2009 © Georges Sanga

INFOS

Prochains événements 20
Nouvelles du comité – Assemblée générale d'automne 20
Hommages 21
Commissions / Groupes 23
Sous-sections 23
Nouveaux membres 24

RAPPORTS DE COURSE

Semaine clubistique à et en Appenzell 25
Activités familles: week-end escalade au chalet Lacombe 26
Petit tour du Val de Bagnes 28

CONNAIS-TU TA SECTION? 30

Agenda nov. à début janv.

04.11 *mercredi 19h00*

Atelier de préparation à la saison hiver* par le cabinet de physiothérapie Medifit

05.11 *jeudi 17h30*

Soirée découverte de la jeunesse* à Beaulieu

06.11 *vendredi 19h00*

Soirée de remerciement aux bénévoles de la section*

11.11 *mercredi 18h00*

Marché aux puces alpin* (voir p. 14)

13.11 *vendredi 19h30*

Soirée conférence (en anglais) avec apéro: Des Alpes à la «zone de la mort»*

18.11 *mercredi 18h30*

Assemblée générale d'automne

26.11 *jeudi 18h30*

Atelier «Skitourenguru» (voir p. 22)

05.12 *samedi*

Fête de Noël des Jeudistes

13.01 *mercredi 19h00*

Apéro d'hiver (voir p. 23)

*déjà annoncé dans le précédent numéro de *Passion Montagne*

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

Assemblée générale d'automne

Mercredi 18 novembre 2026 à 18h30
Grande salle du CAS-Diablerets, entrée rue Charles-Monnard

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

Ordre du jour

1. Accueil, adoption de l'ordre du jour et du procès-verbal de l'AG du 29 avril 2026 (décisionnel)
2. Informations du Comité sur les initiatives et projets en cours et les évolutions à venir (informatif)
3. Présentation du projet de rénovation de la cabane d'Orny et adoption du budget associé (allocation de fonds propres de la section) (décisionnel)
4. Présentation et adoption du budget 2027, hors projet de rénovation de la cabane d'Orny (décisionnel)
5. Élections des comités des commissions (décisionnel)
6. Élections au Comité (décisionnel)
7. Proposition de nommer un membre d'honneur (décisionnel)
8. Reconnaissances de contributions remarquables de membres (informatif)
9. Divers et propositions individuelles. Les propositions individuelles doivent parvenir au comité au moins 10 jours avant l'assemblée générale (art 9.3).



Projet de rénovation de la cabane d'Orny

Les documents concernant cette assemblée générale d'automne, notamment le budget 2027 et la présentation du projet de rénovation pour la cabane d'Orny, sont à disposition au secrétariat et sur le site www.cas-diablerets.ch/vie-du-club.htm

Cette AG reprend un format similaire à celui utilisé pour l'AG de printemps 2026. Ainsi, l'AG formelle commence à 18h30. Elle est suivie de tables rondes jusqu'à 20h.

Un apéro dînatoire est ensuite organisé, pour célébrer la vie associative de la section **(inscription obligatoire pour cet apéro)**. Les boissons et un repas simple sont offerts. Des images et films de la vie du club seront projetés. Les images illustrant la vie du club seront prises sur go2top et les réseaux sociaux du club. Tu peux partager des images et films supplémentaires par e-mail AG@cas-diablerets.ch, d'ici au 11 novembre 2026.

Voir l'annonce en ligne pour plus d'informations et les modalités d'inscription: www.cas-diablerets.ch/ag.

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

Philippe Metzker, un alpiniste d'exception

par François Gindroz



Philippe au Svalbard, dans sa 92e année

83 années de fidélité au club

Philippe Metzker est né en 1925, année de création de la sous-section de Morges.

En 1943, il est l'un des premiers membres de l'OJ naissante de Morges.

Philippe est très tôt tombé amoureux de la montagne, grâce à son professeur de littérature Edmond Pidoux, qui sera nommé plus tard membre d'honneur de la section. Sous sa houlette, le voilà propulsé dans l'organisation des courses de la sous-section: secrétaire, fourrier, il est le jeune homme à tout faire lors des courses et semaines OJ. Il le fait si bien qu'il devient en 1946 caissier de la sous-section, poste qu'il va tenir pendant trois ans.

Avec Edmond, son mentor, il fera par la suite de nombreuses grandes courses, dont la première traversée du Schreckhorn au Lauteraarhorn sans bivouac.

En 1949, après un apprentissage de cheminot, deux heureux hasards se conjuguent: on l'envoie à Davos pour perfectionner son allemand et il est logé chez un guide, chef des patrouilleurs du domaine skiable de la Parsenn. Philippe apprendra là à connaître l'alpinisme et la neige dans tous ses aspects et notamment ses dangers.

De retour à Lausanne en 1952, il organise des courses et semaines clubistiques pour la section.

> De 1959 à 1961, il est membre de la Commission d'alpinisme du Comité Central (CC) de Coire. Dès 1970, le voilà membre de la Commission de publication du CAS, représentant la section. De 1971 à 1973, il est membre du Comité Central (CC) de Lausanne, «chef» des publications.

Les publications, cela représente alors notamment une quinzaine de volumes édités en français par le CAS. Sous sa signature paraît en 1980 *Alpes vaudoises* et en 1983 *Ski alpin VD-FR*. Sur sa table de travail, un *Ski alpin – Valais* est en chantier, comme un guide *Cent itinéraires de cabane en cabane* qui deviendra quelques années plus tard le best-seller des éditions du CAS. Philippe a aussi participé à la refonte du bulletin *LES ALPES* qui a abouti à sa forme de l'époque.

