



Photo : E. Freitas

Groupe Jeunesse - AJ / OJ

Groupe AJ	Romain Wuilloud - romain.wuilloud@hotmail.ch - 079 635 44 74
Groupe OJ	Sébastien Rouiller - sebastien.rouiller@bluewin.ch - 078 809 61 21

Activités J+S pour les jeunes de 10 à 14 ans (AJ) et de 15 à 22 ans (OJ), accompagnés d'un guide de haute montagne et de moniteurs J+S.

Pour découvrir la montagne en toute sécurité!

Les groupes jeunesse sont l'avenir de notre section. Une grande partie de nos chefs de course actuels sont issus des groupes AJ et OJ.

Nous comptons sur vous, parents, pour motiver vos enfants à rejoindre nos activités!

	Groupe AJ	Groupe OJ
Programme hiver		
13 déc		Petite excursion ski - sécurité DVA
21 déc	Initia. peau de phoque&DVA	
27-29 déc		Camp Noël excursion ski-freeride
28-30 déc	Camp d'hiver Lötschental	
10 janv		Escalade sur glace en Valais
24-25 janv	Initiation et excursion à ski - Jeunes du Valais au Simplon	
08 févr	106ème CAS M-V : autour de la Plaine Morte Journée ski de rando du CAS M-V	
19-21 févr		Camp Carnaval excursion ski
01 mars	Rando et freeride Ovronnaz	
07 mars		Freeride aux abords station de ski
15 mars	Rando et freeride Moosalp	
07-09 avril	Camp rando&freeride Binntal	
09-11 avril		Camp Pâques excursion ski-freeride
Programme été		
25 avr		Via ferrata
10 mai	Escalade sur rocher	
24 mai	Escalade sur rocher	
31 mai		Escalade sur rocher en Valais

Cabane des Violettes	www.cabanedesviolettes.ch
Gardiens	Franck Reynaud & Pierre-Olivier Bagnoud 027 481 39 19 info@cabanedesviolettes.ch

Notre cabane vous attend, venez lui rendre une petite visite. Elle ouvrira ses portes dès les premières neiges au début décembre, en fonction de l'ouverture du domaine skiable. Sur la saison d'hiver, si vous voulez vous arrêter goûter aux plats de l'équipe de Franck Reynaud, il est nécessaire, même pour nous, membres du CAS Montana-Vermala, de réserver une table. Pour la saison d'été, elle vous accueillera dès la fin juin jusqu'à la mi-septembre. Pour celles et ceux qui n'ont pas encore passé une nuit dans notre cabane, il n'est jamais trop tard, l'année 2026 sera peut-être la bonne !

A définir	AG des Amis de la Cabane p.robry@bluewin.ch	079 431 09 60
-----------	--	---------------



Groupe Jeunesse - AJ / OJ

	Groupe AJ	Groupe OJ
Programme été		
07 juin	Escalade sur rocher	
13 juin		Alpinisme: course d'arête
21 juin	Initiation rappel sur rocher	
06-10 juil	Camp escalade Bürglütte	
26 juil	106ème CAS M-V : autour de la cabane des Violettes: marche, VTT, escalade, parcours-aventure puis repas à la cabane. Non membres du CAS M-V bienvenus	
12 août		Canyoning en Valais
30 août	Escalade	
12-13 sept		Camp canyoning au Tessin
20 sept	Escalade	
04 oct		Escalade sur rocher
15-18 oct		Camp d'escalade
22-25 oct	Petit camp d'escalade	
14 nov		Via ferrata
28 nov		Escalade en salle
Début déc	Soirée AJ-OJ CAS Montana-Vermala	



Dent de Morcles
Photo : RVRey

CAS Montana-Vermala	www.casmontana.ch
Présidente	Nicole Leprat 079 227 16 88 nicole.leprat@gmail.com

Secrétaire	Roberta Martinelli O'Neil 079 789 94 15 rmartinelli.0neil@hotmail.com
Caissier	ad interim

