

Programme été 2026

Juin 2026

Jeudi 4	Le Salève Via Ferrata Nernier-Yvoire (RP)	Christa Hauchard F. Tupin + L. Gilardini Martine Roget
Samedi 6 Dimanche 7	Sortie flore Pointe de Bellevue Chemin des Bacounis-530m (RM) Sortie Vélo- Remise en selle	Antoine Proust Catherine Abello Marion Casari Marie Tessier
Jeudi 11	Tête des Fieux et Pelluaz Via Ferrata Alpages de Sémy -460m (RM)	Jacqueline Benand François Tupin Aude Gagnaire
Dimanche 14 Jeudi 18	Pointe de la Croix-700m (RM) Aiguille du Midi-Helbronner (HM) Rochers de Leschaux Pointe de Lachau (RM)	Nathalie Cadet Franck Tupin Isabelle Daniel Nathalie Cadet
Sam 20 + Dim 21 Dimanche 21	L'Evêque (HM) Tour de la Dranse Chalet de Mens – Pas de la Bosse Trois croix d'Autigny-300m (RP)	Franck Tupin Antoine Proust Nathalie Cadet Marion Casari
Jeudi 25	Crêtes de Floray – Lovenex Chalets de Pertuis-450m (RM)	Gaëtan Jäger Aude Gagnaire
Dimanche 28	De Bénévent à Ugeon Entre Lugrin et Saint Paul (RP)	Stéphane Lauvergeon Belén Garcia Martin

Haute-Montagne (HM) : Courses de Haute-Montagne

Rando Piano (RP) : sorties de demi-journée, à un rythme doux avec 400m de dénivelé maximum.

Rando Medium (RM) : sorties à la journée, à un rythme doux avec 800m de dénivelé maximum.

...Y en a pour tous les goûts...

Juillet 2026

Jeudi 2	Château d'Oche – Darbon Course à définir	Sylvie Rodriguez René Perrin
Samedi 4 Dimanche 5	Sortie flore Le Parmelan Les Chalets de Bétets- 460m (RM)	Antoine Proust Nathalie Cadet Nelly Frézier
Jeudi 9	Seytroux – Seytrouset Lac Bénit (RP) Descente du Rhône en canoë	Antoine Proust Martine Roget Laurence Gilardini
Dimanche 12 Dim 12 au Mar 14 Jeudi 16	Rocher de Traversière La Dôle-400m (RP) Réserve des Aiguilles Rouges Traversée des Bargys	Bernard Moreau Nelly Frézier Dominique Combeaud Gaëtan Jäger
Dimanche 19 Jeudi 23	Refuge de Plan Glacier Bisse de Clavau (Sion) (RP) Mont de Grange par Belair Les trente ponts de Morgins-400m (RP)	L. Gilardini + S. Lauvergeon Nelly Frézier Sylvie Rodriguez Nelly Frézier
Samedi 25 Dimanche 26 Jeudi 30	Pointe de l'Au Tête du Colonney Pic Boré- 800m (RM) Tête des Folllys – Pointe des Folllys Tête des Frêches- 430m (RM)	Carmen Campos René Perrin Bernard Moreau Antoine Proust Belén Garcia Martin

Mais aussi

Marche Nordique : Tous les samedis matin

Sorties VTTAE : Tous les mardis (avec François Tupin)

Soirées jeux ou cartes : les vendredis 18 septembre, 16 octobre et 20 novembre 2026

...et les goûts sont dans la nature

Août 2026

Samedi 1 ^{er} Dimanche 2	Sortie flore Le Reculet Passerelle Belle Etoile-600m (RM)	Antoine Proust Christa Hauchard Nelly Frézier
Jeudi 6	La Pointe Percée Signal des Voirons-300m (RP)	René Perrin Martine Roget
Dimanche 9 Merc 12 + Jeu 13 Jeudi 13	Croisse Baulet Séjour Via Ferrata Chalet Marianne Pointe des Mattes Lac de Nyon Guérin et Joux Plane - 340m (RP)	Carmen Campos Marianne Moreau Sylvie Rodriguez Nelly Frézier
Dimanche 16 Jeudi 20	Aiguille de Varan Boège-Habère-Lullin, le long de la Menoge (RP) Pointe des Martinets Pointes d'Angolon et Chamossière- La Bourgeoise-400m (RM)	Stéphane Lauvergeon Marion Casari J. Benand + G. Jäger Aude Gagnaire
Samedi 22 Sam 22 + Dim 23 Dimanche 23 Jeudi 27 Dimanche 30	Sortie flore Week-end au Chalet de Moléson- Randonnées de 400m (RP) Pointe des Arbennes et Tour d'Areu Pointe des Lindarets Chalets de Bo Morand-470m (RM) Fête du Club (90 ans)	Antoine Proust N. Frézier + M. Casari G. Jäger + S. Lauvergeon Carmen Campos Aude Gagnaire TOUS