Tout cet immense travail méritait d'être honoré. Comme les CC changeaient alors tous les trois ans, c'est à notre section qu'incombait ce droit et ce devoir.

> En 1984, l'assemblée générale nomme Philippe Metzker membre d'honneur de la section des Diablerets pour son engagement exceptionnel envers le CAS. Vous pouvez lire son portrait dans le tout premier numéro de *Passion Montagne*, de septembre 2010.

Au bénéfice d'une retraite anticipée, il reste membre de la Commission centrale des publications. Pendant cinquante ans, cet infatigable alpiniste a été, avec l'appui de nombreux amis et collaborateurs, l'auteur d'une quinzaine de titres de guides et topos, ainsi que de leurs mises à jour. Ses choix d'itinéraires ont permis à de nombreux pratiquants de la montagne de découvrir de fort belles courses en skis et de nouvelles randonnées en montagne.

Une vie d'enthousiasme et de passion

Au fil du temps, Philippe a fait carrière dans plusieurs domaines: son travail professionnel aux CFF, ses activités sur l'ordinateur et celles au sein et pour la vie du Club alpin.

> **Je lève mes yeux vers les montagnes...**

Il a aussi été cinéaste amateur jusqu'en 1964, année d'une autre passion: la construction de deux bateaux destinés à naviguer sur le Léman.

Puis l'envie de courses au large. À 78 ans, ce sera l'océan Antarctique. Il est devenu cap-hornier, un moment mythique. Dans sa 92e année, le Svalbard, un archipel norvégien situé dans l'océan Arctique.

Philippe a été un homme droit, timide, honnête avec un grand cœur. Il a vécu intensément chaque instant de sa vie pour partir dans l'ordre des choses, le 12 août 2026, dans sa 101e année.

Lors du culte d'adieu au temple de Montriond à Lausanne, une petite représentation du club, composée notamment de membres d'honneur, lui a rendu hommage.

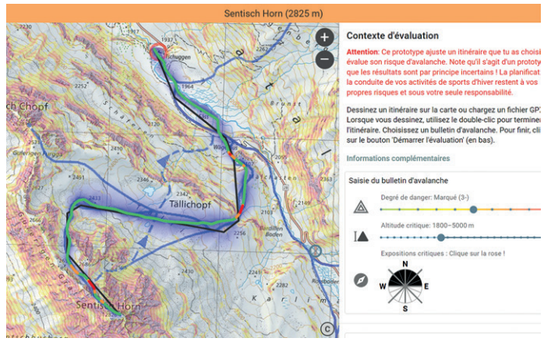


Le Schreckhorn et le Lauteraarhorn, deux 4000 en traversée

Atelier «Skitourenguru»

Atelier de planification de randonnées en skis à l'aide de skitourenguru, animée par Günter Schmudlach, développeur de la plateforme, le jeudi 26 novembre 2026, à 18h30.

Les chef(e)s de courses sont prioritaires pour l'inscription (les chef(e)s de courses des sous-sections sont les bienvenus). L'inscription sera peut-être ouverte aux non-chef(e)s de courses ultérieurement.



Inscription obligatoire sur go2top.
Plus d'information:
https://cas-diablerets.ch/atelier-skitourenguru/

Publicité

pcl
print · conseil · logistique

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

Joignez-vous à notre démarche durable !

myclimate FSC IMPRIM'VERT swiss

L'association des Amis de l'A Neuve



Séance de travail lors de la résidence d'auteurs à l'A Neuve pendant l'été 2026.
© Fanny Wobmann

Lors de l'AG du 18 novembre, l'association des Amis de l'A Neuve présentera un projet ambitieux de livre sur le Val Ferret et la cabane. L'A Neuve va en effet fêter 100 ans l'année prochaine. On compte sur vous à l'AG!

Save the date: 4-5 septembre 2027 festivités des 100 ans à la cabane et à La Fouly

Carnet noir

- **Philippe Metzker,** membre depuis 1947 (Morges)
  Voir hommage p. 21.
- **Roger Tröhler,** membre depuis 1963 (Lausanne)
  Un hommage suivra dans un prochain numéro du magazine.



Nos sincères condoléances vont à sa famille et amis dans la peine.

Cours techniques de ski hors-piste 2027

Tu souhaites améliorer ta technique de ski hors-piste? Tu veux prendre confiance en toi et être plus à l'aise en descentes en skis et dans toutes les conditions de neige?



En partenariat avec les guides de Leysin, ces cours sont reconduits en 2027. Deux séries de 3 séances sont organisées, sur **3 dimanches en janvier pour la première, et 3 dimanches en février pour la seconde**. Il y aura 3 niveaux techniques différents. **Le prix est de CHF 330.–** pour les 3 dimanches, par personne. Une bonne condition physique est nécessaire ainsi qu'un niveau de ski au minimum moyen (niveau pistes rouges). Les cours sont exclusivement réservés aux membres de la section des Diablerets et des sous-sections.