Gestion des Membres	Joëlle Tonascia-Declercq 078 788 42 66 gestionmembres.casmv@hotmail.com
---------------------	---

Groupe Jeunesse	Sébastien Rouiller 078 809 61 21 sebastien.rouiller@bluewin.ch
-----------------	---

Commission des Courses	Jérôme Nanchen 079 633 36 53 jerome.nanchen60@gmail.com
------------------------	---

Com. Cabane&Comm.	Etienne Reignoux 079 375 97 79 communication@casmontana.ch
-------------------	---

Com. Nature&Environ.	Joëlle Tonascia-Declercq 078 788 42 66 tonascia.joelle@gmail.com
----------------------	---

Chefs de course - Formation et soirée des chefs de course

Contact : Jérôme Nanchen - jerome.nanchen60@gmail.com - 079 633 36 53

Toutes les activités du CAS ne peuvent pas être mises sur pied, sans la prise en charge des sorties par nos chefs de course. Les 2 sections mettent sur pied chaque année un cours de formation continue à leur attention. Une soirée est organisée en septembre pour la planification des courses de l'année suivante.

18 janv	Formation continue hiver pour chefs de course
25 sept	Soirée des chefs de course CAS Montana-Vermala et CAS Monte Rosa, groupe de Sierre



Dent de Pénestrel - OJ
Photo : S. Rouiller

Programme Courses 2026



Mot de Bienvenue

Chers.ères ami.e.s clubistes,

L'année 2026 sera l'année de nos 100 ans... 106 ans plus précisément !

Trois évènements commémoreront ce jubilé. Deux journées (hiver-été) «ouvertes» aux non-membres seront proposées autour de la Plaine Morte et de la cabane des Violettes.

La commémoration officielle aura lieu le 6 mars 2026, mois identique à la fondation de notre section, lors d'une soirée table ronde à la Fondation Opale.

Réservez déjà ces dates de festivités !

Par ce programme des courses 2026, jumelé comme chaque année avec celui du CAS Monte Rosa, groupe de Sierre, nous avons cherché à vous proposer un grand choix de courses variées pour satisfaire chacune et chacun d'entre vous, quel que soit votre niveau.

Mis à part les diverses formations, selon la saison, «préparation», «avalanche», cours de répétition pour les chefs de course «hiver» ainsi que «1^{er} de corde», vous découvrirez deux journées organisées par la commission «Nature&Environnement».

Inscription aux courses : Les inscriptions pour les courses d'un jour s'ouvrent 1 mois avant la sortie, alors que pour celles de plusieurs jours, elles peuvent se faire dès que possible. Pour les randonnées à ski, priorité est donnée aux personnes ayant suivi récemment un cours avalanche ou une formation DVA.

Je vous souhaite une magnifique année 2026, de profiter pleinement de nos belles montagnes et des réjouissances du 106^{ème} !

