



GAG

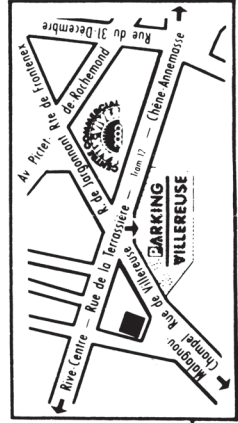
club alpin suisse
section carougeoise

Hiver
Printemps
2026



A votre service depuis 1947

Tél. (022) 735 23 21





GAG

club alpin suisse section carougeoise

Sommaire

Editorial	4 - 6	Formations	28 - 32
Animations & divers	7 - 8	Ski-Gag	33 - 34
Récit de course	10 - 15	Les courses réussies	35 - 37
Les bénévoles	16 - 17	Les chef·fe·s de courses	38 - 39
Transports	18 - 19	Calendrier des courses	40 - 54
Location de matériel	20		
Les cotisations 2026 & Conditions d'inscription	21 - 22	Les membres du GAG	56
Le mur d'escalade	23 - 24	Les guides & experts	58 - 59
Alpiness	25	Le comité du GAG 2025	60 - 61
Le Mini-GAG & carnet rose	26 - 27	Secours en montagne	62

Hiver/printemps 2025-2026

Paraît 2 fois par an

www.cas-le-gag.ch

Place des Charmettes 3 – 1227 Carouge

Coordonnées bancaires :

CH41 0900 0000 1200 7852 1
Section Carougeoise du Club Alpin Suisse
1227 Carouge

Bulletin :

JACQUEMOUD Nathalie
n.jacquemoud.cas@gmail.com

Impression et reliure :

SAXOPRINT AG
Baarerstrasse 135
6300 Zug

Couverture :

*Sortie ski de randonnée aux Quatre Têtes.
Photo: Céline Schlegel*

Prochaine parution

Mai 2026

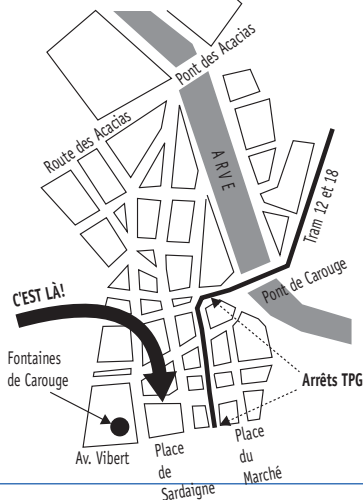
Stamm:

Le jeudi soir de 18h30 à 19h30

Salle des Charmettes

Place des Charmettes 3 - 1227 Carouge

Lieu de réunion :



Les mots de la présidente 2025

Quelques nouvelles en relation avec notre prochaine Assemblée générale

Le jeudi 20 novembre 2025, nous aurons à nous prononcer sur des modifications apportées à nos statuts à la demande de Swiss Olympic, l'association faîtière du monde sportif suisse. Ces modifications concernent l'ensemble des associations sportives de la Suisse et sont portées également par l'Office fédéral du sport. Toutes les sections du Club Alpin Suisse sont concernées, l'association faîtière du Club Alpin Suisse nous l'a rappelé lors de l'Assemblée annuelle des délégués du CAS en juin 2025. Elle nous a préparé les articles à adopter. Ces articles doivent être intégrés d'ici la fin de l'année 2025, avec comme dernière limite, le 1er trimestre 2026 pour les sections dont les AG ont lieu en début d'année. L'adoption de ces modifications est importante, si le CAS et notre section (via Alpiness) veulent continuer à recevoir les soutiens Jeunesse et Sport de la Confédération, subventions que justement le Conseil fédéral voulait réduire de 20% pour les prochaines années, dans son paquet de mesures pour assurer l'équilibre budgétaire. Heureusement, il vient d'y renoncer, mais la bataille n'est pas forcément gagnée pour les prochaines années.

Notre responsable Formations & Activités, Titus Haenni, avec l'aide précieuse d'un groupe de membres du GAG intéressés, a préparé ce projet de modifications, afin d'intégrer harmonieusement ces articles dans nos statuts. Il a également dépoussiéré, voire fait le ménage, dans certains articles au contenu plus très à jour. Ce projet de modifications, qui vous sera soumis pour vote à l'AG, est publié d'ores et déjà sur le site Internet du GAG, afin que chacun puisse le consulter avant l'AG du 20 novembre 2025. Les modifications concernent principalement des mises au propre de la forme, tournures et formulations. Elles ne concernent pas l'organisation du GAG, ni les rôles et compétences de ses principaux organes comme le comité ou l'Assemblée générale.

Soucieuse de préserver ces subventions J+S et de parler d'une même voix au sein des sections du CAS, je vous prie d'accorder toute votre attention et accueil bienveillant à ces propositions de modifications des statuts du GAG lors de notre Assemblée générale du 20 novembre 2025.

Quelques nouvelles de notre Section carougeoise

Le comité se sera réuni 11 fois entre décembre 2024 et novembre 2025. Plusieurs personnes sont venues assister à l'une ou l'autre des réunions pour présenter leurs demandes ou faire part de leur position (Activités & Formations, Alpiness, groupe Environnement) ainsi que des candidats aux postes à repourvoir au sein du comité dès l'AG 2025. En plus des brillantes soirées du 1er jeudi à la salle du Rondeau (avec film et/ou conférence), des repas canadiens trimestriels (trois soirées) ont été organisés. A cela s'ajoutent encore le repas des chef.fes de courses, la soirée des nouveaux membres et le repas des bénévoles. On n'oublie pas non plus la grillade festive du début de l'été au Salève organisée par Michel !

En outre, une fois tous les 15 ans, c'est le tour de notre section d'organiser la Conférence régionale des sections romandes et en juin 2025, c'était le tour du GAG ! Une partie du comité s'est donc déplacée et occupée de l'organisation de la soirée qui a eu lieu à Yverdon avec toutes les sections romandes et une importante délégation du Comité central du Club Alpin Suisse. Les discussions ont

été vivifiantes... Votre présidente qui a fait le PV s'en souvient encore ! L'apéro conclusif fut aussi festif qu'intense et tout le monde est reparti avec le sourire de la convivialité.

Pour terminer et non des moindres nouvelles, notre section a enfin récupéré la salle des Charmettes occupée pendant tant de stamms jusqu'à 2020. Elle a aussi été présente aux AG de Genève Montagne, Alpiness, la Section genevoise, et par ailleurs nous avons assisté à la cérémonie en hommage à Yvette Vaucher avec la pose d'une stèle au Cimetière des Rois, bel objet et parc magnifique que je vous invite à contempler au cœur du quartier de la Jonction.

Quelques nouvelles du Club Alpin Suisse à Berne

Pour rappel, le Club Alpin Suisse (association faîtière des sections du CAS) a enregistré une perte de près de Fr. 1,8 millions à l'issue des Championnats du monde d'escalade (Berne 2023). Cette perte a déstabilisé en partie la structure financière du CAS, qui a dû prendre immédiatement des mesures. Un nouveau secrétaire général ainsi qu'un nouveau directeur financier ont été engagés et devant le mécontentement des sections, un audit externe a été réalisé en 2024. Suite à la communication des résultats en novembre 2024, une Assemblée des délégués (AD) extraordinaire a eu lieu à Aarau en février 2025. Le comité central du CAS central (CC) a rassuré sur l'état des finances avec des projections des comptes 2024, qui démontraient le retour à l'équilibre financier. Le président du CC a demandé pardon aux sections pour cette débâcle financière au nom de son comité et en son nom. Il a annoncé qu'il ne se représenterait pas pour le renouvellement de son mandat de président lors de l'AD de juin 2025. Le CC s'est soumis ensuite volontairement individuellement au vote de confiance des sections. La plupart des membres ont eu un vote positif, mais avec une faible majorité. Un membre a eu un vote avec une majorité négative. Les sections, et notamment les sections suisses allemandes de l'est de la Suisse ont marqué ainsi leur mécontentement et désapprobation !

Ce printemps a donc été suivi par la recherche d'un.e futur.e président.e par le CC qui a créé à cette intention une commission de sélection, à laquelle ont pu participer des représentants des sections. Par ailleurs, la future stratégie du CAS pour les années 2026 à 2030 a fait l'objet de travaux (CC + sections) qui ont été soumis aux présidents des sections pour confirmation et compléments en juin lors de l'AD et cet été été via un sondage de 50 questions. La version finale de cette stratégie sera encore affinée et validée lors de la prochaine Conférence des présidents des sections du CAS du 22 novembre 2025 à Aarau.

Pour revenir sur l'AD du 20 juin 2025, des objets importants étaient soumis au vote des délégués des sections comme des modifications au règlement sur la formation des chef.fes de course et l'approbation des comptes 2024. Par ailleurs, il fallait également élire le nouveau président ou présidente du CC. La commission de sélection n'avait finalement retenu qu'un seul candidat. Devant la réprobation de la majorité des sections, le CC a finalement accepté in extremis qu'un deuxième candidat puisse être proposé à cette élection. Pendant l'AD, les deux candidats ont pu se présenter librement, mais il était indéniable qu'une certaine tension régnait entre eux et dans la salle... Le vote des délégués des sections, à ma grande stupéfaction, a porté à une très large majorité sur le candidat non désigné par le CC et la commission. Marco Dirren, de la section de Zermatt, a ainsi été élu et est devenu le nouveau président du Comité central du CAS depuis le 21 juin 2025. Espérons que l'apaisement soit enfin là ! On n'aime décidément pas en Suisse que les finances soient mal gérées...

Engagez-vous !

Encore une fois, je souhaiterais exprimer ici la vive reconnaissance de toutes les participantes et tous les participants que je constate toujours, après toutes les belles sorties que nos chef.fes de courses nous donnent l'occasion de réaliser, qui nous permettent d'accomplir ce voyage intérieur qu'est également une sortie en montagne et dont je vous parlais dans mon éditorial précédent. Des mots de remerciement également à tous nos bénévoles, responsables de tâches à l'année ou pour quelques heures, et qui permettent à notre club d'offrir de belles prestations à tous nos membres. Il convient de souligner combien tous les bénévoles sont extrêmement importants pour toute association. Toutefois, il est aussi très important d'assurer leur relève, pour leur permettre de souffler et de revenir le cas échéant, mais également de façon à assurer le dynamisme de notre club.

Aussi, je vous invite, toutes et tous, à vous engager dans l'une ou l'autre activité de notre belle association, que cela soit pour de «petites» missions comme pour des «grandes» au sein de notre comité.

*Carmen La Lueta Guyard
Présidente 2025*

Soupers canadiens

Dès 19h30, à la salle des Charmettes, venez partager un repas canadien pour une rencontre conviviale et chaleureuse.

Les prochaines dates seront : les jeudis 8 janvier, 5 mars et 7 mai 2026.

Ces dates seront également présentées dans la Newsletter et sur les réseaux sociaux.

Fête de l'Escalade

Cé qu'è lainô...

Ah! La belle Escalade...

Connaissez-vous la traditionnelle fête de l'Escalade?

Tous les 12 décembre les Genevois fêtent la victoire de la ville contre l'agression savoyarde de 1602.

Le GAG ne déroge pas à la tradition en vous conviant à casser ensemble la traditionnelle marmite en chocolat remplie de légumes en massepain. Comme chaque année nous fêterons cet événement au stamm.

Ce sera le jeudi 11 décembre que nous casserons la marmite.

Lieu: salle des Charmettes, 3 place des Charmettes

Le comité se réjouit de vous y retrouver nombreuses et nombreux, et pourquoi pas en famille.



Grimper.ch

Le GAG propose une soirée club à la salle Grimper.ch de Meyrin-Satigny !

Profitez d'un rabais de 20% pour toute entrée **le mercredi entre 18h45 et 19h45**. Une fois dans la salle, votre session n'est pas limitée dans sa durée.

Inscrivez-vous dès maintenant dans le groupe du club en vous rendant sur www.grimper.ch/groupe et en y entrant le code de votre carte Grimper.ch ainsi que le code partenaire suivant : kentucky-postmen-trinidad-romp ou que vous pouvez demander en envoyant un mail à info@cas-le-gag.ch.

Ces soirées club ne sont pas prises en charge par un chef de course du GAG et les participants doivent s'organiser entre eux pour former des cordées ou, s'ils sont seuls, il y a toujours la possibilité de grimper sur la quinzaine d'enrouleurs que la salle de Satigny possède.

Concernant les abonnements, seuls les abonnements annuels bénéficient d'un rabais de 10% chez Grimper.ch. Pour bénéficier de cette réduction sur les abonnements annuels, ils doivent être pris sur place pendant le créneau de rabais du club du mercredi et ne peuvent pas être payés par mensualité.

A vos chaussons!!!

Activités hebdomadaires

Des activités régulières sont également programmées.