Dates exactes et modalités d'inscription en ligne:
https://cas-diablerets.ch/formations/cours-de-ski-hors-piste/



Recherche bénévoles

Le club recherche des bénévoles, notamment:

- Pour le **comité de la section**: un vice-président
- Pour les **cabanes**: un membre additionnel pour renforcer la CORCO (COmmission de Rénovation de la Cabane d'Orny)

Le club vit de l'engagement bénévole, on compte sur vous!
Plus d'information sur
https://cas-diablerets.ch/benevoles/

Apéro d'hiver



Événement ouvert à tous: venez nombreux!
Informations et inscription:
https://cas-diablerets.ch/apero-hiver/

Sous-sections

PAYERNE

À ne pas manquer pour la fin de l'année 2026

- **Programme des courses**
  Les dernières sorties de l'année sont à peine annoncées que les nouvelles apparaissent déjà. Rendez-vous sur notre site internet à la rubrique «activités» pour vous inscrire sans attendre.
- **L'Assemblée générale:**
  vendredi 13 novembre 2026, 19h30
  Nous nous réjouissons de retrouver tous les membres de la sous-section de Payerne à notre AG 2026. La partie officielle dans la solennelle salle du Tribunal est suivie d'un apéro convivial dans le hall attenant, sous l'œil bienveillant de l'Abbatiale de Payerne. Sans inscription.
- **La soirée de Noël:**
  vendredi 4 décembre 2026, 19h00
  Venez touiller et partager la meilleure des fondues, suivie de succulents desserts, tout en vous remémorant les merveilleuses courses en montagne réalisées durant l'année. Au refuge de Chevroux. Bienvenue à toutes et tous, petits et grands, sur inscription selon mail envoyé aux membres.

MORGES

Stamm d'accueil à 18h00

- **6 novembre / 20 novembre / 11 décembre**
  Lieu: Maison des Associations à Morges (rue des Fossés 16)

Stamm pour tous avec animation

- **6 novembre à 18h30**
  Christophe Lambert nous fera un rappel des éléments clés pour la préparation d'une course et nous fera part de son expérience

  Indispensable pour tous les nouveaux et débutants avant de commencer la saison hivernale. Bon rappel pour les autres...

  Lieu: Maison des Associations à Morges (rue des Fossés 16)
- **4 décembre à 18h45**
  Présentation des nouveautés matériel par François Sport.

  Partage du verre de l'amitié à l'issue de la présentation.

  Merci de vous inscrire.

  Lieu: François Sport à Bremblens (route de Romanel 15)

Chères et Chers membres, le Comité vous adresse, ainsi qu'à vos familles, de belles et lumineuses fêtes de fin d'année.

Nouveaux membres

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

SECTION LAUSANNOISE

J	Achtari	Chloé	Le Mont-sur-Lausanne
J	Althaus	Timothée	Lausanne
I	Barka	Sonny	Gland
I	Barras	Colin	Lausanne
I	Battaglini Babin	Alexis	Morges
I	Boursier	Joffrey	Môtiers NE
I	Brennan	Patrick	Lausanne
I	Bystritzsky	Alex	Lausanne
I	Campati	Davide	Renens
I	Campos Díaz	Lissette Diana	Bussigny
I	Carel	Vincent	Lausanne
J	Cartier	Chloé	Genève
I	Cerardi	Nicolas	Lausanne
EF	Chauffeteau	Ethan	Lausanne
I	Cholley	Matthieu	Lausanne
I	Clément	Benjamin	Pully
I	Cognet	Jolan	Lausanne
I	Copot	Alexandru	Lausanne
J	Corneo	Lucas	Lausanne
I	Corre	Violette	Lausanne
J	Curty	Kiira-Amandine	Yverdon-les-Bains
I	Dody	Morgane	Trélex
I	Dudek	Dorota	Corsier-sur-Vevey
EF	Duriet	Andreas	Cugy
F	Duriet	Diana	Cugy
EF	Duriet	Liya	Cugy
F	Escobar	Carolina	Echichens
I	Esposito	Alessio	Aproz (Nendaz)
I	Galimberti	Laura	Nyon
I	Galland	Gwendoline	Lausanne
J	Garnier	Matheo	Pully
I	Gertsch	Kevin	Lausanne
I	Giometti	Emma	Ecublens VD
I	Girardet	Lucas	Pully
I	Grandjean	Ludmilla	Vevey
I	Griessen Cotti	Annie	Lausanne
I	Hay	Alistair	Rolle
I	Horchani	Malik	Lausanne
J	Houriet	Nolann	Bex
J	Jobin	Yoan	Cheseaux-sur-Lausanne
I	Jungi	Zoé	Lausanne
J	Koehler	Emmanuel	Lausanne
J	Lajon-Biscuit	Gauthier	Montreux
I	Leresche	David	Ballaigues
I	Leteinturier	Audrey	Lausanne
I	Lolom	Nick	Lausanne
J	Martins	David	Lausanne
I	Oppliger	Anne	Bioley-Orjulaz
I	Oudinot	Remi	Lausanne
I	Pani	Vishal	Lausanne
I	Perrey	Michael	Le Mont-sur-Lausanne
I	Piccand	Baptiste	Lausanne
J	Poncin	Eline	St-Sulpice
I	Prefol	Jules	Lausanne
I	Rodrigues	Joao	Lausanne
I	Rywalski	Patrick	Lausanne
J	Sartre	Colin	Lausanne
I	Saxon	Eugene Alan	Lausanne
J	Schaller	Adrien	Pully
I	Schmid	Laura	Nyon
J	Schyrr	Samuel	Cugy VD
J	Seebach	Jacques	Romanel-sur-Lausanne
F	Siracusa	Betty	Lausanne
I	Stauffer	Fa	Lausanne
J	Styger	Veronique	Lutry
I	Thévoz	Nicolas	Mézières VD
I	Tornare	Mathieu	Lausanne
F	Upegui	Andres	Echichens
J	Upegui	Matias	Echichens
I	Valdovinos	Karla	Lausanne
I	Vilhem	Steve	Lausanne
I	Viredaz	Sylvain	Lausanne
I	Waysberg	Yohan	Lausanne
F	Woodhull	Charles	Cugy
J	Yuzbashiyev	Habib	Lausanne
EF	Zinn	Numa	Lausanne