Nicole Leprat – Présidente



Mattmark
Photo : RVRey

Date	Courses 2026	Chef de course	Description	D+ / D- : dénivelés
20 déc	Grand-Saint-Bernard	Adrien Perruchoud adrien.perruchoud@gmail.com	Randonnée à ski paisible pour retrouver les sensations sur les skis, suivie d'une soupe à l'hospice.	
21 déc	Cours avalanche	Christophe Rey - 079 698 32 65 christopherey@netplus.ch	Formation de base sur le matériel ainsi que le comportement à adopter lors d'une sortie en randonnée. Coût 60.-/personne.	
27 déc	Formation avalanche avec guide	Adrien Perruchoud adrien.perruchoud@gmail.com	Initiation et entraînement indispensable en début de saison hivernale.	
28 déc	Pic Chaussy (2351m)	Laurent Ducry - 079 577 21 89 lducry@hotmail.com	PD, 850 m D+: avec montée progressive en passant par des forêts enneigées et des alpages ouverts.	
10 janv	Rando à ski: tour facile au départ de la Plaine Morte	Etienne Reignoux - 079 375 97 79 etienne@reignoux.com	F, 1000m D+ max.	
10 janv	Wyssbodenhorn/Simplon (2623m)	Valentin Dalla Palma - 077 484 65 22 valentindallapalma@gmail.com	PD, 1000m D+.	
18 janv	Formation continue hiver pour chefs de course	Christophe Rey - 079 698 32 65 christopherey@netplus.ch	Formation continue validée par le CAS pour la reconnaissance des chefs de course.	
18 janv	Col de la Roue (2675m)	Jérôme Bétrisey - 079 339 72 45 fdevanthery@hotmail.com	PD, 1200m D+: une classique dans notre région.	
24 janv	Signalhorn (2907m)	Thomas Neven-Scharnigg - 079 477 52 80 tnevenscharnigg@gmail.com	PD+, 785m D+, 1695m D-: depuis les remontées d'Eischoll (Magic Pass).	
31 janv	Wildstrubel (3244m)	Célien Melly - 079 132 14 55 mellycelien@gmail.com	PD, 510m D+: demande un bon niveau de ski en hors piste, de la station supérieure du téléphérique de la Plaine Morte à la Gemmi.	
07 févr	Pointe de Tourtemagne (3081m)	Etienne Reignoux - 079 375 97 79 etienne@reignoux.com	PD, 1200 D+.	
07 févr	Bella Vourada (2621m)	Carlo Maino carlo.maino@maino.ch	PD: randonnée à ski.	
08 févr	106ème CAS M-V : autour de la Plaine Morte	Adrien Dalla Palma - 079 931 48 02 adriendallapalma@gmail.com Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99 jprey62@gmail.com	Randonnées à ski de différents niveaux, pour les intéressés de 10 à 106 ans, suivies d'un repas en commun à la cabane des Violettes. Non membres du CAS M-V bienvenus.	
08 févr	Initiation freeride dans le Val d'Anniviers	Thomas Neven-Scharnigg - 079 477 52 80 tnevenscharnigg@gmail.com	AD-: pour se faire plaisir ou pour perfectionner sa descente hors piste. Aisance en toutes neiges en pente jusqu'à 35 env. (Magic Pass).	
14 févr	Grande Dent de Morgles (2968m)	Thibaud Berthollet - 076 309 88 26 thibaud.berthollet@gmail.com	PD+, 1000m D+: installations d'Orvonnaz, passage dans la plaine d'Euloi, puis par le col du Fenestral jusqu'au sommet.	
15 févr	Pas de Lovégno (2695m)	David Wannier david.wannier@bluewin.ch	PD, 1000m D+.	
21 févr	Epaule du Bortelhorn (2987m)	Adrien Dalla Palma - Noah Mounir adriendallapalma@gmail.com 079 931 48 02	AD-, 1500m D+: depuis le virage de Berisal sur la route du Simplon, vue magnifique sur la plaine du Rhône.	
21 févr	Pointe du Tsaté (3078m)	Pascal Budon - 079 818 06 89 budon@netplus.ch	PD, 1300 D+.	
06 mars	106ème CAS M-V : soirée officielle et table ronde	Nicole Leprat - Sébastien Rouiller	Fondation Opale, Lens: programme de la soirée communiqué ultérieurement.	
07 mars	Holzerspitz (2656m)	Valentin Dalla Palma - 077 484 65 22 valentindallapalma@gmail.com	PD, 1100m D+: Binntal.	
07 mars	La Brinta (2600m)	Carlo Maino carlo.maino@maino.ch	D+, 1200m D+: depuis St-Jean.	
14 mars	Défi des Faverges	Xavier Robyr - 076 428 03 98 xr@bisasierre.ch	Soyez bénévoles sur le parcours, avec le CAS Montana-Vermala au Grand-Bonvin ou alors sur un autre poste en station, entre Vermala et l'arrivée. L'organisation compte sur votre présence ! Merci.	
04 avr	Le Métailler (3'200m)	Etienne Reignoux - 079 375 97 79 etienne@reignoux.com	PD, 1480m D+: depuis Siviez.	
17-19 avr	Mini Haute Route CAS Monte Rosa - Sierre	Thomas Neven-Scharnigg - 079 477 52 80 tnevenscharnigg@gmail.com	Alpes bernoises: sortie d'hiver avec guide.	
25-26 avr	L'Évêque (3717m)	Célien Melly - 079 132 14 55 mellycelien@gmail.com	AD, 1748m D+: sur 2 jours. Très bon niveau de ski en toute neige. J1: Arolla-cabane des Vignettes. J2: cabane-Évêque.	
27-29 avr	3 jours entre Zinal et Zermatt	Vincent Bieri - 079 830 21 81 vbieri@proton.me	AD: J1: Montée cabane du Grand Mountet. J2: Trifthorn (3728m) en AR. J3: Traversée sur Zermatt via Col Durand et Abihorn. Evt. sommet du Mt. Durand.	
06 juin	Dent d'Hautaudon (1871m)	Olivier Brabant - 079 562 84 90 obrabant@gmail.com	PD, 3: par les Gais alpins, parking de l'Erié ou parking Gais alpins.	