Pour ne pas surcharger le bulletin, elles n'apparaissent que sur le site du GAG. Il faut consulter le site pour savoir si l'activité a lieu.

« **La grimpe du mardi** » Encadrement : Titus Haenni, chef de course

Afin que tu ne perdes pas les bons réflexes et que tu fasses un peu d'exercices durant la semaine, rejoins les « mardistes » pour grimper en salle ou en extérieur. Cette année, nous te proposons un programme qui alterne les séances de bloc et de moulinettes en salle.

Mur des Charmettes :

Les jeudis où il n'y a pas d'autre activité et que l'ouverture du mur est signalée dans Droptours, les membres du GAG peuvent s'ébrouer sur notre mur des Charmettes en marge du stamm dès 19h30.

Le nom de la personne qui assure la permanence et les infos utiles sont disponibles sur le site du GAG (portail des courses).

Un ou une responsable est là pour encadrer les grimpeurs.

Il n'y pas d'inscriptions préalables, vous pouvez vous annoncer le soir même jusqu'à 19h15.



Centre Régional d'Alpinisme - Photo Rachel & Quentin

Le test du cocotier

La grimpe du mardi au Salève

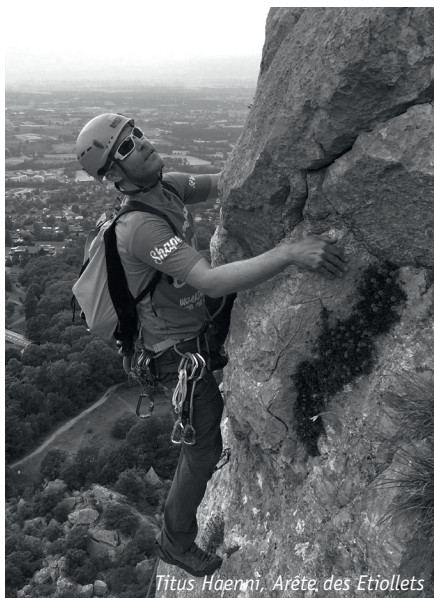
Dans certaines tribus, à partir d'un âge avancé, les membres sont soumis chaque année à une épreuve. Ils doivent grimper au sommet d'un cocotier, qui est ensuite vigoureusement secoué. Si la personne tombe, elle est chassée et va mourir seule dans la jungle. Si elle tient bon, elle peut demeurer dans la communauté. Il s'agit d'un test de résistance qui permet de se rendre compte de ses capacités.

Chaque année, les Mardistes, le groupe créé en 2021, organisent leurs sorties d'escalade au Salève. C'est le rendez-vous hebdomadaire incontournable du club. Les voies choisies restent sensiblement les mêmes d'une année à l'autre, car les itinéraires faciles y sont peu nombreux. Le programme est conçu de façon progressive, un peu comme un rallye : chaque étape validée permet d'accéder à la suivante, plus exigeante. C'est devenu un véritable rituel : en mai, les moulinettes ; en juin, les grandes voies. Les participants changent, mais les voies, elles, demeurent. Comme chaque année, le fait de réussir toutes les voies nous conforte dans notre niveau pour bien commencer la saison d'été avec toujours en tête l'histoire du test du cocotier. Si l'on échoue, est-ce que les camarades voudront bien encore nous prendre dans leur cordée ?

Le premier secteur, la Dalle du CAF, est idéal pour une reprise en douceur après la pause hivernale. Les petites longueurs y sont bien équipées : Que Dalle (4c), Houx la-la (5b) et L'Express (5a). Toutes se grimpent sans difficulté majeure, parfaites pour se remettre dans le bain. Puis vient une voie un peu plus raide, Les Blaireaux (5c), avec un pas de rétablissement qui demande un peu plus de concentration. Le cocotier, lui, reste bien loin des esprits.

Le second secteur, la Corne du Coin, offre une belle dalle constellée d'incrustations. Les voies y sont bien équipées et dépourvues de passages trop athlétiques, idéales pour retrouver confiance sur le rocher. Sur Golum (5b), L'Ancienne (5b+) et La Bise au lac Léman (5c), les petites réglettes mettent les orteils à rude épreuve. Le cocotier, lui, n'a guère bougé.

Le secteur suivant, la Dalle du Balcon, offre une superbe ambiance verticale sur un calcaire sculpté, face au panorama du bassin genevois. Le Jardin de Catherine (5b) propose un léger dévers ; L'Inattendue (5c) déroule sur un mur patiné ; La Logique des Clous (5c) impose un surplomb athlétique ; et Il suffit d'y croire (6a) demande une concentration totale jusqu'au dernier mouvement. Cocotier secoué ; pas tombé. Puis c'est au tour du secteur du pied de la Face Ouest, une paroi verticale qui demande plus de finesse : Chatte Penelope (5b) et sa fissure inconfortable, Mordillo (5a) et son départ déconcertant et la première longueur de



Mes amis de Morges (6a) avec un pas en adhérence revêche sont parcourues avec une grande attention car les difficultés sont conséquentes. Cocotier vigoureusement secoué ; pas tombé.

La dernière sortie conduit à l'Arête des Etiollets, l'une des grandes classiques du Salève. Les premières longueurs s'enchaînent sans encombre. Le fameux pas de la roche fendue reste, comme toujours, une petite aventure. Plus haut, dans la variante de gauche, la voie se dévoile d'une beauté déconcertante. Dans la dernière longueur, un petit dièdre paraît soudain infranchissable. Tous les moyens sont envisagés pour passer ces difficultés. Les prises glissent, les gestes hésitent. Ce passage semblait évident les années précédentes. Tout ce qui paraissait simple hier s'alourdit d'un doute. Finalement, avec résignation, en tirant au clou, l'obstacle est franchi. Mais que se passe-t-il ? Serait-ce la chute annoncée ? Cocotier secoué ; tombé, chassé !

Arrivés en haut de la voie, exténués et déprimés, le doute s'installe : la forme physique décline-t-elle ? Ou est-ce la force mentale ? Le moment tant redouté serait-il arrivé ? Puis, en discutant avec les camarades, la mémoire revient : l'an passé, une grosse prise s'était brisée lors du passage d'un participant, ce qui rend le passage beaucoup plus difficile. Cocotier secoué, pas tombé !

Chef de course : Adrien Besson. Adjoint : Titus Haenni

06.05.25 Les Dalles du CAF

13.05.25 La Corne

20.05.25 La Dalles du Balcon

27.06.25 Le pied de la Face Ouest

10.06.25 Arête des Etiollets



Adrien Besson, Arête des Etiollets, la longueur du pas de la Roche fendue.

Du mal des rimayes

Pendu au relais au milieu d'une falaise en Slovénie, soudain c'est l'angoisse. Je me sens tout petit, esseulé, exposé. Perdu dans un océan de rocher, j'ai comme l'impression que mon existence s'amenuise. C'était ma première expérience du « mal des rimayes », une sorte particulière de vague à l'âme qui parfois saisit l'alpiniste. Un sentiment de solitude qui relève du désespoir, une impression de s'être fourvoyé quelque part où on n'a rien à faire.

Ce mystérieux accablement peut survenir au pied des difficultés, au passage de la rimaye (d'où le nom), ou en pleine face. Il tend à devenir plus rare avec l'expérience, et certains ne le connaîtront sûrement jamais. À l'inverse, une remarque irréfléchie à notre binôme peut suffire à l'invoquer – surtout juste avant une longueur dure et gazeuse.

Le mal des rimayes est distinct des préoccupations qui surviennent normalement en montagne, en lien avec des facteurs précis. Si elles peuvent aider à le susciter, lui est plus général : c'est plutôt une prise de conscience exacerbée de l'hostilité de l'environnement où l'on évolue. Une expérience aiguë de vulnérabilité.

Il est indépendant des diverses indispositions qui viennent émailler nos ascensions. Au contraire, avoir le talon en charpie et le rôsti de la veille qui chatouille la glotte pourrait même le contrecarrer, en accaparant notre attention.

Mais alors, que faire lorsqu'il nous saisit au cœur ? Je crois que le plus mal venu serait de vouloir l'ignorer. Gérer ses émotions commence par se laisser les ressentir. Ensuite, on peut interroger : sont-ce mes tripes qui me lancent un signal, y a-t-il un motif concret de s'inquiéter ? Refaire un point, un 3x3. Ou suis-je « juste » la montagne qui me bouleverse ? Alors, peut-être en profiter pour lui rendre un hommage (silencieux ou non).

Titus

Enfin notre Centre Régional d'Alpinisme !

Depuis cette année, la Romandie a enfin son Centre Régional d'Alpinisme (CRA)!

Lancé en 2024, le CRA Romandie rejoint les quatre autres CRA déjà existants en Suisse, avec une première volée de 12 jeunes alpinistes âgés de 17 à 30 ans, tous issus de sections CAS romandes — et tous moniteurs J+S ou en voie de l'être. Deux membres du GAG ont été sélectionnés pour cette aventure et ont la chance de suivre cette formation.

Pendant deux ans, nous suivons un programme encadré par des guides de montagne, mêlant perfectionnement technique, autonomie et esprit d'équipe. On explore une large palette de pratiques alpines : fissure, terrain d'aventure, courses d'arêtes, glace, dry tooling, mixte... Un vrai terrain de jeu pour progresser dans des disciplines exigeantes et engagées.

Mais plus que tout, le CRA est une aventure humaine. On avance ensemble, on partage nos expériences, nos doutes, nos réussites. Et surtout, on se prépare à transmettre notre expérience, en encadrant des courses, que ce soit avec Alpiness ou avec les actifs.

Ce projet est possible grâce au soutien du Club Alpin Suisse, des sections romandes et de nos encadrants. Nous tenions à remercier chaleureusement toutes celles et ceux qui y croient avec nous et tout particulièrement le GAG pour son soutien à la jeune génération.

Au plaisir de vous croiser sur les sommets,

Quentin et Rachel

Membres du GAG de la volée 2024–2026 du CRA Romandie



Centre Régional d'Alpinisme - Photo Rachel & Quentin

Les bénévoles

Accueil : Coquoz Christine (responsable), Apothéloz Caroline, Berger Isabelle, Borloz Sophie, Fargeaud Valentine, Grivet Michel, La Lueta Carmen, Lambert Alexandra, Lauper Eric, Melet Georges, Weigl Katja.

Bar : Mathys Josiane (responsable), Berthoud Amélie, Fargeaud Valentine, Gabus Caroline, Janin Ndaw Geneviève, Luce Vincent, Morgese Natalia, Stassin Thérèse, Strasser Véronique.

Bibliothèque : Tavelli Jean-Michel (responsable), De Saussure Barbara, Dupraz Mona, Kardes Asuman, Matter Daniel, Melet Georges, Rosset Régis, Tronquit Céline, Vazeille Alizée, Weidmann Gisèle, Weigl Katja.

Mur d'escalade : Guéra Sébastien (responsable), Haenni Titus (organisation permanences), Bauer Pascal, Besson Adrien, Berger Isabelle, Fargeaud Valentine, Grivet Michel, Henninger Thomas, Jacquemoud Nathalie, Kirchmeier Félix, Lambert Alexandra, Rivière Estelle, Zuber Olivier.

Ski-GAG : Baud Nicolas, Gabus Caroline, Jacquemoud Nathalie, Grivet Michel

Groupe environnement : Germond Stéphanie (responsable), Apothéloz Caroline, Charrier Maelle, Chevalier Jonathan, Djilani Nawel, Schulte Stephan.

Via Ferrata : Kirchmeier Félix.

Matériel : Barbier Johanna (responsable), Baud Nicolas (achat), Grivet Michel, Haenni Titus.

Bulletin, publicité : Jacquemoud Nathalie, Grivet Michel.

Réseaux sociaux : Boyer Thomas, Apothéloz Caroline.

Site Internet : Montaner Victor, Coquoz Yannick.

Droptours : Haenni Titus.

Fichier membres : Wünsche Laurent.

Commission sécurité : Berger Isabelle, Coquoz Yannick, Duc Fabien, Henninger Thomas, Roth Raphaël.

Secrétaire : Rivière Estelle.

Alpiness : Boehm Bruno.

Coordinatrice J+S : Métral Noélie.

Remerciements aux bénévoles du GAG

Les membres du comité et les chef·fe·s de courses sont tous des bénévoles et ont droit à leur propre liste dans ce bulletin.

Mais en plus, sous vos yeux ou en coulisses, de nombreux bénévoles s'activent afin que le GAG fonctionne et vous offre tous les services que vous attendez... ou même ceux que vous ne soupçonnez pas. Un grand merci à ces bénévoles, dont la liste apparaît ci-contre.

Et pourquoi ne pas nous suivre dans cette belle aventure du bénévolat ? Vous serez les bienvenus. Contactez la responsable, **Caroline Gabus**, service@cas-le-gag.ch ou parlez-en à un membre du comité au stamm un jeudi.