SOUS-SECTION DE MORGES

I	Bourquin	Isabelle	Lausanne
I	Donzé	Benjamin	Renens
I	Gasche	Guillaume	Prilly
I	Genet	Elvire	Fribourg
I	Grossenbacher	Bryan	Morges
I	Janotova	Jana	Morges
I	Lokamba	Younna	Gimel
I	Lüthi	Marie-Anne	Morges

SOUS-SECTION DE PAYERNE

I	Guillaume	Anne-France	Sassel
I	Neumeier	Beatrix	Vers-chez-Perrin

SOUS-SECTION DE VALLORBE

I	Crépon	Christine	Ballaigues
I	Vonlaufen	Romain	Vallorbe

Magnifique paysage typique avec des Jeudistes



Semaine clubistique à et en Appenzell

24-29.08.2026 | AMICALE DES JEUDISTES

par Pierre Allenbach

Pour leur semaine clubistique 2026, les Jeudistes avaient choisi Appenzell et son canton, même si quelques esprits chagrins eussent souhaité un endroit moins éloigné de nos pénates… Heureux choix qui nous a fait découvrir une région de rêve où tout paraît avoir été fait pour le bonheur de l'homme!

Et, cerise sur le gâteau, notre Jeudiste plus que centenaire, Gaston Collet, nous avait fait le plaisir de nous accompagner! Arrivés de Romandie et de St-Gall, par le petit train-tram rouge qui traverse le canton, les Jeudistes prirent leurs quartiers à l'hôtel Hecht situé à deux pas de l'église paroissiale du chef-lieu, dédiée à saint Maurice.

Heureuse capitale-village dans laquelle piétons, cyclistes et parfois voitures se côtoient sans animosité!

À peine arrivés, les participants entreprirent d'explorer le village et ses environs. Ils furent enchantés par la découverte d'un paysage doucement vallonné, parsemé de fermes en forme de croix: l'habitation et l'étable se touchent à angle droit! Partout, les maisons sont décorées de motifs colorés. En fin d'excursion, ils passèrent auprès d'un fleuron appenzellois: la brasserie où est brassée la célèbre bière Qöllfrisch.





Au cours de cette semaine d'excursion, les Jeudistes découvrirent également Brüllisau et le Sämtisersee, ainsi que le Hoherkasten et sa vue étendue sur le lac de Constance. Puis ils partirent d'Urnäsch, mondialement connu pour la fête de St-Sylvestre où masques et chapeaux rivalisent d'originalité, ses *Chläuse* allant de ferme en ferme avec leurs sonnailles et leur *Yodel*.



Gaston Collet - 105 ans

Une excursion marquante fut celle à l'Ebenalp par un jour de fort foehn, ce qui obligea les Jeudistes à redescendre en plaine à pied, le téléphérique ayant été stoppé à cause des rafales de vent… Mais auparavant, ils purent visiter l'Ermitage et la Chapelle de plein Air qui ont abrité en 1621 un ermite: le père Philippus Tanner, ainsi que la célèbre auberge Äscher accolée à la paroi.

Mais l'évènement qui fut incontestablement le clou de cette semaine clubistique fut le cours de Yodel et de *Thalerschwingen* donné par le pittoresque conservateur du musée des traditions d'Urnäsch et musicien professionnel: Walter Frick.

Connu comme le loup blanc dans son canton, Wälti décrit les particularités du costume avec son gilet rouge, ses bretelles garnies de plaques en cuivre repoussé et, avant tout sa boucle d'oreille, signe distinctif des «vrais» Appenzellois.

Puis vint le cours de Yodel, chant particulier utilisant à la fois la voix de tête et de basse. Ce chant porte à longue distance et permettait aux bergers de communiquer d'alpage en alpage. Wälti scinda l'assemblée en trois groupes de chanteurs qui s'efforcèrent de produire des gammes de «yo, yo, yo» dans leur tessiture. Une fois réuni, l'ensemble était censé être harmonieux… Mais de garder une juste tonalité n'est pas évident! Enfin, pour créer un fond sonore, il faut faire rouler une pièce en argent dans un bol à écrémer le lait. C'est le «Thalerschwingen» et c'est magnifique!

Et voilà, la semaine se termine bien à regret tant la région a enchanté les Jeudistes.

Superbe paysage tout en géométrie
Somptueux exemple des fabuleuses églises appenzelloises
Belle photo de groupe… sur laquelle il manque malheureusement le photographe Bernard Joset



Activités familles: week-end escalade au chalet Lacombe

5-6.9.2026 | Escalade en famille | Chef de course: Benjamin Krieger

par Benjamin Krieger

Pour ce week-end d'escalade au chalet Lacombe, le groupe se retrouve avec pas moins de 19 participants: 9 adultes et 10 enfants. Un joli petit groupe, bien motivé pour profiter des derniers beaux jours et partager deux journées de grimpe, de montagne et de vie collective.

Rendez-vous est donné à 10h30 au col de la Pierre du Moëllé. Le trafic sur l'autoroute en décidera autrement: un accident provoque un important bouchon et les derniers participants n'arrivent finalement qu'aux alentours de 11h40. Ce n'était pas le détour à Décathlon de Véro cette fois-ci!

Une fois tout le monde réuni, nous déposons rapidement les courses au chalet, histoire d'éviter de les faire cuire dans les voitures, puis nous prenons la direction du secteur Chouette. Il faut compter environ 45 minutes de montée. Le chemin nous réserve notamment une rencontre avec un troupeau de génisses et de veaux. Certains enfants restent un peu méfiants, tandis que d'autres trouvent la situation plutôt amusante. Chacun avance à son rythme, en gardant malgré tout un œil attentif sur nos nouveaux compagnons de randonnée.