Mille Mercis aux Chefs de course pour leur engagement et...

Date	Courses 2026	Chef de course	Description	D+ / D- : dénivelés
13-14 juin	Initiation 1er de cordeée	Christophe Rey - 079 698 32 65 christopherey@netplus.ch	2 journées encadrées par un guide à apprendre les bases de l'utilisation de la corde. Nous dormons à la maison. Prix 260.-/pers. minimum 5 personnes. Inscription jusqu'au 17 mai.	
13 juin	Vallon de They	Debbie Haslimann - 078 774 85 85 d.haslimann@hotmail.com	785m D+: randonnée pédestre.	
20-21 juin	Grand Cornier (3962m)	Olivier Brabant - 079 562 84 90 obrabant@gmail.com	AD: longue course, nuitée à la cabane de Moiry.	
20-21 juin	Bishorn (4151m)	Etienne Reignoux - 079 375 97 79 etienne@reignoux.com	F, 900 D+: alpi-neige depuis la cabane, montée à la cabane le samedi.	
20-21 juin	Week-end à Moiry	Renaud Jaillet renaud_01@hotmail.com	PD, 1100m D+: J1: Arête sud Pigne de la Lé. J2: Pointe de Mourt, puis tarte à la cabane.	
05 juillet	Ochsehorn (2913m) et Simelihorn (3124m) randonnée alpine	Jérôme Christen - 079 436 21 59 jeromec@tutanota.com	1500 D+, 7h: randonnée alpine T2 à T4: Visperterminen, télésiège de Giw (Magic Pass) - Giw - Ochsehorn - Blawe See - évt. Simelihorn - bisse du Heido - Gibidum See.	
11 juillet	Journée Nature & Environnement I	Joëlle Tonascia-Declercq - 078 788 42 66 tonascia.joelle@gmail.com	Secrets des plantes de nos contrées, animations par un/des spécialistes.	
18 juillet	Rando plaisir région Zermatt	Nicole Leprat - 079 227 16 88 nicole.leprat@gmail.com	T2-T3, 1000m D+, env. 5h: boucle à la découverte des lacs avec un magnifique panorama sur le Cervin et autres 4000 !	
19 juillet	Via ferrata du Daubenhorn Leukerbad	Noah Mounir - 079 526 57 28 noah.mounir@hotmail.com	K5-K6: du gaz, ça tire sur les bras, long mais magnifique. Un must !	
25 juillet	Journée Nature & Environnement II	Joëlle Tonascia-Declercq - 078 788 42 66 tonascia.joelle@gmail.com	Secrets des plantes de nos contrées, animations par un/des spécialistes.	
26 juillet	106ème CAS M-V : autour de la cabane des Violettes	Adrien Dalla Palma - 079 931 48 02 adriendallapalma@gmail.com Jean-Pierre Rey - 078 801 16 99 jprey62@gmail.com	Marche, VTT, escalade, parcours-aventure, puis repas à la cabane, pour les intéressés de 5 à 106 ans. Non membres du CAS M-V bienvenus.	
26 juillet	Monte Moro Pass (2845m)	Elisabeth Duay - 079 710 27 29 eduay@cassierre.ch	T3, 730m D+, 15km, 5h30: randonnée pédestre.	