Le comité

Calcul des frais de transport

En voiture :

- jusqu'à 400 km: 60 centimes par voiture et par kilomètre
- au-delà de 400 km: 50 centimes par voiture et par kilomètre

Cheffes et chefs de course :

Le prix du transport du chef de course est assumé par le club.

La nuitée en demi-pension en cabane du chef de course est assumée par le club (pour les séjours au-delà de trois nuits, prendre contact avec le responsable A&F).

Assurance :

Les membres du CAS ne bénéficient d'aucune couverture d'assurance par le Club. Chaque participant.e doit être assuré.e personnellement en cas d'accident.

Abonnement tunnel Mont-Blanc

Un abonnement de passage du tunnel du Mont-Blanc est disponible sur réservation préalable auprès de locationmateriel@cas-le-gag.ch (à retirer au stamm après confirmation).

Attention: le tunnel du Mont-Blanc est fermé jusqu'au 12 décembre inclus.

Train, le transport écologique

Le CAS central a comme objectif de réduire de 40% les émissions de CO2 des courses de section d'ici à 2030 et d'atteindre un bilan CO2 neutre dans toutes les sections d'ici à 2040.

Préoccupés par le réchauffement climatique et l'impact des activités du Club sur l'environnement, le Comité du GAG et le groupe Environnement ont encouragé les chef.fe.s de courses à proposer davantage de courses entièrement réalisées en transports publics.

En s'inscrivant, les participants s'engagent à faire cette course en respectant ce principe.

Ces courses sont identifiées par ce logo dans le bulletin :



En transports publics, vous contribuez à l'économie de CO2 : un voyage en transports publics émet à minima 3x moins de CO2 qu'en voiture et plus le trajet est long, plus l'économie de CO2 est importante. De plus, vous évitez les bouchons et le stress. La course peut être préparée autour d'un café et débriefée autour d'une bière !

L'abonnement 1/2 tarif des CFF, qui coûte 190.- la première année, puis 170.-/an, vous permet de voyager à un prix très proche de celui du tarif voiture appliqué par le GAG (60 cts/km). Plus le trajet est long, plus le 1/2 tarif CFF est avantageux par rapport à la voiture ; ceci est d'autant plus vrai si la voiture n'est pas pleine. De plus, avec le 1/2 tarif CFF, vous bénéficiez également du tarif réduit des TPG tout au long de l'année, ainsi que sur certaines remontées mécaniques.

Si vous voyagez beaucoup, le demi-tarif plus des CFF est très intéressant. On verse un montant à l'avance (800.-, 1500.- ou 2100.-) sur le demi-tarif à utiliser en une année et les CFF créditent entre 25% et 42% de bonus.

Il existe les cartes journalières CFF dégriffées (dès 29.- avec le demi-tarif) que l'on trouve sur l'application et le site des CFF et des cartes journalières commune (dès 39.- avec le 1/2-tarif et dès 52.- sans le 1/2 tarif). Elles peuvent être achetées dans la plupart des communes de six mois à un jour avant la date du voyage. La date d'utilisation de ces cartes ne peut être changée, il vaut donc mieux prévoir un autre voyage au cas où la course est annulée !

Vous pouvez aussi utiliser l'application FAIRTIQ ou EasyRide sur l'application des CFF qui calcule automatiquement le meilleur tarif pour votre parcours.

La liste « Genève-Montagne sans voiture » donne des idées de courses en mobilité douce au départ de Genève, que ce soit pour des sorties en club ou en privé: <https://genevemontagne.ch/association/mobilite/>



Location de matériel

Le club te propose une palette de matériel en location ainsi que des cartes d'accès à bas prix pour le péage du tunnel du Mont-Blanc. Il te suffit de réserver au préalable en respectant la procédure ci-dessous.

Les chef.fe.s de courses ne t'accepteront pas à la sortie si tu n'es pas équipé.e du matériel obligatoire de sécurité. Vérifie avec eux ce dont tu as besoin pour ta course.

Procédure à suivre pour la location du matériel :

- La réservation doit être effectuée **au plus tard la veille du retrait, soit le mercredi soir avant 20h**
- Les réservations se font uniquement par email, auprès de Johanna à l'adresse suivante : locationmateriel@cas-le-gag.ch
- Le paiement doit être réalisé par **Twint** sur place lors du retrait (le paiement en espèces n'est pas accepté)
- Le matériel doit être **retiré le jeudi au Stamm, entre 18h30 et 19h30**
- Le matériel loué doit être **restitué le jeudi suivant au Stamm, entre 18h30 et 19h30**. En cas de non-restitution dans les délais, des frais seront appliqués
- Le matériel loué doit être rendu propre et en bon état

Les tarifs de location :

Set DVA, pelle, sonde	Fr. 15.-
Piolet	Fr. 10.-
Crampons	Fr. 10.-
Set d'escalade (baudrier, un reverso, une Petzl connect adjust (vache), 3 mousquetons à vis, une cordelette de 120 cm (prussik)	Fr. 10.-
Casque	Fr. 5.-
Chaussons d'escalade	Gratuit
Set de via ferrata avec 3 mousquetons	Fr. 10.-

Les locations de matériel sont gratuites pour les membres ALPINESS !

Responsable: **Johanna Barbier**, locationmateriel@cas-le-gag.ch

Important : Locations possibles uniquement les jeudis de Stamm aux Charmettes.

Dates sans location:

- *Vacances scolaires genevoises : 23 octobre, 25 décembre, 1er janvier, 26 février, 9 et 16 avril*

Anticipez vos locations/retours : possibilité de louer/ramener le matériel la semaine précédente/suivante sans frais

Cotisations 2026

Catégories :

Jeunesse	6 à 22 ans révolus
Individuel	Dès 23 ans
Famille	Deux adultes d'au moins 23 ans avec enfants de 6 à 17 ans, vivant en ménage commun et membres d'une même section
Vétérán	Dès 50 ans de sociétariat
Membre d'honneur	Distinction accordée à une personne qui a rendu d'éminents services à la cause du club ou de la montagne

Détail de la cotisation :

Membre	Finance d'entrée	Section	CC + Les Alpes	Total
Jeunesse	-	12.-	33.-	45.-
Individuel	30.- (1ère année)	44.-	78.-	122.-
Famille	50.- (1ère année)	79.-	116.-	195.-
Vétérán dès 50 ans de soc.	-	-	48.-	48.-
Membre d'honneur	-	-	-	-

Pour les adhésions dès le 1er juillet, vous ne payez que le 50% de la cotisation. Ceci n'inclut pas la taxe d'entrée, qui est facturée dans son intégralité.

Conditions d'inscription aux cours du GAG et aux courses avec guide ou chef.fe de courses :

Pour les courses ou cours avec guide, il peut être demandé aux participants de verser **des arrhes** (ou, selon les cas, la totalité du prix) lors de l'inscription.

Les chef.fe.s de courses peuvent également demander des arrhes pour leurs courses. En cas de désistement, les arrhes ne seront pas remboursées.

Nous rappelons que la section s'engage non seulement auprès des professionnels, mais aussi auprès de ses membres et de ses chef.fe.s de courses; ce n'est pas à elle d'assumer les frais engendrés par des désistements tardifs ou inopinés. Nous vous remercions de votre compréhension.

Important:

Pour les courses avec guide, les participants sont soumis aux «Conditions générales des guides de montagne pour la Suisse»: <https://sbv-asgm.ch/fr/tarifs-cgc/#cg-confirmation-de-mandat>

Notamment:

En cas de désistement du participant, les honoraires du guide doivent être payés:

- 60 à 31 jours avant le début de la course = 20% des honoraires
- 30 à 15 jours avant le début de la course = 50% des honoraires
- 14 jours ou moins avant le début de la course = 100% des honoraires

Pour des raisons de sécurité, le guide peut proposer une course de substitution. Le participant ne peut pas, dans ce cas-là, annuler sa participation.

Le Mur, mode d'emploi...

Le mur est ouvert et clos par un·e membre du GAG agréé·e à le faire. Pour être agréé, il suffit à un membre d'en faire la demande et de suivre une formation auprès de Sébastien Guéra, actuel responsable du mur. Contact: sebastien.guera@gmail.com.

Horaires

Les membres agréés du GAG peuvent accéder librement au mur lors des horaires ci-dessous.

Les week-ends et jours fériés, l'accès se fera par le parc Cottier.

Les personnes agréées disposent d'un accès afin d'ouvrir et fermer la salle.

Jour	Horaire	Permanence assurée ?	Dites-leur bonjour : on partage la salle avec eux !
Mardi	19h30 - 22h00	Non	Cours de zumba fitness
Mercredi	12h00 - 22h00	Non	Cours combat
Jeudi (Stamm GAG)	19h30 - 22h00	Oui	Cours gym
Vendredi	20h00 - 22h00	Non	Cours gym
Samedi	14h00 - 20h00	Non	Libre
Dimanche	10h00 - 20h00	Non	Cours gym

Règlement

Vous le trouverez ci-dessous ainsi que dans la salle. Au-delà de ces quelques règles, le bon sens, le respect des autres usagers et des locaux prévaut !

Accès

- Le mur d'escalade ne doit être utilisé que pendant les horaires d'ouverture définis qui sont indiqués sur le site internet et dans ce bulletin.
- Les personnes agréées à ouvrir la salle durant les horaires définis doivent avoir suivi une formation. Leur liste est disponible sur le site internet de la section.
- Il est obligatoire pour la personne qui ouvre le mur de s'inscrire en arrivant dans la salle, elle y indique la date et le nombre de personnes qui utilisent le mur.

Règles des locaux

- Les chaussures de ville doivent être enlevées tout de suite à l'entrée de la salle.
- L'utilisation de la magnésie est interdite sauf sous forme liquide.
- Les utilisateurs du mur ne doivent pas utiliser les douches de la salle de gym.
- La personne qui a ouvert la salle doit partir la dernière. Elle est responsable de laisser la salle propre, rangée, avec les tapis relevés et les lumières éteintes.
- Il est interdit de modifier le positionnement des prises d'escalade.

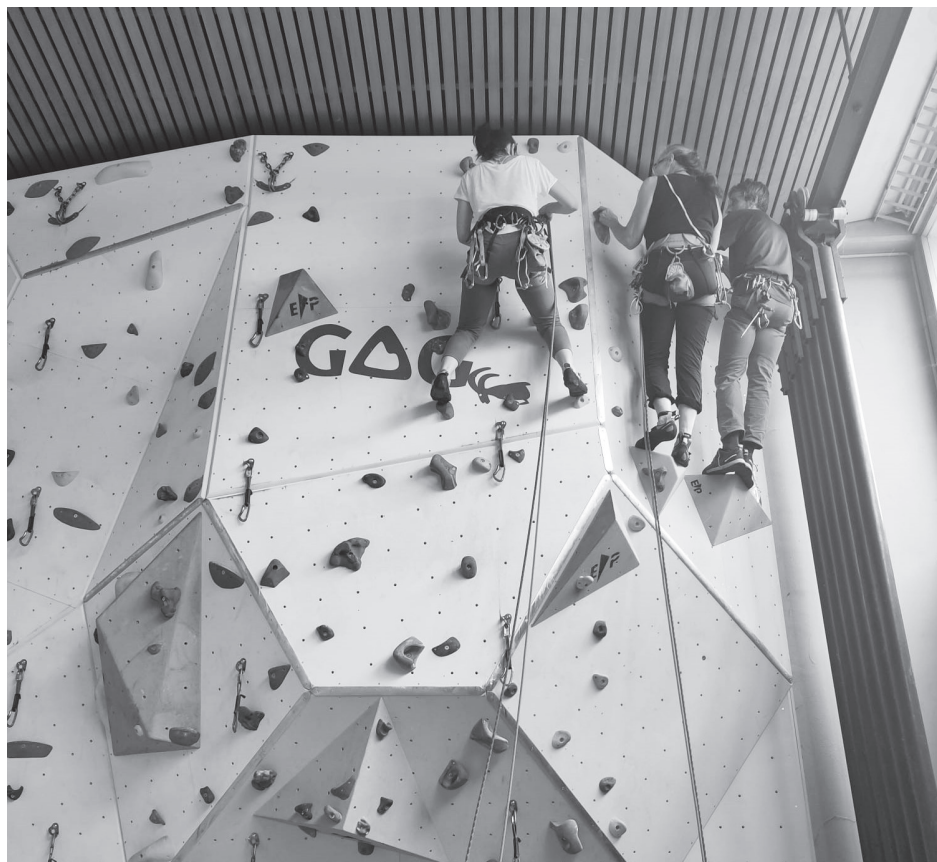
Le mur d'escalade

Utilisateurs grimpeurs

- Chaque personne grimpe sous sa propre responsabilité, en appliquant les principes de sécurité propres à l'escalade en salle.
- Les enfants en dessous de 14 ans grimpent sous la responsabilité de leurs parents ou d'un adulte responsable.
- Les jeunes de 14 à 18 ans doivent être encadrés par une personne agréée pour ouvrir le mur.
- Chaque grimpeur utilise son propre matériel et en garantit le bon état.
- Les grimpeurs présents doivent respecter les consignes de la personne agréée à ouvrir le mur, cette personne peut au besoin exclure un utilisateur.