Pendant ce temps, Véro se charge d'ouvrir les volets du chalet, d'installer les bancs et de préparer les lieux pour notre arrivée.

Nous atteignons finalement le secteur Chouette. Avant toute chose, place au pique-nique. James, Véro, Tanguy et Benjamin s'occupent ensuite d'installer les cordes pendant que les enfants commencent à s'équiper. Le temps est magnifique: soleil, chaleur et ciel dégagé. Les enfants grimpent, chacun à son niveau, pendant que d'autres profitent de l'espace au pied des voies pour jouer au frisbee ou au football. Petit à petit, tout le monde trouve son activité et participe à sa manière à cette belle après-midi.

Vers 16h, il est temps de quitter le site et de redescendre vers le chalet. À notre arrivée, les enfants découvrent rapidement les jeux de société et s'installent dans une nouvelle activité. Quelques-uns des plus téméraires trouvent également différentes façons de faire quelques petites bêtises du côté des bachas. Rien de bien grave, mais suffisamment pour rappeler que 10 enfants dans un chalet ne restent jamais très longtemps sans trouver quelque chose à explorer! Pendant ce temps, les adultes se mettent rapidement au travail. Une bouteille de vin blanc est ouverte, quelques bières apparaissent, et les légumes commencent à être découpés pour préparer une grande quantité de bolognaise. Jean S. se lance même dans la préparation de sa première sauce à salade, avec succès!

La cuisine pour 19 personnes demande toutefois quelques ajustements. Il faut choisir les bonnes casseroles, chercher les ustensiles adaptés et parfois se demander où l'on va bien pouvoir mettre tout ce qu'il faut cuire. Il faut reconnaître que le matériel du chalet est tout à fait adapté à nourrir une petite colonie.

Les enfants attaquent l'apéritif avec des chips pendant que les adultes s'activent autour des fourneaux. Pour rendre l'eau potable, nous la faisons bouillir et préparons également de grandes quantités de tisane à la verveine. Le feu de bois devient rapidement le centre névralgique de la soirée.

C'est alors que le Mont d'Or se couvre d'un rouge intense au coucher du soleil. Les opérations de cuisine sont momentanément interrompues, pour immortaliser ce moment presque irréel.







Grimpe dans le secteur Chouette et paysage



Puis chacun retourne à sa tâche. Lorsque le repas arrive enfin sur la table, tout le monde est bien content de pouvoir se restaurer. La journée d'escalade et la montée jusqu'au secteur Chouette commencent à se faire sentir. L'ambiance reste joyeuse et conviviale, mais le rythme est désormais un peu plus calme. Chacun apprécie simplement de pouvoir s'asseoir, manger et profiter de ce moment tous ensemble. Et surtout, il faut reconnaître que nous arrivons finalement au bout de tout ce qui devait être mangé!

Les enfants rejoignent progressivement leurs couchages. Vers 21h, les plus jeunes sont déjà au lit. Les plus grands enfants dorment ensemble dans un dortoir, tandis que les plus petits s'installent à proximité de leurs parents dans les dortoirs communs.

Pour les adultes, la soirée se poursuit avec une activité beaucoup moins spectaculaire mais incontournable: une interminable vaisselle. Les dernières lumières s'éteignent finalement vers 23h30. Malgré quelques ronflements qui viennent ponctuer la nuit, tout le monde semble avoir passé une bonne nuit.

Le dimanche matin, le chalet se réveille tranquillement vers 7h30. Le feu est relancé et l'eau est mise à chauffer pour le thé et le café. Les tresses précuites sont enfournées pendant que la pâte à pancakes est préparée selon la recette de Benjamin, sous les instructions attentives de Nicolas. Le petit-déjeuner est copieux et permet à chacun de reprendre des forces avant une nouvelle journée d'escalade.

Pendant que les adultes s'attaquent au rangement du chalet, les enfants trouvent également une occupation bien plus sympathique: ils vont nourrir les cochons du voisin avec les épluchures de la veille et les quelques rares restes qui ont échappé à notre appétit collectif. Une mission prise très au sérieux, qui permet aux enfants de participer eux aussi à la vie du chalet tout en laissant les adultes s'occuper de la vaisselle, du balayage et de la panosse.

Puis vient le moment de refermer définitivement le chalet. Nous nous mettons ensuite en marche pour rejoindre le secteur du Chien qui dort.

Nous arrivons vers 11h. Les voies se trouvent à proximité d'un grand pin qui nous offre une ombre particulièrement bienvenue. Les conditions sont agréables et permettent de grimper confortablement jusqu'à environ 15h.

Parents et enfants se relaient dans les voies. Les adultes ont l'occasion de constater les progrès réalisés par les enfants depuis notre première sortie de la saison à Saint-Triphon. Certains grimpent désormais avec davantage d'assurance, plus de confiance et surtout beaucoup de plaisir. Quelques enfants se lancent également dans l'assurage, toujours sous la surveillance attentive des adultes. Une nouvelle étape dans leur progression et une belle manière de prendre progressivement davantage de responsabilités dans l'activité.



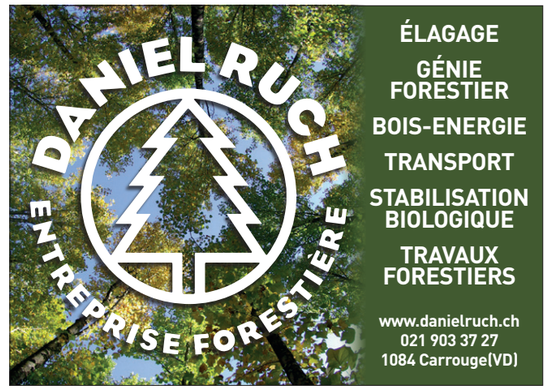
Vers 15h, il est temps de ranger le matériel et de reprendre la direction du parking. Le groupe se sépare finalement ici, chacun repartant de son côté après ce beau week-end partagé.