08 août	Binn	Debbie Haslimann - 078 774 85 85 d.haslimann@hotmail.com	650m D+: randonnée pédestre à travers le parc paysager de Binn.	
14-16 août	Le Balcon de la Valgrisench (Aoste)	Elisabeth Duay - 079 710 27 29 eduay@cassierre.ch	1000 à 1500m D+/jour, 6h30: journée randonnée pour bons marcheurs. Nuitées en cabane.	
15 août	Aiguille du Boudri (2900m)	Olivier Brabant - 079 562 84 90 obrabant@gmail.com	Escalade (chaussons): 7 longueurs de 4C+ à 5B+. Départ de Saint-Luc ou Tignousa.	
22-23 août	Cabane du Vélan (2641m) Cabane Valsorey (3033m)	Jérôme Christen - 079 436 21 59 jeromec@tutanota.com	Rando alpine: T2 à T4: Bourg-St-Pierre – torrent du Valsorey par les échelles - cabane du Vélan (nuitée) – cabane Valsorey – chemin panoramique.	
05 sept	Dent de Nendaz (2462m)	Joëlle Tonascia-Declercq - 078 788 42 66 tonascia.joelle@gmail.com	T2, 1000m D+, 16km: rando en boucle depuis Siviez, retour par le bisse.	
05 sept	Vallon d'Arpitettaz	Carlo Maino carlo.maino@maino.ch	Randonnée "didactique" facile, pour découvrir la géomorphologie.	
19-20 sept	Besso (3667 m)	Olivier Brabant - 079 562 84 90 obrabant@gmail.com	AD: par arête SW, retour par voie normale. Zinal, nuitée à la cabane du Grand Mountet.	
25 sept	Soirée des chefs de course	Jérôme Nanchen - 079 633 36 53 jerome.nanchen60@gmail.com	CAS Montana-Vermala et CAS Monte Rosa, groupe de Sierre : partage d'infos et raclettes.	
26 sept	Tour du Grand Chavalard	Isabel Lebacq - 078 907 54 56 isabel.lebacq@netplus.ch	T3, 1100m D+, 15km, 6-7 heures : randonnée de difficulté moyenne pour bons marcheurs.	
26-27 sept	Traversée Teychaux - le Moléson	Elisabeth Duay - 079 710 27 29 eduay@cassierre.ch	T3 + J1 : 1000m D+, 5h30; J2: 500m D+, 3h30. Randonnée pédestre. Nuitée en cabane.	
26-27 sept	Rando plaisir Lax – Chäserstatt – Blitzingen	Xavier Robyr - 076 428 03 98 xr@bisasierre.ch	Belle balade sur les balcons de la vallée de Conches. Nuit à Chäserstatt.	
27 sept	Rando alpine en Gruyère	Vincent Bieri - 079 830 21 81 vbieri@proton.me	T5, 1550m D+: en boucle de Grandvillard : Vanil Noir, Vanil de l'Ecri et Pointe de Paray.	
04 oct	Cabane Ilhorn	Anne-Lyse Neyroud - 079 515 17 31	Facile et fun: sortie look rétro d'automne.	
30 oct	Dérue - Brisolée	Elisabeth Duay - 079 710 27 29 eduay@cassierre.ch	T2, 800m D+, 6km: randonnée.	
A définir	AG CAS Montana-Vermala	Nicole Leprat - 079 227 16 88 nicole.leprat@gmail.com	Suivie de la traditionnelle choucroute.	

... Excellente année 2026 en montagne! Que ce jubilé du "100^e" soit mémorable!