Merci à toutes et tous et bonne Grimpe !

Votre comité





Envie de faire de la montagne entre jeunes ? Grimpe, escalade longue voie, alpinisme, randonnée pédestre, bivouac, canyoning, formation et film. Le team Alpiness t'encourage à préparer tes week-ends de l'hiver à venir !

Présentation :

Alpiness regroupe les jeunes membres des sections Genevoise et Carougeoise du CAS. Avec un programme varié tout au long de l'année, le but d'Alpiness est avant tout d'initier et de perfectionner les jeunes montagnard·e·s pour les amener à plus d'autonomie et de sécurité en montagne. L'été, nos activités se partagent entre l'alpinisme et l'escalade ainsi que la randonnée et le bivouac. Le programme d'hiver comprend du ski de randonnée et du ski-alpinisme, ainsi que des initiations à la cascade de glace. Durant tout l'hiver, nous nous retrouvons aussi une fois par semaine pour grimper en salle, afin d'entretenir notre technique d'escalade. Chaque saison, nous proposons un programme progressif permettant aux participant·e·s régulier·ère·s de progresser tout au long de la saison.

Nos sorties sont régulièrement encadrées par des guides de montagne, dont les frais sont généreusement pris en charge par nos deux sections mères, la Carougeoise et la Genevoise. De plus, tous nos chef·fe·s de courses sont diplômé·e·s Jeunesse et Sport, et donc reconnu·e·s par la Confédération Helvétique (rien que ça !).

Le Mini-GAG

Le Mini-GAG, des courses pour les familles avec des enfants de 5 à 10 ans.

Vous avez un ou plusieurs enfants et avez envie d'aller en montagne, vous faire des amis, échanger vos idées et expériences, profiter de ce que vous aimez faire avec vos enfants? Grâce à notre formation en alpinisme familial du Club Alpin Allemand DAV (et les formations J+S/CAS et monitrice de ski), nous vous proposons des sorties avec enfants, de 5 à 10 ans (nous avons un enfant de presque huit ans et un autre de presque cinq ans).

Il s'agit de sorties de niveau facile, ou peu difficile avec possibilité de pauses protégées ou en chariot à skis. Pour les enfants grandissants, on intègre des activités découvertes, comme le ski, et le ski de randonnée.

Nous nous réjouissons déjà de faire de belles sorties et connaissances !

Vous trouverez les dates de nos sorties dans le programme de courses du GAG, dans ce bulletin ou sur notre site Internet.



Ski mini-gag. Photo Thomas Henninger

Résumé du programme hiver 2025/2026

- Dimanche 23 novembre 2025 : soirée buffet canadien pour se retrouver et discuter le programme
- Dimanche 11 janvier 2026 : journée initiation ski de randonnée aux Mont Chevreuils pour les enfants à partir de 6 ans, pour les plus petits ou ceux qui préfèrent, montée/descente en chariot, luge ou bob
- Dimanche 8 février 2026 : journée Mini-ski au col des Mosses, très adapté à tout niveau
- Week-end 14-15 février 2026 : week-end en cabane, randonnée hivernale, construction d'un igloo – organisé par Thomas Dagonnier

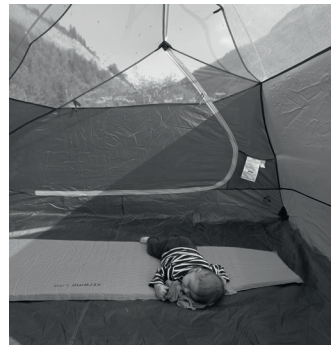
Pour toute question ou inscription à la mailing liste ou pour être au courant des courses hors programme, contactez Lisa et Thomas : lisastock@gmx.de, thomashenninger@yahoo.com

Carnet rose

Ysée est venue agrandir notre cordée familiale le 13 avril 2025, pour le plus grand bonheur de ses parents et ses deux grandes sœurs.

Elle n'a pas tardé à faire ses premières sorties en montagne, bivouac inclus.

Estelle et Victor



Formations hiver-printemps 2025 / 2026

Voir détail des formations sur le site www.cas-le-gag.ch. ACTIVITES - LES FORMATIONS

Cours de Sécurité hiver - Révision

Tu es une randonneuse ou un randonneur à ski et ton dernier cours de sécurité hiver date de quelques années. C'est le cours qu'il te faut.

Public cible : Les membres ayant déjà participé à un cours de sécurité.

Dates : Le cours dure un jour :

Dimanche 1er février 2026

Lieu : à définir en fonction des conditions.

Objectifs :

- Réviser la recherche des victimes d'avalanche au moyen du DVA, et la technique de dégagement de victimes.
- Revoir la gestion d'accident du début de l'événement jusqu'à l'arrivée des secours professionnels en passant par les premiers secours élémentaires.

Prix : Covoiturage ou transports publics.

Responsable : Michel Grivet

Inscription : en ligne du 29.12.2025 au 25.01.2026

Cascade de glace

Faire ses premiers pas sur une cascade de glace et/ou se perfectionner, cours encadré par Richard Nozin, guide de haute montagne.

Cours subventionné par la section.

Attention :

Votre inscription est prise en compte à la réception du paiement des arrhes. En vous inscrivant à ces cours vous êtes soumis aux "Conditions générales des guides de montagne pour la Suisse" (voir page 20 " Conditions d'inscription aux cours et aux courses avec guide").

Prérequis :

Sorties initiation: Être autonome dans les manipulations de sécurité et d'assurage en moulinette.

Sorties grandes voies: Avoir déjà pratiqué la cascade de glace en moulinette ou en grande voie. Priorité donnée aux participants des sorties du 10 et 18 janvier. Le guide se réserve le droit d'estimer si le niveau des participants est suffisant pour prendre part à ce week-end.

Attention :

En fonction des conditions météo/gel... les dates de cours pourraient être modifiées.

Sorties initiation/révision modules 1 & 2 :

Samedi 10 janvier

Objectifs : Moulinettes uniquement, découverte et explication du milieu, du matériel, de la progression.

Dimanche 18 janvier

Objectifs : Technique pour la progression autonome (pose de broche, relais, manip de corde). Découverte et explication du milieu, du matériel, de la progression.

Sortie grandes voies :

Du vendredi 6 au dimanche 8 février

Objectifs : Cascades de plusieurs longueurs, avec relais intermédiaires. Descente en rappel ou à pied. Marche d'approche 1h30 environ.

Coordinateur : Michel Grivet

Guide formateur : Richard Nozin

Renseignements : m.grivet@bluewin.ch

Inscription : En ligne sur Droptours

Ski de randonnée : découverte/révision sécurité

Public cible : Débutants ou pratiquants voulant réviser leurs connaissances.

Dates :

- Module 1: Lundi soir 15 décembre 2025 : théorie sur le DVA, organisation du stage et connaissance du matériel.
- Module 2a: Cours sur neige non préparée.
- Module 2: Du vendredi 16 à 18h au dimanche 18 janvier 2026 : Activités dans le terrain.
- Module 3: Les 24 et 25 janvier : Courses d'application.

Lieu :

- Module 1, salle des Charmettes, place des Charmettes 3.
- Module 2 et 2a, La Fouly, hôtel Edelweiss.
- Module 3, objectif en fonction des conditions nivo/météo.

Objectifs :

- **Module 1 :** Connaissance du détecteur de victimes d'avalanche (DVA), organisation du stage et découvrir le matériel et les techniques propres à la pratique du ski de randonnée en sécurité.
- **Module 2 :** Acquérir les bases des connaissances de la neige et la gestion de ses dangers. Entraîner la recherche de victimes d'avalanche à l'aide du DVA. Entraîner le sondage et le dégagement de victimes. Gérer l'accident. Préparation et réalisation d'une petite course.
- **Module 2a :** Consolidation de la technique de ski en neige non préparée.
- **Module 3 :** Participer aux deux courses adaptées aux débutants dans le cadre du club.

Prérequis :

Ski de randonnée : Aucun.

Niveau technique de ski: virages parallèles, contrôle des dérapages, être à l'aise sur les pistes rouges-noires.

Remarque : le module 3 est optionnel.

Prix :

- Module 1 : gratuit
- Module 2 : membres Fr. 300.-, jeunes Fr. 150.-, non membres Fr. 380.-
- Module 3 : membres Fr. 150.-, jeunes Fr. 75.-, non membres Fr. 200.-

Responsables : Nicolas Baud, Adrien Besson

Renseignements/Inscription : par e-mail formations@cas-le-gag.ch, en ligne sur Droptours

Formation ski-alpinisme

Les courses à ski en haute altitude demandent des compétences particulières. Cette formation te permettra de compléter tes connaissances afin de pouvoir participer à des courses de ski-alpinisme proposées par le club.

La matière abordée concerne la progression sur glaciers, les précautions à mettre en œuvre en haute montagne, les divers encordements en fonction de la nature du terrain, les nœuds, les ancrages et le sauvetage.

La formation se déroule sur un week-end en cabane. Le premier jour se focalisera sur des exercices sur le terrain. Le deuxième jour inclura une course d'application.

Prérequis :

Avoir une expérience en ski randonnée.

Être à l'aise à ski, dans de la neige de mauvaise qualité.

Avoir une bonne condition physique car nous évoluerons entre 2500 et 4000 mètres.

Assurer une vitesse de montée de 300 m/h.

Dates :

Samedi 7 et dimanche 8 mars.

Responsable :

Adrien Besson

Escalade indoor : découverte

Profitez de 4 soirées pour découvrir l'escalade indoor.

Pour les inscriptions, un avantage sera donné aux participants qui suivront les 4 sessions.

Ce cours se déroulera sur 4 semaines :

- Module 1 mercredi 11 mars, 18h30 - 20h30 sur le mur des Charmettes.
- Module 2 mercredi 18 mars, 18h30 - 20h30 sur le mur des Charmettes.
- Module 3 mercredi 25 mars 18h30 - 20h30 sur le mur des Charmettes.
- Module 4 mercredi 1er avril dès 18h30 dans la salle d'escalade de Grimper.ch à Satigny.

L'idéal pour vous préparer aux sorties d'escalade printanière.

Responsable : Valentine Fargeaud

Cours d'escalade

Michel Piola, guide de montagne, propose:

Initiation à l'escalade "trad" sur coinces, le vendredi soir 24 et le samedi 25 avril.

Sébastien Guéra, professeur d'escalade, proposera un cours :

Formation travail de voie dans la Drôme le samedi 23 mars.

Dates et inscriptions en ligne sur Droptours.

Alpiness

L'équipe d'Alpiness propose également de nombreux cours.

Initiation au ski alpinisme, formation avalanche, cascade de glace...

Vous trouverez tous les détails dans la liste des courses.

Formations prévues pour l'été 2026

Mai : Cours de préparation aux courses d'alpinisme.

Juin: Cours d'initiation à l'alpinisme.

Responsables : Adrien Besson et Nicolas Baud

Programme de Ski GAG 2026

Cours de ski sur piste ou en neige non préparée. Du débutant au skieur avancé.

Présentation du programme de l'école de ski le **jeudi 11 décembre 2025 à 18h30 au stamm.**

	Classe	Niveau	Ce que vous savez faire
Ski sur piste	Piste 1	Débutant 1	Vous n'avez jamais fait de ski.
	Piste 2	Débutant 2	Vous arrivez à prendre le téléski, à tourner en chasse-neige sur une piste verte-bleue.
	Piste 3	Intermédiaire	Vous arrivez à déraper et commencez à tourner les skis parallèles dans de longues courbes sur les pistes bleues-rouges.
	Piste 4 et neige non préparée	Avancé	Vous faites des virages courts et vous êtes à l'aise sur les pistes rouges-noires, mais vous avez de la peine à contrôler vos skis en neige non préparée. IMPORTANT : DVA, pelle et sonde obligatoires

Prix par samedi en francs suisses	Reservés aux membres du GAG
Transport en car et forfait de ski	65 CHF *
Cours avec moniteur diplômé	Gratuit (subventionné par le GAG)

* Sous réserve de modification de prix du transporteur

Les cours se dérouleront à Flaine les samedis :

- 20 décembre
- 3 janvier
- 10 janvier
- 17 janvier

Pour toutes questions : ski-gag@cas-le-gag.ch



SKI-GAG Sorties 2026*

- Samedi 20 décembre
- Samedi 03 janvier
- Samedi 10 janvier
- Samedi 17 janvier

WEB



WHATS APP



Procédure d'inscription :
<https://cas-le-gag.ch/activites/ski-gag/>

Des cours de ski qui te permettront d'améliorer ta technique!