Un grand merci à toutes les familles pour leur bonne humeur, leur enthousiasme et leur confiance. Merci également à tous les encadrants et à celles et ceux qui ont contribué à la réussite de ce week-end, que ce soit dans les voies, sur le chemin ou autour des fourneaux. Entre l'escalade, les jeux des enfants, les repas préparés à plusieurs, le feu de bois, les petites aventures du chalet et ce magnifique Mont d'Or embrasé au coucher du soleil, ce week-end aura été un très beau moment de vie collective.

À bientôt pour la prochaine aventure!

Grimpe dans le secteur Chien qui dort
Mont d'Or embrasé

Publicité



Les membres du CAS Payerne et du CAI Rivarolo réunis devant le lac de Louvie (recto et verso)

En bas : Montée à la cabane de Mille par la crête du Mont Brûlé





Petit tour du Val de Bagnes

6-9.8.2026 | SOUS-SECTION DE PAYERNE | Chef de course: Gilles Pahud

Randonnée – Dénivelé env. 3300 m – env. 38 km en 4 jours – T3/T4

par Gilles Pahud

Quatre jours pour faire vivre le jumelage

Du 6 au 9 août 2026, dix membres du CAS Payerne et sept participants du CAI Rivarolo se sont retrouvés pour randonner dans le Val de Bagnes. Quatre jours de montagne, mais surtout de rencontres, de partage, de rires et de découvertes.

Notre présidente, qui avait minutieusement préparé ces journées, n'a malheureusement pas pu être présente. Il a donc fallu relever ce défi à plusieurs: chacun a pris en charge différentes tâches afin de permettre à cette belle rencontre de se dérouler dans les meilleures conditions.

Des premiers pas encore timides

Jeudi matin, les deux groupes se retrouvent au Châble. L'ambiance est chaleureuse, mais chacun reste encore naturellement un peu avec les siens.

Après le trajet en remontée mécanique vers Bruson, les discours de bienvenue en français et en italien lancent officiellement le séjour. Il faut ensuite trouver le rythme du groupe, veiller à garder tout le monde ensemble et, pour ma part, m'habituer à mon nouveau rôle. Une première portion particulièrement raide provoque d'ailleurs quelques réactions amusées: « Est-ce que ce sera toujours comme ça? »

À La Pasay, nous partageons un apéritif et un pique-nique. Le gâteau payernois, apporté pour l'occasion, permet de faire découvrir une spécialité emblématique de notre région à nos amis italiens. Nous poursuivons sur les crêtes, par le Mont Brûlé, avec une météo idéale et de magnifiques panoramas, jusqu'à la cabane de Mille.

Le premier soir, les deux groupes restent encore relativement séparés et les échanges se font principalement entre compatriotes. Les jeux organisés par les Payernois permettent néanmoins de passer une soirée conviviale.

Et puis arrive ma fameuse annonce des horaires: « Déjeuner à la siete, départ à la ocho de la mañana. » Mon espagnol approximatif devient rapidement une plaisanterie commune… qui nous suivra durant tout le séjour.

Le groupe se forme

Vendredi matin, douze participants choisissent la variante alpine par le Mont Rogneux, dont les sept italiens. La météo est magnifique. La montée vers le sommet, à 3084 m, se fait tranquillement. En haut, le panorama sur le Grand Combin est exceptionnel. Nous profitons d'une longue pause entre rires et quelques démonstrations improvisées de muscles!

La descente, plus technique, nous mène jusqu'à la Gouille du Rogneux. Nous poursuivons jusqu'à la buvette de Pindin pour partager un verre avant de rejoindre la cabane Brunet où nous retrouvons le deuxième groupe de marcheurs qui a suivi un chemin plus direct.

Le soir, le changement est frappant: les tables sont complètement mélangées. Suisses et Italiens discutent, les verres circulent et les jeux réunissent tout le monde. Le jumelage commence réellement à prendre vie.





Chaleur, montagne et baignade

Samedi, certains participants prennent le bus pour éviter une longue descente. Mais sur la petite route de montagne, entre circulation difficile et passages étroits, le bus prend du retard. Une aventure qui permet finalement aux marcheurs d'arriver presque avant ceux qui avaient choisi le bus.

À Fionnay, nous prenons le temps de manger une bonne morce avant d'attaquer la montée vers la cabane de Louvie. Après une belle ascension avec le Grand Combin en toile de fond, nous atteignons notre but.

L'après-midi, changement d'ambiance: direction le lac de Louvie pour une baignade bien méritée. Tout le monde profite de ce moment de détente et de franches rigolades.

En fin de journée, nous avons tous rendez-vous devant la cabane pour la photo de groupe. Pour l'occasion, tous les participants du CAS Payerne ont revêtu le T-shirt des 100 ans du club. Une belle image de notre rencontre!

Lors du repas du soir, les échanges se font en français, en italien, en anglais et en espagnol. Les discussions et les jeux se poursuivent ensuite jusqu'à l'extinction des feux. Nous avons juste le temps de terminer notre partie avant que tout ne s'éteigne!

Un dernier chemin ensemble

Dimanche matin, les désormais célèbres « siete » et « ocho de la mañana » rythment une dernière fois le départ.