Conduite à tenir pour les sorties



Les membres du Comité et de l'Encadrement sont des bénévoles, qui consacrent une partie de leur temps à se former, à préparer les sorties et le matériel, à repérer des itinéraires, réserver, organiser. Ils font de leur mieux pour que nos activités pourtant "à risque" se déroulent en toute sécurité. Par respect pour le temps qu'ils vous consacrent, vous pouvez leur faciliter le travail :

- en vous renseignant sur la sortie, le jeudi qui précède ou par téléphone auprès du chef de course
- en étant à l'heure au rendez-vous et avec le matériel adapté
- en adaptant votre rythme pour rester groupés
- en respectant les consignes (pauses toutes les heures, attente aux carrefours, signaler si l'on s'écarte du groupe, ne pas quitter la collective prématurément...)
- en ne critiquant pas le responsable et surtout pas devant les autres
- enfin, proposer un coup de main pour porter le matériel, faire le serre-file, participer à son niveau et remercier de temps en temps ... autant de gestes qui seront toujours très appréciés.

Septembre 2026

Jeudi 3	Cape au Moine Hameau de Graydon-420m (RM)	Christa Hauchard Aude Gagnaire
Dimanche 6	Sous-Dîne Bénévent-750m (RM)	Isabelle Daniel Bernard Moreau
Jeudi 10	Tête de Chalin	Jacqueline Benand
Sam 12 + Dim 13 Dimanche 13	Balcon des Aravis Pointe de Pelluaz- 750m (RM)	René Perrin Bernard Moreau Dominique Combeaud
Jeudi 17	Les Jumelles Via Ferrata Rochers de Naye Rando Les Rochers de Naye Le Môle-700m (RM)	François Tupin + Y. Brulport Laurence Gilardini Dominique Ehinger
Samedi 19 Dimanche 20	Sortie flore Pointe de Perret Chemin de la vigne et du sel (RP)	Antoine Proust Christa Hauchard Nelly Frézier
Mer 23 -Vend25 Jeudi 24	Séjour à Annecy Le Jallouvre Via Ferrata Bellevaux La Roche Palud (RP)	Laurence Gilardini Nathalie Nathalie François Tupin + Y. Brulport Martine Roget
Dimanche 27	Dents de Lanfon Niffion Tour d'Ardens-750m (RM)	S. Lauvergeon + S. Beau Antoine Proust Bernard Moreau

Octobre 2026

Jeudi 1 ^{er}	Pointe de Vorlaz Lac Damoz des Moulins-60m (RM)	Gaëtan Jäger Aude Gagnaire
Sam 3 + Dim 4 Dimanche 4	Week-End à Ubine (RM)	René Perrin C. Abello + N. Cadet
Jeudi 8	Aiguillette des Houches Petit Bargy Pointe de la Golèse-600m (RM)	Isabelle Daniel Nathalie Cadet
Sam10 + Dim 11 Dimanche 11	Remue- Ménage Ubine	TOUS
Jeudi 15	Pointe du Paradis Pointe des Jottis Mont Ouzon-640m (RM)	Dominique Combeaud Antoine Proust Nathalie Cadet
Samedi 17 Dimanche 18	Sortie flore Traversée de Pormenaz Mont Crevasse- 400m (RM)	Antoine Proust Bernard Moreau Nelly Frézier
Jeudi 22	Chesery – Cornebois Pointe de Sur Cou-650m (RM)	Jacqueline Benand Dominique Ehinger
Sam 24 + Dim 25 Dimanche 25	Festival La Salamandre Morges VD Lac du Brévent Sortie champignons à Jacquicourt	Franck Tupin Carmen Campos Nelly Frézier
Jeudi 29	Pointe de Chalune Via Ferrata	Catherine Abello François Tupin + Y. Brulport

Novembre 2026

Dimanche 1 ^{er}	Crêtes Hirmentaz – Miribel Lac d'Arvoin (RM)	Jean-Pierre Favre Marion Casari
Jeudi 5	Vignes de Lavaux	Christa Hauchard
Dimanche 8	Grande Pointe des Journées Galerie Défago (Champéry) -300m (RP)	Carmen Campos Nelly Frézier
Mercredi 11	Cornettes de Bise par Saix Rouquin	Dominique Ehinger
Jeudi 12	A définir	Nathalie Cadet
Dimanche 15	Pointe d'Autigny Roquefort (Boège)-220m (RP)	Catherine Abello Nelly Frézier
Jeudi 19	Roc de Tavaneuse depuis Prétairié	Dominique Ehinger
Dimanche 22	Sommand-Chalet Blanc -300m (RP)	Nelly Frézier
Jeudi 26	Pointe de Chavasse	Sylvie Rodriguez
Dimanche 29	Pointe d'Uble	Gaëtan Jäger