*sorties pour les membres du GAG

Les courses réussies

Type	Alpi	Alpinisme	CasGl	Cascade de glace	Cours	Formation
	SkP	Ski de piste	Raq	Randonnée raquette	VTT	Vélo VTT
	SkR	Ski de randonnée	Rdo	Randonnée à pied	Raq	Raquette
	SkF	Ski de fond	ViaFe	Via ferrata	Div	Divers
	Rparc	Randonnée à ski sur itinéraire sécurisé				

Date	Durée	Type	Activité	Chef - fe de course	Nbre participant - e
2025-03-15	1	SkR	Mt Buet 3096m	Jérôme Fillettaz	3
2025-03-15	2	SkR	WE ski rando autour St-Luc	Sandra Schaeppi	7
2025-03-18	soirée	Div	Soirée des nouveaux membres	Caroline Apothéloz	30
2025-03-19	soirée	Cours	Initiation/révision à l'escalade indoor 4/4	Valentine Fargeaud	9
2025-03-26	soirée	Esca	Escalade indoor - Satigny	Michel Grivet	2
2025-03-29	2	Esca	Formation : travail de voies dans la Drôme	Sébastien Guéra	7
2025-03-30	1	SkR	Le Buet 3096m	Lucas Müller	2
2025-04-02	soirée	Trail	Trail au Salève - Grands Pitons depuis Beaumont	Celine Schlegel	7
2025-04-02	soirée	Esca	Escalade indoor - Satigny	Michel Grivet	2
2025-04-03	soirée	Div	Secrets géologiques du bassin genevois - conférence	Carmen La Lueta Guyard	13
2025-04-05	2	SkR	Arpelistock 3036m - Wildhorn 3250m	Thomas Henninger	2
2025-04-06	1	Rdo	Le Vuache	Geneviève Janin Ndaw	11
2025-04-08	1	Rdo	Dessiner la montagne : Gorges de Covatanne	Mona Dupraz	0
2025-04-09	soirée	Trail	Trail au Salève - Orjobet depuis le Coin	Sébastien Weil	5
2025-04-09	soirée	Esca	Escalade indoor - Satigny	Michel Grivet	0
2025-04-11	1	Skialp	Pointe d'Anterne 2733m : Par le Désert de Platé	Thomas Henninger	4
2025-04-11	1	Esca	Soirée bloc à Totem	Titus Haenni	6
2025-04-12	après-midi	Cours	Initiation aux grandes voies (1/4)	Yan Su	6
2025-04-16	soirée	Trail	Trail au Salève - Grande Gorge depuis Bossey	Sébastien Weil	5
2025-04-16	soirée	Esca	Escalade indoor - Satigny	Michel Grivet	2
2025-04-23	soirée	Trail	Trail au Salève - Grande Gorge depuis Bossey	Celine Schlegel	5
2025-04-26	1	Rdo	Rando-Raclette Vallée de Joux	Caroline Apothéloz	1
2025-04-26	2	SkR	Tête de Ferret 2714m et Aiguille des Angro-niettes	Bruno Beurret	5
2025-04-26	après-midi	Cours	Initiation aux grandes voies (2/4)	Yan Su	5
2025-04-30	soirée	Trail	Trail au Salève - Petit Salève, sentier des Voûtes	Sébastien Weil	9
2025-05-01	1	Rdo	Gorges de l'Areuse	Caroline Apothéloz	4
2025-05-04	après-midi	Cours	Initiation aux grandes voies (3/4)	Yan Su	6
2025-05-06	soirée	Div	Soirée de bénévoles	Caroline Apothéloz	21
2025-05-07	soirée	Div	Visite des Rocailles du Jardin botanique	Nicolas Freyre	3

Les courses réussies

Date	Durée	Type	Activité	Chef - fe de course	Nbre participant - e
2025-05-07	soirée	Esca	Escalade indoor - Satigny	Valentine Fargeaud	1
2025-05-08	soirée	RdA	Trail au Salève - Sentier des Buis	Celine Schlegel	5
2025-05-08	soirée	Esca	Révision manip au relais pour l'escalade	Valentine Fargeaud	7
2025-05-10	2	Esca	Week-end initiation/mise à niveau de grimpe	Céliane Grenier	0
2025-05-10	1	Cours	Initiation aux grandes voies (4/4)	Yan Su	6
2025-05-11	1	Rdo	Saint-Cergue	Geneviève Janin Ndaw	6
2025-05-11	1	Esca	Escalade facile au Salève (moulinettes)	Valentine Fargeaud	5
2025-05-14	1	Trail	Trail au Salève - Grand Piton, boucle de St Blaise	Sébastien Weil	4
2025-05-17	1	SkR	Pointe de la Terrasse 2732m	Lucas Müller	3
2025-05-17	1	ViaFe	Via ferrata, initiation: la «Revaclier»	Titus Haenni	4
2025-05-17	1	Rdo	Km vertical de Fully (rando)	Philippe Soulié	3
2025-05-18	1	VTT	Mini-GAG (4-9 ans famille): Vélo	Lisa Stock	5
2025-05-18	1	Cours	Formation Via Ferrata, sécurité et sauvetage	Sébastien Guéra	3
2025-05-24	1	Rdo	Dent de Jaman	Caroline Apothéloz	2
2025-05-24	1	Esca	Escalade longue voie, Météorire	Nicolas Baud	5
2025-05-29	1	Esca	Escalade longue voie, Dame à l'Etage	Nicolas Baud	4
2025-05-31	1	Esca	Grimpe à Pont-la-Ville Fribourg	Valentine Fargeaud	5
2025-06-01	1	Rdo	Colomby de Gex	Geneviève Janin Ndaw	5
2025-06-07	1	Esca	Moulinette et BBQ au salève	Julien Vouga	0
2025-06-08	1	Rdo	Chalets de l'Avenaz	Josiane Mathys	6
2025-06-10	soirée	Esca	Longue voie au Salève, l'Arête des Etiollets	Adrien Besson	4
2025-06-11	soirée	Trail	Trail - La Dôle depuis Chésereux	Celine Schlegel	4
2025-06-12	1	Cours	Formation noeuds et manipulations de corde 2	Adrien Besson	8
2025-06-14	1	Div	Sports et grillades EX grimpe et grillades	Michel Grivet	2
2025-06-14	1	Alpi	Sports et grillades : Vélo + Etiollets	Titus Haenni	3
2025-06-14	1	Esca	Pointes de la Blonnière : L'Arête à Marion	Celine Schlegel	4
2025-06-14	1	Esca	Sports et grillades : Moulinettes à la Corne	Valentine Fargeaud	5
2025-06-14	1	Rdo	Sports et grillades : Randonnée	Sandra Giovannini	5
2025-06-14	1	Esca	Sports et grillades : Escalade	Olivier Nicolas	1
2025-06-14	1	Esca	Sports et grillades : Escalade à la face Ouest	Nicolas Baud	4
2025-06-14	1	Esca	Sports et grillades : Etiollets arête et sentier	Mathias Buhler	3
2025-06-14	1	ViaFe	Sports et grillades : Via Ferrata	Felix Kirchmeier	4
2025-06-15	1	Rdo	L'Ambrevetta par la combe de Tardevant	Philippe Soulié	5
2025-06-20	soirée	Rdo	Sentier d'Orjobet et Corratier Afterwork	Caroline Apothéloz	3
2025-06-20	3	Cours	Initiation/révision « Alpinisme Estival »	Adrien Besson	16
2025-06-21	1	Rdo	Tour des Gastlosen	Caroline Apothéloz	6
2025-06-21	2	Alpi	Aiguille du Tour 3542m	Nicolas Freyre	2
2025-06-21	2	Rdo	Mini GAG (4-9 ans famille): week-end Nuit en Tipi	Thomas Henninger	11
2025-06-23	soirée	Div	Révision des statuts: séance de consultation	Titus Haenni	1
2025-06-25	soirée	Trail	Trail au Salève - Grande Gorge depuis Bossey	Celine Schlegel	5
2025-06-28	1	Rdo	Têtes Noire, Ronde et Arpettaz 1864m	Christophe Pernet	4
2025-06-28	1	Rdo	Le Grammont 2172m	Jean-Michel Tavelli	2
2025-06-28	2	Cours	Formation : bases du sauvetage	Sébastien Guéra	1
2025-06-29	1	Rdo	Lac Darbon	Josiane Mathys	6
2025-06-29	1	ViaFe	Molésion : via ferata du Pilier	Thomas Henninger	2
2025-07-02	2	Rdo	Dessiner la montagne : au-delà du Pays d'En-Haut	Mona Dupraz	6
2025-07-02	après-midi	Trail	Trail au Salève, Itinéraire surprise	Celine Schlegel	3
2025-07-05	1	Alpi	Les Diablerets 3210m	Francesco Bruscoli	5

Les courses réussies

Date	Durée	Type	Activité	Chef . fe de course	Nbre participant . e
2025-07-05	2	Alpi	Nadelhorn 4327m	Mathias Buhler	4
2025-07-05	1	Rdo	Lac de Pormenaz 1947m	Christophe Pernet	9
2025-07-06	1	Esca	Sortie Longue voie - Jardins de la Dame	Valentine Fargeaud	2
2025-07-06	1	Cours	Formation gestuelle et technique d'escalade	Sébastien Guéra	6
2025-07-09	soirée	RdA	Trail au Salève - Sentier des Buis	Sébastien Weil	5
2025-07-11	2	Rdo	Ovronnaz - Cabane Rambert - Derborence	Jean-Michel Tavelli	3
2025-07-12	2	Esca	Longues voies faciles	Julien Vouga	0
2025-07-12	2	Cours	Equipement de voies, massif du Mt Blanc: WE Agathe	Michel Piola	5
2025-07-13	1	Rdo	Lac d'Anterne	Geneviève Janin Ndaw	8
2025-07-16	soirée	Trail	Trail - Les Voirons depuis St Cergues	Celine Schlegel	5
2025-07-18	4	Alpi	Frête des Charmoz	Olivier Zuber	2
2025-07-19	2	Alpi	Le long de l'Eau Noire: Dent de Fenestral (2579m)	Titus Haenni	3
2025-07-25	2	Rdo	Ovronnaz - Fenestral - Tour du Grand Chavalard	Jean-Michel Tavelli	4
2025-07-26	1	Rdo	Refuge de Trébentaz 1900m	Josiane Mathys	0
2025-07-26	2	Esca	Moulinette et longue voie au Brévent	Julien Vouga	0
2025-07-30	1	Rdo	Dessiner la montagne : Lac Bénit	Mona Dupraz	4
2025-08-08	3	Esca	Escalade à la Turtmannhütte (longue voie)	Titus Haenni	3
2025-08-09	2	Alpi	Mont Blanc de Cheilon 3870m	Nicolas Freyre	3
2025-08-09	1	RdA	Expérience T4 - Le Luisin (2785m)	Nicolas Baud	3
2025-08-09	1	Rdo	Dent de Jaman	Jean-Michel Tavelli	3
2025-08-15	2	Alpi	Pain de Sucre 2900m	Isabelle Berger	3
2025-08-22	3	Rdo	Grand Paradis en camping	Caroline Apothéloz	1
2025-08-23	2	Rdo	RandoPhoto été	Katja Weigl	2
2025-08-23	2	RdA	Expérience T4 - La Haute Cime (3257m)	Nicolas Baud	4
2025-08-23	1	Rdo	Lac et Roc de Tavaneuse 2156m	Christophe Pernet	3
2025-08-23	1	Esca	Dent d'Oche - voie Ravanel	Olivier Nicolas	2
2025-08-24	2	Rdo	Traversée Restipass Lötschental -Loèche-les-Bains	Josiane Mathys	6
2025-08-30	2	Cours	Formation d'équipement de voie	Michel Piola	6
2025-09-03	1	Rdo	Dessiner la montagne : Le Parmelan	Mona Dupraz	3
2025-09-06	1	RdA	Pointe Percée 2750m	Nicolas Freyre	3
2025-09-06	1	Esca	Sortie longue voie - Météorire	Valentine Fargeaud	2
2025-09-08	5	Rdo	Traversée Greina en douceur	Josiane Mathys	11
2025-09-11	4	VTT	Week-end VTT dans le Jura suisse	Christophe Pernet	4
2025-09-13	2	Rdo	Garda Bordon et Tsaté	Philippe Soulié	10
2025-09-20	2	Cours	Cours Cartographie et orientation	Michel Grivet	4
2025-09-20	1	Esca	Plan de l'Aiguille	Olivier Nicolas	1
2025-09-20	2	Alpi	Alpinisme rocheux facile	Julien Vouga	0
2025-09-24	soirée	Cours	Initiation/révision à l'escalade indoor 1/4	Valentine Fargeaud	12
2025-09-27	2	Esca	Mini GAG (4-9 ans famille): week-end en cabane	Thomas Henninger	11