Nous quittons la cabane de Louvie en direction de Verbier par le magnifique sentier des chamois, au cœur de la réserve naturelle du Haut-Val de Bagnes. Nous rejoignons finalement les remontées mécaniques et partageons un verre avant de prendre les cabines qui nous ramèneront à notre point de départ. À notre arrivée, la présidente et quelques membres historiques du jumelage sont là pour nous accueillir chaleureusement. Une demi-meule de raclette régionale et deux bouteilles de vin de Payerne sont offertes à nos amis italiens. Les dernières discussions se prolongent autour des bouteilles partagées, comme si personne n'avait vraiment envie que ces quatre jours se terminent.

Plus qu'une randonnée

Ces quatre jours m'ont permis de découvrir une autre facette de notre club. Habitué à l'alpinisme, j'ai eu beaucoup de plaisir à partager ces moments avec les randonneurs du CAS Payerne et à mieux connaître celles et ceux qui font vivre le club.

Mais surtout, j'ai compris plus profondément ce que représente un jumelage. Ce n'est pas simplement une rencontre entre deux clubs: c'est créer des liens, partager une aventure commune et faire vivre une amitié au-delà des frontières. Au fil des kilomètres, des montées, des repas, des jeux, des baignades et des verres partagés, le CAS Payerne et le CAI Rivarolo ont progressivement cessé d'être deux groupes distincts pour devenir une seule équipe, réunie par la même passion de la montagne.

Et finalement, c'est peut-être cela le véritable sommet de ces quatre jours.

Ci-dessus : Vue spectaculaire sur le massif des Combins

Publicité



À la découverte des itinéraires autour de l'A Neuve, cabane bientôt centenaire

28-29 juin 2026. Un week-end entre chefs de courses et adjoints dans le cadre des 100 ans de la cabane en 2027.

par Olivia Sandri, co-organisatrice de l'événement



La cabane de l'A Neuve face au Mont Dolent



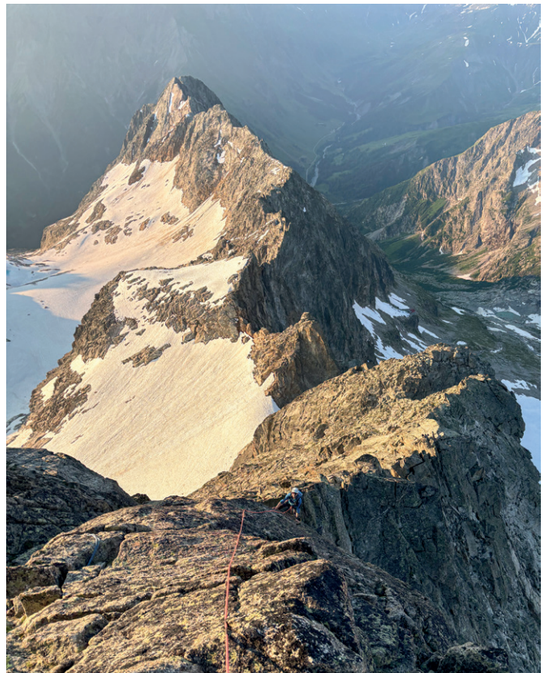
Le soir, Raoul fait un topo détaillé aux CdC et adjoints

Fin juin, une équipe de chefs de courses et adjoints de notre section s'est retrouvée dans le Val Ferret pour un week-end un peu particulier: partir à la découverte de plusieurs itinéraires alpins autour de la **cabane de l'A Neuve**, remis au goût du jour ou nouvellement équipés par le guide local Raoul Crettenand, sur mandat du CAS Diablerets. C'est Massimo Sandri, préposé de la cabane de l'A Neuve, qui est à l'origine de cette initiative. L'équipe des 100 ans de l'A Neuve, autour de Massimo, et l'équipe des partenariats de la section, autour de David Roethlisberger, ont réuni le tour de table nécessaire pour ce rééquipement.

Pour plusieurs participants, l'aventure commence par une véritable découverte. «Nous avions initialement d'autres plans pour ce beau dernier week-end de juin», racontent Jérémy et Adrien. «Toutefois, lorsque nous avons eu vent de cette opportunité de découvrir ce beau vallon dans lequel ni lui ni moi n'avions jamais mis les pieds, nous avons rapidement saisi l'opportunité.»

Le chemin depuis La Fouly jusqu'à la cabane se mérite ce week-end-là. La chaleur est écrasante et chacun apprécie les quelques occasions de se rafraîchir dans la rivière. Après la montée, la cabane de l'A Neuve apparaît comme une belle récompense, d'autant que son dortoir vient tout juste d'être rénové. Sur place, l'accueil de Martine Gabioud contribue largement à l'ambiance. Tartes maison, repas réconfortants et bonne humeur accompagnent les chaleurs caniculaires. «L'accueil de Martine est royal, et ses tartes délicieuses», résume Adrien.

Mais le véritable intérêt de ce week-end est aussi là: autour de la table, les discussions vont bon train. Les chefs de courses de la section peuvent échanger sur leurs pratiques, leurs expériences et les itinéraires du secteur. Et surtout, ils bénéficient directement des connaissances et conseils de Raoul Crettenand, lui aussi présent. Il prend le temps de présenter les différents projets et de transmettre aux participants toutes les informations utiles. «Je crois que je n'ai jamais eu droit à un topo autant détaillé avant une course!», constate l'un des CdC présents.