Chef·fe·s de courses actif·ve·s Hiver 2025 - 2026

Prénom Nom	E-mail	Portable	Hiver	Été	Escalade	J+S	Rando	Famille	Alpinism	Profession.
Adrien Besson	adrien.besson@group8.ch	078 642 07 60	2	1						
Anna Tassaux	anna.tassaux@icloud.com	078 799 96 64							x	
Anthony Fernandez	anthony.fernandez@bluewin.ch	079 375 62 53							x	
Arnaud Keller	arnaud_keller@hotmail.fr	079 825 90 85							x	
Bruno Beurret	brunobeurret@gmail.com	076 616 20 05	1							
Bruno Boehm	boehmbruno@gmail.com	078 796 99 84							x	
Caroline Apothéloz	caroline.apotheloz.cas@gmail.com	079 260 48 02					x			
Celine Schlegel	celine@elistyle.com	079 313 58 76	1	1						
Chantal Bossi	chantal.bossi@bluewin.ch	076 532 25 08							x	
Francesco Bruscoli	fbruscoli@yahoo.com	076 330 91 07	1	1						
Geneviève Janin Ndaw	janinn daw@hotmail.fr	078 685 29 79					x			
Henry Nguyen	henrynewtone@gmail.com								x	
Isabelle Berger	bergerisab@gmail.com	079 352 70 79	2	2						
Jean-Marc Desbaillet	jm desbaillet@sunrise.ch		1							
Jeremy Schmid	jeremyschmid.pro@gmail.com	079 194 19 52							x	
Jocelyn Roth	roth.jocelyn@gmail.com	078 681 68 79							x	
Josiane Mathys	josy14@bluewin.ch	079 360 17 93					x			
Julien Vouga	gavouj@gmail.com	022 321 81 57							x	
Katja Weigl	katja.weigl@gmail.com	077 421 71 94	1							
Lisa Stock	lisastock@gmx.de	078 685 26 29		2						
Lucas Müller	lumu@runbox.com	079 772 72 08	1							
Michel Grivet	m.grivet@bluewin.ch	079 477 43 47	2							
Michel Piola	piolamichel@hotmail.com	+33 645 58 19 31	Guide							
Nathalie Jacquemoud	n.jacquemoud.cas@gmail.com					x				
Nicolas Baud	nicolas.baud@outlook.com	079 372 11 51	Accompagnateur							
Olivier Probst	olivier.probst@pre-gabet.ch	078 724 63 13	1	1						
Quentin Rickli	quentin.rickli@gmail.com	79 564 48 92							x	
Rachel Kunstmann	rachel.kunstmann@protonmail.com	079 440 83 66							x	
Raphael Florez Uria	raphael.fdu@gmail.com	076 679 85 53	1							
Renaud Walder	renaudwalder@gmail.com	078 910 00 80							x	
Richard Nozin	nozinrico@yahoo.fr	+33 6 24 62 08 47	Guide							
Sébastien Weil	s_weil@hotmail.com	078 649 08 18	1	1						
Sophie Borloz	sophie@extrableu.ch	079 632 88 90	1							
Stephan Schulte	stephan.schulte@sunrise.ch	076 392 33 27	2	1						
Thomas Dagonnier	thomas.dagonnier@gmail.com	079 770 48 03	1							
Thomas Henninger	thomashenninger@yahoo.com	076 752 62 62	2	2	x	x	x	x		
Titus Haenni	haenni0@gmail.com	076 371 91 41		1						
Tomasz Koziel	tkkoziel@gmail.com	077 914 30 87		1						

Prénom Nom	E-mail	Portable	Hiver	Été	Escalade	J+S	Rando	Famille	Alpiness	Profession.
Valentine Fargeaud	v.fargeaud@hotmail.com	079 938 05 36			x					
Yann Tomassi	yayatomassi@gmail.com	079 527 72 10							x	

Réunion-repas des cheffes/chefs de courses

Cette année la réunion-repas des chef·fes de courses aura lieu le **mercredi 4 mars 2026** dès 18h00. Salle du Rondeau, Bd des Promenades 26, Carouge.

Remerciements aux cheffes et chefs de courses

Grâce à votre engagement nos membres ont pu, comme à l'accoutumée, profiter de belles sorties en montagne en sécurité et avec plaisir. Vous êtes l'âme de notre club.

Les responsables des activités et de la formation vous remercient, au nom du comité et de tous les membres, et vous souhaitent de belles courses pour les saisons d'hiver et de printemps qui s'annoncent.

Toute l'équipe Activités & Formations

Calendrier des courses

Liste des abréviations des activités

Alpi	Alpinisme	Raq	Randonnée raquettes	VTT	Vélo tout terrain
CasGI	Cascade de glace	Rparc	Randonnée à ski sur itinéraire sécurisé	ViaFe	Via ferrata
Cours	Cours technique	Skialp	Ski alpinisme		Alpiness
Div	Divers	SkF	Ski de fond		
Esca	Escalade	SkP	Ski de piste		Formation
Rdo	Randonnée	SkR	Ski de randonnée		
Rda	Randonnée alpine	Trail	Course en montagne		Transports écolo

Attention

Le calendrier des courses peut être sujet à modifications !

Pour obtenir les dernières mises à jour, il est conseillé de consulter régulièrement le logiciel de gestion des courses en ligne sur le site. De plus, vous obtiendrez davantage de détails sur le site.

Pour cela, vous devez vous connecter sur le site du GAG <https://cas-le-gag.ch/> et cliquer sur "S'INSCRIRE AUX COURSES" ou directement sur <http://droptours.cas-le-gag.ch/>

Pour vous inscrire, vous devez vous connecter en entrant votre numéro de membre et votre mot de passe (par défaut, votre date de naissance sans les "0". Par exemple pour le 08.06.1985, il faut entrer 8.6.1985).

Signification des informations d'inscription sur Droptours.

Pour pouvoir vous inscrire en ligne, il faut que le point avant le nom de la course soit **vert**.

Si le point est blanc, vous devez aller voir le détail de la course pour savoir si :

- Vous êtes hors de la fourchette des dates d'inscription.
- Le ou la chef.fe de course ne veut pas/plus d'inscription en ligne.

Si le point est rouge, alors la course est soit complète et le ou la chef.fe de course ne gère pas de liste d'attente, soit la course est annulée.

Le module rouge (X/Y) avant le point renseigne :

X = le nombre de participants déjà inscrits.

Y = le nombre maximum de participants acceptés.

Si le nombre d'inscrits est plus grand que le nombre de participants maximum, cela veut dire qu'il y a une ou des personnes en liste d'attente.

Les courses Alpiness sont également ouvertes aux membres du club âgés de plus de 30 ans.

La priorité est donnée aux jeunes d'Alpiness, mais s'il reste de la place vous serez volontiers accepté.e.

Transports publics ou covoiturage :

Les courses non marquées "Transports publics" se font en covoiturage. Les frais de covoiturage sont répartis sur les participants (voir le chapitre « Calcul des frais de transport »).

Les courses marquées "Transports publics" sont entièrement réalisées en transports publics. En s'inscrivant, les participants s'engagent à faire ces courses en respectant ce principe.

Echelle CAS pour la cotation des courses en raquettes

Degré	Terrain	Dangers	Exigences	Exemples de courses
WT1 Randonnée facile en raquettes	< 25°. Dans l'ensemble plat ou peu raide. Pas de pentes raides à proximité immédiate.	Pas de danger d'avalanche. Pas de danger de glissade ou de chute.	Connaissances en avalanches pas nécessaires.	Petit Môle: faible pente et chemin large en forêt.
WT2 Randonnée en raquettes	< 25°. Dans l'ensemble plat ou peu raide. Pentes raides à proximité.	Danger d'avalanche. Pas de danger de glissade ou de chute.	Connaissances de l'évaluation de la situation en matière d'avalanches.	Col Ratti: depuis le col de l'Encrenaz. Pente le plus souvent faible, pas de fil conducteur évident à suivre en cas de visibilité réduite. Col de la Golèse: depuis les Allamands. Faible pente, chemin bien visible sur le bas mais moins évident sur la fin.
WT3 Randonnée exigeante en raquettes	< 30°. Dans l'ensemble peu à modérément raide. Courts passages raides.	Danger d'avalanche. Faible danger de glissade, glissades courtes se terminant sans risques.	Connaissances de l'évaluation de la situation en matière d'avalanches.	Pointe d'Andey: La dernière pente nécessite des lacets à la montée. Sur Cou: La pente nécessite des lacets à la montée.
WT4 Course en raquettes	< 30°. Modérément raide et/ou traversées de pentes. Parcours partiellement mêlé de rochers. Glacier peu crevassé.	Danger d'avalanche. Danger de glissade avec risque de blessures. Faible risque de chute.	Bonnes connaissances de l'évaluation de la situation en matière d'avalanches. Bonne technique de marche. Connaissances alpines élémentaires.	Tête de Bostan: Quelques passages où la pente est plus forte. Un passage étroit.
WT5 Course alpine en raquettes	< 35°. Raide et/ou traversées de pentes et/ou barres rocheuses. Glacier.	Danger d'avalanche. Risque de chute. Risque de chute en crevasse. Dangers alpins.	Bonnes connaissances de l'évaluation de la situation en matière d'avalanches. Bonnes connaissances alpines. Sécurité du pas.	Face S de la Pointe d'Uble: Longue pente à un peu plus de 30°. Face S du Môle: Longue pente à un peu plus de 30°. Haute-Pointe: Le haut de la combe dépasse largement les 30°.
WT6 Course alpine exigeante en raquettes	> 35°. Très raide. Passages exigeants et/ou traversées de pentes et/ou barres rocheuses. Glacier fortement crevassé.	Danger d'avalanche. Risque de chute. Risque de chute en crevasse. Dangers alpins.	Connaissances de l'évaluation de la situation en matière d'avalanches. Excellentes connaissances alpines. Sécurité du pas dans le rocher, la neige et la glace.	Face W de la Pointe d'Uble: Longue pente de près de 40°. Face NW du Môle: Un passage à plus de 40°. Pointe Blanche par le col du Rasoir: Nécessite crampons/piolet pour la portion après le col.

Echelle CAS pour courses à ski

Degré	Pente	Degré d'exposition	Forme du terrain Montée et descente	Passages étroits	Exemples
F (+) Facile	jusqu'à 30°	Pas de risque de glissade.	Terrain doux, vallonné, sol égal.	Pas de passages étroits.	Pointe de la Gay, Croix de l'Ecuelle, La Berte.
PD (- +) Peu difficile	dès 30°	Risque de courtes glissades se terminant en pente douce.	En général, larges pentes avec quelques brefs raidillons. Possibilité d'éviter les obstacles (conversions nécessaires).	Courts et peu escarpés.	Pointe d'Areu, Aiguille Verte du Chinailon, La Tournette, col du Tour Noir, Pointe de Chalune.
AD (- +) Assez difficile	dès 35°	Risque de glissades plus longues, possibilité de freiner (risque de blessures).	Brefs raidillons sans possibilité d'évitement. Les obstacles sur des pentes modérées exigent de bonnes réactions (assurer ses conversions).	Courts, mais raides.	Pointe de la Blonière, Les Avoudrues, Trou de la Mouche, traversée des Dômes de Miage (descente par Armanette).
D (- +) Difficile	dès 40°	Risque de longues glissades débouchant parfois sur des pentes raides (danger de mort).	Pentes raides ne pouvant pas être évitées. Nombreux obstacles exigeant une bonne maîtrise de la technique de descente.	Longs et raides. Virages courts possibles pour les bons skieurs.	Aiguille d'Argentière (par le glacier du Milieu), Mont de Grange (couloir de Chemine), Mont-Blanc (par les 3 Monts et face Nord).
TD (- +) Très difficile	dès 45°	Risque de glissades débouchant sur des pentes raides (danger de mort).	Terrain généralement très raide, souvent coupé de barres rocheuses. Obstacles nombreux et rapprochés.	Longs et très raides. A surmonter par des dérapages et des sauts.	Aiguille Verte (couloir Whimper), Obergabelhorn (face Nord), Mont Rose (couloir Marinelli).
ED (- +) Extrêmement difficile	dès 50°	Très exposé.	Faces ou couloirs très raides, aucune possibilité de repos au cours de la descente.	Longs, succession de tronçons très raides, descente par des dérapages et des sauts uniquement.	Mönch (face NE), Cervin (face Est), Aiguille de Tricot (face Nord).
EX Extraordinairement difficile	dès 55°	Extrêmement exposé.	Pentes et couloirs extrêmes.	Rappels parfois nécessaires pour franchir certains passages.	Eiger (face Nord-Est).

Critères auxiliaires : Orientation difficile tant à la montée qu'à la descente, itinéraire difficilement reconnaissable; difficile, voire impossible de se rattraper si l'on s'est trompé d'itinéraire.

1. L'évaluation globale (degré de difficulté) d'une course correspond à la valeur maximale des critères principaux.
2. Lorsqu'un critère auxiliaire entre en ligne de compte, le degré de difficulté augmente d'un tiers de degré (p.ex. de PD+ à AD-).
3. Les indications moins (-) et plus (+) servent à affiner l'échelle.
4. L'évaluation de la difficulté suppose de bonnes conditions d'enneigement, de météo et de visibilité.
5. L'évaluation globale concerne uniquement la partie de la randonnée qui se fait à ski. Les degrés de difficulté technique pour l'escalade sont indiqués séparément dans l'entête ; description pour les passages à pied (échelle UIAA).

Calendrier Alpiness

30.11.	Initiation Dry au Salève Arnaud Keller	Div
06.12.	Initiation Ski de Randonnée Yann Tomassi	SkR F
13.12.- 14.12.	Week-end initiation au Ski de Randonnée Bruno Boehm	SkR F
21.12.	Ski de Randonnée - sortie jeunes Renaud Walder	SkR PD
28.12.- 30.12.	Camp de Nouvel An Chantal Bossi	SkR PD
04.01.	Course d'initiation Mixte Quentin Rickli	Alpi AD+ / +1000m, -1000m/3h
10.01.- 11.01.	Week-end débutants Henry Nguyen	SkR
17.01.- 18.01.	Initiation Cascade de glace Julien Vouga	CasGl
24.01.- 25.01.	Week-end à la cabane Barraud Anna Tassaux	SkR PD
31.01.- 01.02.	Cascade de glace à Cogne Jeremy Schmid	CasGl
08.02.	Ski de randonnée à la journée Anthony Fernandez	SkR PD
14.02.- 15.02.	Week-end jeunes Jocelyn Roth	SkR PD
20.02.- 22.02.	3 jours de ski autour de la Binntalhütte Rachel Kunstmann	SkR AD

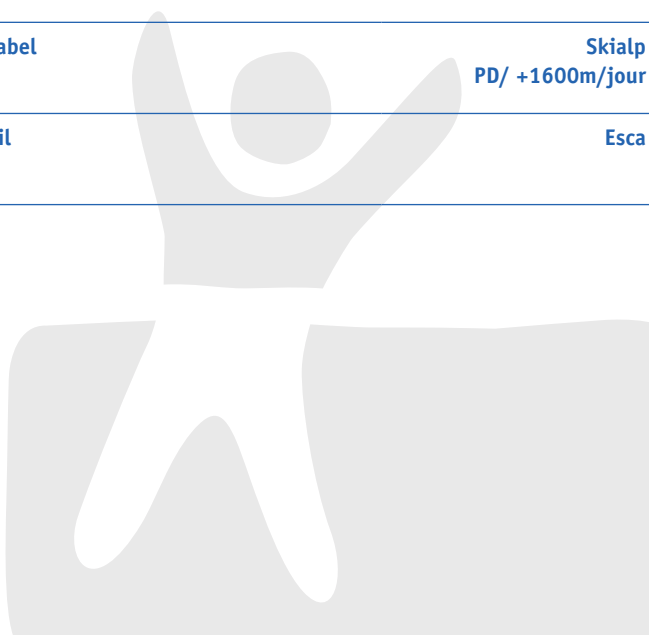
28.02.- 01.03.	Week-end belle étoile Anthony Fernandez	SkR PD
07.03.- 08.03.	Initiation ski-alpi Quentin Rickli	Skialp
14.03.- 15.03.	Week-end autour de la cabane du Fenestral Anna Tassaux	SkR PD
21.03.- 22.03.	Week-end à l'Igloo des Pantalons blancs Jeremy Schmid	SkR AD
28.03.- 29.03.	Initiation ski-alpi Chantal Bossi	Skialp
03.04.- 06.04.	Haute route de Pâques Jocelyn Roth	Skialp AD
18.04.- 19.04.	Week-end au Refuge de l'Envers des Dorées Henry Nguyen	Skialp AD
02.05.- 03.05.	Bishorn (4000 facile) Renaud Walder	Skialp PD/ +1600m/jour
09.05.- 10.05.	Dom des Mischabel Jocelyn Roth	Skialp PD/ +1600m/jour
14.05.- 17.05.	Grimpe au soleil Anna Tassaux	Esca

Février

Mars

Avril

Mai



Calendrier des courses

15.11.	Aiguille des Calvaires 2322m Thomas Dagonnier	SkR PD/ +900m,-1300m/4h
16.11.	Randophoto automne Katja Weigl	Rdo F/ +700m,-700m/6h
20.11.	Assemblée générale du GAG (AG) Carmen La Lueta	Div
22.11.	Le rendez-vous des Sages Caroline Apothéloz	Rdo T1/ +300m,-300m/3h00
23.11.	Selon enneigement Katja Weigl	SkR PD/ +1000m,-1000m/ 3h
23.11.	Soirée Mini-GAG (5-10 ans famille) Thomas Henninger	Div
25.11.	La grimpe du mardi Titus Haenni	Esca
30.11.	Deux Pointes, la Savolaire et la Bellevue 2041m Lucas Müller	SkR F/ +1700m,-1700m/5h
02.12.	La grimpe du mardi Titus Haenni	Esca
05.12.	Raquettes Pleine lune Vallée de Joux Caroline Apothéloz	Raq WT1/ +300m,-300m/4h
07.12.	Tête de la Charme 1870m Josiane Mathys	Raq WT1/ +400m,-400m/3h
07.12.	Randophoto hiver Katja Weigl	Raq WT1/ +480m,-480m/4h
09.12.	La grimpe du mardi Titus Haenni	Esca

11.12.	Présentation gourmande du programme (+marmite) Titus Haenni	Div
14.12.	Deux Pointes, Chalune 2010m et Ratti 1923m Lucas Müller	SkR PD-/ +1331m,-1331/5h
15.12.	Découverte/Révision du ski de randonnée - mod. 1/3 Nicolas Baud	Cours
16.12.	Grimpe du mardi déguisée (fête de l'Escalade) Titus Haenni	Esca
20.12.	Col de Chenau 2237m Isabelle Berger	SkR PD/ 4h
20.12.	Les Quatre Têtes 2364m Celine Schlegel	SkR PD/ +1400m,-1400m/6h
20.12.	Cours école de ski du GAG - FLAINE Nathalie Jacquemoud	Cours
20.12.- 21.12.	S'il y a de la neige Stephan Schulte	SkR PD+/ +1000m,-1000m/4h
21.12.	Chalets du Leutellet 1777m Josiane Mathys	Raq WT1/ +400,-400m/3h30
23.12.	La grimpe du mardi Titus Haenni	Esca
24.12.	Tête de Bostan 2406m Sébastien Weil	SkR PD-/ +1330m,-1330m/6h
27.12.	Grande Dent de Morcles 2968m Celine Schlegel	SkR PD+/+1100m,1100m/5h
28.12.	Le Beaufort 3048m Sébastien Weil	SkR PD/ +1420m,-1420m/6h30
02.01.- 04.01.	Haute route Chamonix - Les Marécottes Adrien Besson	SkR AD-/ +1350m,- 2500m/5h30

03.01.	Col de Tavaneuse 1997m Francesco Bruscoli	SkR PD/ +1050m,-1050m/5h
03.01.	Hospice du Grand-Saint-Bernard à raquettes 2469m Nicolas Baud	Raq WT3/ +650m,-650m/5h30
03.01.	Cours école de ski du GAG - FLAINE Nathalie Jacquemoud	Cours
04.01.	Tête Noire par la Croix du Planet Caroline Apothéloz	Raq WT1/ +560m,-560m/4h
07.01.	Col du Tarent, Châtillon 2478m Isabelle Berger	SkR PD+/+1078m,1078m/4h30
08.01.	Souper canadien à la salle des Charmettes Laurence Aeberhard	Div
10.01.	Cabane Rochefort en raquettes Caroline Apothéloz	Raq WT1/ +200m,-200m/3h30
10.01.	La Berte 1992m Raphael Florez Uria	SkR PD/ +790m,-790m/3h
10.01.	Cours école de ski du GAG - FLAINE Michel Grivet	Cours
10.01.	Cascade de glace 1 (initiation/révision) Richard Nozin	Cours
11.01.	Mini-GAG (5-10 ans famille): initiation skirando Thomas Henninger	SkR F/ +400m/-400m/2h
16.01.- 17.01.	Gsteig - Walighürli Olivier Probst	SkR PD/ +900m,-900m/4h30
16.01.- 18.01.	Découverte/Révision ski de randonnée - mod. 2/3 Nicolas Baud	Cours F
16.01.	Découverte ski de rando: ski en neige non préparée Jean-Marc Desbaillet	Cours

17.01.	Les Monts Chevreuils en raquettes Caroline Apothéloz	Raq WT1/ +370m,-370m/4h30
17.01.	Col de Lys 1779m Francesco Bruscoli	SkR PD/ +900m,-900m/4h
17.01.	La Tournette 2351m Lucas Müller	SkR PD/ +1400m,-1400m/4h
17.01.	Cours école de ski du GAG - FLAINE Nathalie Jacquemoud	Cours
18.01.	Le Haut de Marlens 1650m Josiane Mathys	Raq WT2/ +530m,-530m/4h
18.01.	Traversée du Pic Chaussy 2315m Thomas Henninger	SkR AD+/ +1000m,-1000m/5h
18.01.	Cascade de glace 2 (initiation/révision) Richard Nozin	Cours
21.01.	La Dôle de nuit 1677m Francesco Bruscoli	SkR +600m,-600m/3h
23.01.	Petit Bargy 2098m, par le lac Bénit Thomas Henninger	Skialp AD/ +1000m,-1000m/4h



**Dolomites, Etna, Slovénie,
Tour du Mont Blanc et Haute Route**
5 séjours ski de randonnée en groupe,
avec départs en train inclus depuis Genève



www.abaca-travel.ch

24.01.	Pic Chaussy 2349m Raphael Florez Uria	SkR PD/ +911m,-911m/3h
24.01.- 25.01.	Découverte/Révision ski de randonnée - mod. 3/3 Adrien Besson	Cours F
25.01.	La Dôle par L'Archette Sophie Borloz	SkR PD/ +550m,-550m/5h
30.01.- 02.02.	Schwarzhorn 3108m, Alpe Devero/Binntal Lucas Müller	SkR AD/ +1478m,-1478m/5h
31.01.	Col du Chaudin 2100m Francesco Bruscoli	SkR PD+/ +1200m,-1200m/6h
01.02.	Refuge de Chavan 1680m Josiane Mathys	Raq WT1
01.02.	Cours Refresh sécurité randonnée hivernale Michel Grivet	Cours F
02.02.	Pleine Lune à la Pointe d'Andey 1877m Thomas Henninger	SkR PD/ +700m,-700m/2h
05.02.	Col de la Tulle 1930m Michel Grivet	SkR F/ +700m,-700m/2h30



Maintenant que tout ce que j'aime
est considéré comme toxique,
je me suis fait faire un sac
sur mesure ...
On ne sait jamais.

Evidemment chez :
Bernard Wietlisbach

MINUS1

Sacs et accessoires fabriqués ici
31 rue St-Joseph. 1227 Carouge
079.763.23.90 www.minus1.ch

lu & ma de 9 à 14h, parfois jeudi 11 à 18h

06.02.- 08.02.	Cascade de glace 3 (Grandes voies) Richard Nozin	Cours AD
07.02.- 08.02.	Aiguille des Angroniettes 2885m Raphael Florez Uria	SkR AD-/ +1200m, 1200m/6h30
07.02.- 08.02.	Ski rando en Entremont Bruno Beurret	SkR PD/ +1030m, -1030m/5h30
08.02.	Mini GAG (5-10 ans famille): journée Mini-ski Thomas Henninger	SkP F
12.02.	La Dôle de nuit Raphael Florez Uria	SkR PD-/ +500m -500m/2h
13.02.- 16.02.	Skirando Gemmi - Wildstrubel - 3240m Stephan Schulte	SkR PD+/ +1000m, -1000m/4h
14.02.- 15.02.	Arpelistock 3036m et Wildhorn 3250m Adrien Besson	SkR AD-/ +1300m, -2000m/6h
14.02.- 15.02.	Mini GAG (5-14 ans famille) - Week-end à La Plania Thomas Dagonnier	Div F/ +400m, -400m/4h
15.02.	Refuge Chalet des Prés 1930m Josiane Mathys	Raq WT2/ +700m, -700m/4h30
15.02.	Pointe d'Euzanne 2320m Katja Weigl	SkR AD/ +1350m, -1350m/4h
20.02.	Pointe de Carmélite: 2477m Thomas Henninger	SkR PD/ +1000m, -1000m/4h
20.02.- 22.02.	Galehorn 2797m (Col du Simplon) Olivier Probst	SkR AD-/ +1000m, -1000m/4h
21.02.	Expérience bivouac avec fondue Nicolas Baud	Raq WT1/ +200m, -200m/2h
21.02.- 22.02.	Gd St.-Bernard: Tête de Fontainte 2774m Francesco Bruscoli	SkR PD/ +850m, -1000m/5h