Déjà au soleil dans la montée au Grand Darrey



Fabien au sommet de la Grande Luy



Dans la voie Légende d'Automne, *juste au-dessus de l'A Neuve, le samedi après-midi*



Les cordées progressent bien

Grand Darrey – Petit Darrey: une traversée alpine

Le lendemain, réveil matinal: les cordées prennent leur petit-déjeuner à 3h afin d'être de retour avant les orages annoncés.

Quatre cordées (dont une menée par Raoul et une autre par l'aspirant-guide Adrien Dumas) se lancent dans la **traversée du Grand Darrey au Petit Darrey**. L'approche nocturne se fait derrière le guide, qui connaît le terrain comme sa poche. Au col, les premières lueurs apparaissent et le soleil accompagne les premières longueurs. La montée au Grand Darrey par l'arête sud-est réserve de belles surprises. «Le rocher rouge est superbe et les belles longueurs s'enchaînent jusqu'au sommet du Grand Darrey sans grandes difficultés», raconte Romain.

La traversée change ensuite radicalement d'ambiance. Désescalades, traversées et rappels conduisent progressivement vers le Petit Darrey. Le rocher, lui, devient plus instable et requiert un pied de chamois.

Jérémy et Adrien apprécient particulièrement la logique du nouvel itinéraire: «La traversée est très esthétique, et en fait un itinéraire très logique.»

Olivia et Massimo, restés à la cabane, jumellent les cordées gravissant la Tour Rouge, qui se conclut par un rappel plein gaz dans une belle ambiance.

Après encore un peu de désescalade et plusieurs rappels, les cordées retrouvent les restes du glacier mourant – désormais plutôt un vaste névé – puis la cabane. Et comme souvent en montagne, les efforts de la journée trouvent leur récompense autour d'une bonne table. «Pile à l'heure pour une bonne croûte au fromage!»

Grande Lui: une autre façon de découvrir le secteur

Pendant que les cordées du Grand Darrey progressent sur leur traversée, une autre cordée se dirige vers la **Grande Lui (ou Grand-Luy)**, afin de la parcourir en aller-retour, sur la voie partiellement nouvelle équipée par Raoul Crettenand.

L'approche nocturne sur les dalles donne à Alex et Fabien quelques difficultés d'orientation, mais le glacier et la rimaye sont ensuite bien vite franchis malgré le manque de regel. La traversée de l'arête, réalisée jusqu'au sommet puis en retour, comporte quelques passages d'escalade de niveau III-IV, notamment sur l'arête sud-est.

Même lorsque les courses sont différentes, les cordées restent connectées: arrivés au pied des rappels du col de Saleinaz, Alex et Fabien patientent un moment en attendant de voir arriver les trois premières cordées du Grand Darrey.

De nombreuses belles voies d'escalade en granit

Plusieurs cordées ont profité de l'occasion pour découvrir quelques-unes des belles voies d'escalade, équipées ou en terrain d'aventure, qui se trouvent à proximité de la cabane.

Alex et Fabien, qui ont pu monter le jeudi à la cabane, ont ainsi parcouru *Merci les Amis!* au pilier des Essettes, un peu en dessous de la cabane, et le lendemain l'Arête des Druides dans le versant sud du Grand Darrey. Ces deux grandes voies se faufilent sur un granite magnifique et ensoleillé. Un petit jeu de friends est d'ailleurs nécessaire pour les quatre voies, typées «terrain d'aventure», du Grand Darrey, dont trois ont été ouvertes par Michel Piola.

Malgré l'orage annoncé pour le samedi après-midi, les cordées Adrien (Dumas) et Olivia, suivis de près par Jérémy et Romain, une fois le sac allégé, sont partis se dégourdir les bras dans la petite grande voie *Légende d'Automne*, qui se trouve juste au-dessus de la cabane. Une très belle escalade, entièrement équipée et jamais vraiment difficile, même si les premiers mètres réveillent rapidement. Une fois le sommet atteint, les rappels dans la face sont vite enchaînés et les deux cordées arrivent à la cabane peu avant les premières gouttes.

Un week-end, et bientôt un siècle d'histoire

Au-delà des courses elles-mêmes, ce week-end avait une saveur particulière. La **cabane de l'A Neuve fêtera en effet ses 100 ans en 2027**. Plusieurs événements sont déjà en préparation pour célébrer ce siècle d'histoire, de montagne et de vie associative.

Le week-end de juin s'inscrit dans cette dynamique: faire connaître les itinéraires qui entourent la cabane aux chefs de courses de la section afin qu'ils y emmènent d'autres clubistes et susciter l'envie de monter voir Martine dans ce magnifique Val Ferret.

La dynamique s'est d'ailleurs poursuivie durant l'été avec une semaine de résidence artistique en juillet, organisée en vue des festivités qui marqueront l'été 2027. La montagne, l'histoire de la cabane, mais aussi les regards artistiques portés sur ce lieu se mêleront ainsi aux célébrations du centenaire.

Un grand merci à **Massimo et Olivia** pour l'organisation, à **Raoul Crettenand** pour le partage de ses connaissances et son travail sur les itinéraires, à **Adrien Dumas** pour son accompagnement, à **Martine Gabioud** pour son accueil à la cabane, et à toutes les cordées pour leur enthousiasme et leurs retours d'expérience. Bravo à la Commission des Cabanes pour la cabane qui vient d'être joliment rafraîchie à la veille de son centenaire, tout en gardant son cachet historique unique. Et merci à la **Commission d'Alpinisme** et au **Comité** de la section pour leur soutien!

FRANÇOIS SPORTS

PARTENAIRE DE VOTRE VIE SPORTIVE DEPUIS 1985



Alors ... prêts pour la saison des sports d'hiver ?

WINTER SHOP | ROUTE DE ROMANEL 15 | 1121 BREMBLENS