Courses

Février Mars	22.02.	Dent de Valerette par les Giettes Sophie Borloz	SkR PD/ +90m,-900m/4h30
	27.02.- 28.02.	Wildhorn 3250m Isabelle Berger	SkR PD/ +1030m,-2000m/4h
	28.02.- 01.03.	Val d'Arpette Stephan Schulte	SkR PD+/ +1200m,-1200m/5h
	05.03.	Souper canadien à la salle des Charmettes Laurence Aeberhard	Div
	06.03.- 08.03.	Week-end La Fouly Josiane Mathys	Raq WT2/ +560m,-560m/4h
	06.03.	La Berte 1992m Nicolas Baud	SkR F/ +800m,- 800m/4h
	07.03.- 08.03.	Formation ski-alpinisme Adrien Besson	Skialp PD
	07.03.- 08.03.	Col de Malatra 2928m Val Ferret, Italie Katja Weigl	SkR PD+/ +950m,-1400m/4h
	11.03.	Initiation/révision à l'escalade indoor 1/4 Valentine Fargeaud	Cours 4c
	12.03.	Rochers des Fiz 2400m Michel Grivet	SkR F/ +700m,-1900m/4h30
	14.03.- 15.03.	Grand Paradis 4061m Adrien Besson	Skialp AD-/ +1330,-2000m/5h
	15.03.	Traversée Diablerets(VD) Feuteroey (BE) 2170m Thomas Henninger	SkR PD/ +1400m,-1400m/6h.
	18.03.	Initiation/révision à l'escalade indoor 2/4 Valentine Fargeaud	Cours 4c
	21.03.- 22.03.	Brèche Puiseux 3500 m ou Pointe Isabelle 3761m Adrien Besson	Skialp AD-/ +1500,-2500 /5h

21.03.	Monts Telliers 2950m Nicolas Baud	SkR PD/ +1030m,-1030m/5h
21.03.- 22.03.	Col des Ignes 3183m et col de l'Evêque 3377m Isabelle Berger	SkR PD/ +1600m,-1600m/7h
22.03.	Le Vuache Geneviève Janin Ndaw	Rdo T2/ +700m,-700m/4h
25.03.	Initiation/révision à l'escalade indoor 3/4 Valentine Fargeaud	Cours 4c
26.03.	Pointe de la Golèse 1837m Michel Grivet	SkR F/ +750m,-750m/2h30
28.03.- 29.03.	Col sud de Menouve 2755m - Mont Fourchon 2901m Nicolas Baud	SkR AD-/ +1200m,-1200m/6h
28.03.- 29.03.	Formation : travail de voies dans la Drôme Sébastien Guéra	Cours 5b
29.03.	Introduction Télémart sur piste Lisa Stock	SkP
01.04.	Initiation/révision à l'escalade indoor 4/4 Valentine Fargeaud	Cours 4c
06.04.	Initiation longue voie (1/x) Titus Haenni	Esca 5c
10.04.	Tête à l'Ane 2804m depuis Flaine/Grandes Platières Thomas Henninger	SkR AD/ +1250m,-2300m/5h
18.04.- 19.04.	Ski rando en Entremont 2 Bruno Beurret	SkR PD/ +1200m,-1200m/6h
19.04.	La Croix Cartier 1834m Josiane Mathys	Rdo T2
23.04.	Tête des Lindars 2560m Michel Grivet	SkR F/ +950,-950/3h

Courses

24.04.- 25.04.	Cours d'escalade trad. Michel Piola	Cours 5b
26.04.	Gagner du temps en escalade: trucs et astuces Michel Piola	Esca 5b
26.04.	Mont d'Hermone 1413m Geneviève Janin Ndaw	Rdo PD/ +700m,-700m/4h30
30.04.- 03.05.	Finsteraarhorn 4274m, Grosses Grünhorn 4044m Adrien Besson	Skialp AD+/ +1430m/6h
03.05.	Combe de la Torchère 2532m Thomas Dagonnier	SkR PD/ +1200,-1200/4h
07.05.	Souper canadien à la salle des Charmettes Laurence Aeberhard	Div
09.05.- 10.05.	Le Cheval Blanc 2830m Lucas Müller	SkR AD-/ +1200m,-1200m/4h
30.05.- 31.05.	Kraxelei autour du lac de Thoune Tomasz Koziel	Alpi 5a/ +450m,-400m/5h
30.05.	Col des Corbeaux - pointe E 2603m Katja Weigl	SkR PD/ +1200m,-1200m/6h

Avril

Mai



EXPERTISE AJUSTÉE

DEPUIS 1896

NOUS ŒUVRONS
AVEC RESPONSABILITÉ ET IMPLICATION

ATAR
MAÎTRE IMPRIMEURS 1896

CERTIFICATIONS RÉGULIÈREMENT RENOUVELÉES ET COMPLÉTÉES

ATAR ROTO PRESSE S.A. - GENÈVE - T +41 22 719 13 13 - ATAR@ATAR.CH - ATAR.CH



Coordonnées des membres

Il est important pour le GAG de disposer des coordonnées à jour de ses membres. Nous vous sommes reconnaissants de vérifier les informations vous concernant en vous connectant sur le site du CAS du Comité Central <https://www.sac-cas.ch> avec votre numéro de membre (cf. carte de membre) et date de naissance (jj.mm.aaaa) ou votre mot de passe, si vous l'avez modifié:

- Contrôlez vos adresses et coordonnées de contact.
- Complétez les informations manquantes.

N'oubliez pas, en cas de déménagement, de nous signaler votre nouvelle adresse, à : fichiermembres@cas-le-gag.ch.

Les personnes dont nous ne disposons pas d'une adresse valable pour l'envoi des cartes de membre et de la facture, en fin d'année, risquent d'être enlevées de la liste des membres.

Logiciel de gestion de courses

Le GAG dispose du logiciel Droptours pour faciliter la gestion des courses. Vous pouvez consulter les propositions de courses et vous inscrire en ligne pour des sorties. Bien sûr, l'inscription par d'autres moyens reste toujours possible, selon les préférences des chef.fe.s de courses.

Vous pouvez consulter, contrôler et modifier les données vous concernant en vous connectant sur le site du CAS du Comité Central (voir ci-dessus).

Ces données sont utilisées uniquement dans le cadre de nos activités.



Photo Clélia Fantini - Le Gros Six

Guides & experts

Les guides membres du GAG		
DEMAUREX Blaise	Ch. des Bouvreuils 3, 1234 Vessy bdemaurex@gmail.com	+33 622 86 22 74 077 425 86 66
HÄNI Jérôme	Ch. de Pinchat 5, 1227 Carouge haeni@atypepeak.com	022 321 85 46 079 549 44 43
HUG Christian	Rte de la Barme, 1925 Finhaut hug.christian2@gmail.com	079 203 50 39
MESSERLI Olivier	Vers Morey 11, 1853 Yvorne oliv.messerli@gmail.com	077 432 22 78
NOZIN Richard	Impasse de Piesbois 89, F-74800 Cornier noznrnico@yahoo.fr	+33 624 62 08 47
PIOLA Michel	Route d'Annecy 237, 1257 Croix-de-Rozon piolamichel@hotmail.com	+33 645 58 19 31
ROULIN Dominique	Rte de La Louvière 1, 1243 Presinge altitudes@bluewin.ch	022 759 17 71
SCHAERRER Bruno	Av. De Chillon 63, 1815 Montreux schaerrbruno@gmail.com	077 450 87 24
URIO Oscar	Avenue du Grand-Champsec 16B, 1950 Sion rax.0@hotmail.com	077 450 12 19
Aspirant guide		
GUEx Anthony	Rue de l'Arbre de la Liberté 1, 1920 Martigny anthony.guex@gmail.com	078 200 59 38
Professeur/Entraîneur d'escalade		
GUÉRA Sébastien Professeur ASGM & Entraîneur de condition physique	Chemin Carabot 27, 1233 Bernex sebastien.guera@gmail.com	078 802 38 69

Guides & experts

Accompagnateurs en montagne

BAUD Nicolas	Route d'Avusy 23, 1285 Athenaz (Avusy) nicolas.baud@outlook.com	079 372 11 51
LAVADINHO Nuno	Rue Daubin 5, 1203 Genève laval@arxit.ch	078 710 70 64
LEHMANN Charles	Rue des Sorbiers 21, 2300 La-Chaux-de-Fond lehmann.charles@destination-montagne.ch	022 757 67 57 079 629 02 62

Aspirants · es accompagnateurs · rices en montagne

BRUDER Elodie	Route de Therens 139, 74160 St-Julien en Genevois elodiebruder@gmail.com	077 474 20 66
CHOLEWINSKA-NIELSEN Agnieszka	Chemin des Saules 99, 1233 Bernex agnieszka.rain@gmail.com	078 955 21 16
BERTHOUD Vesna	Rue Hoffmann 5, 1202 Genève vesniza.f@gmail.com	076 822 97 53
WALPEN Ariane	Route des Ronquos 6, 1950 Sion ariwal@pm.me	076 377 80 87

Le comité du GAG, jusqu'à l'AG 2025

Présidente	LA LUETA Carmen	Carmenlalguy@gmail.com Portable 076 616 47 64
Vice-présidente senior	APOTHELOZ Caroline	caroline.apotheloz.cas@gmail.com
Vice-présidente junior	COQUOZ Christine	christine.c@hotmail.ch
Coordinateur Services	WÜNSCHE Laurent	wlaurent@bluewin.ch Portable 079 287 44 30
Responsable Finances	BERGEROT Séverine	tresorier@gmail.com
Coordinateur Activités & Formations	HAENNI Titus	haenni0@gmail.com
Secrétaire du comité	RIVIERE Estelle	estelle.riviere@gmail.com

Hors comité

Délégué Activités & Formations	GRIVET Michel	m.grivet@bluewin.ch Portable 079 477 43 47
Responsable Relations Sponsors	JACQUEMOUD Nathalie	n.jacquemoud.cas@gmail.com
Coordinateur Jeunesse (Alpiness)	BOEHM Bruno	boehmbruno@gmail.com
Coach J+S (Alpiness)	Noélie Métal	noeliemetral96@gmail.com
Représentant du GAG à Genève-Montagne	WÜNSCHE Laurent	wlaurent@bluewin.ch Portable 079 287 44 30
École de Ski - GAG		ski-gag@cas-le-gag.ch
Commission Sécurité	Isabelle Berger, Thomas Henninger, Yannick Coquoz, Raphaël Roth, Fabien Duc	comsec@cas-le-gag.ch
Groupe Environnement	Stéphanie Germond	steph.germond@gmail.com

Organigramme du Comité 2025

Vice-présidente junior COQUOZ Christine

Accueil, animations, soirées spéciales

Responsable Finances BERGEROT Séverine

Comptabilité, suivi, facturation et subventions

Commission sécurité

Isabelle Berger, Thomas Henninger,
Yannick Coquoz, Raphaël Roth,
Fabien Duc

Présidente

LA LUETA Carmen

Bulletin, Projets,
Relations extérieures CAS & sections et Carouge

Activités & Formations

HAENNI Titus

Responsable Activités & Formations

Secrétaire Comité

Rivière Estelle
Secrétariat et archives

Groupe Environnement

Stéphanie Germond

Vice-présidente senior

APOTHELOZ Caroline

Boîte Info, Newsletter

Coordinateur Services

Wünsche Laurent

Bar, Biblio, Locaux, Matériel, Murr

Représentant Alpiness

Boehm Bruno

Les secours en montagne

Le Secours Alpin Suisse (SAS), créé par le CAS et la REGA, se compose de plusieurs associations régionales, dont le Secours Alpin Romand SARO.

La colonne de secours en montagne Genève 7-11 (connue sous son nom historique de Montagne+Secours) est une composante du SARO.

Toutes ces instances organisent régulièrement des cours de formation pour les sauveteurs, cours été et hiver, ainsi qu'une approche médicale guidée par la REGA.

Si vous avez besoin d'aide

Par téléphone ou natel avec carte SIM d'un exploitant suisse

- En Suisse : **1414** (en Valais **144**)
- De l'étranger : **+41 333 333 333**

Par natel avec une carte SIM d'un exploitant tiers

- Composez systématiquement le **+41 333 333 333**

Autres numéros utiles

- Haute-Savoie (SDIS 74): **112** (qui est le numéro international de détresse en Europe, atteignable directement sans code d'accès.)
- PGHM Chamonix: **0033 450 53 16 89**
- Vallée d'Aoste (et Italie): **118**

Par radio

- **Canal E: 161.300 Mhz** avec un appel 5 tons pour la Suisse (sans le Valais); et avec un squelch de 123 Hz pour la Haute-Savoie et le Val d'Aoste.



Randonnée, montagne, voyage, conseils et réparations, toujours en détente, chez Cactus Sports.

6 rue du Pont-Neuf à Carouge. 022 300 3001, lu-ve 9-19h, sa 10-17h.

