

## LES BONNES ADRESSES

Ski - Montagne  
Coquoz Sports  
10, rue de Villereuse  
1207 Genève  
Tél. : +41 22 735.23.21

Cactus Sports  
6, rue du Pont Neuf  
1227 Carouge  
Tél. : +41 22 300.30.01

Le Globe-Trotter  
9, bd. Des Philosophes  
1205 Genève  
Tél. : +41 22 329 44 38

## UNE ACTIVITE DE TOUTES SAISONS

La randonnée en montagne possède divers atouts. Un de ceux-ci est qu'elle peut se pratiquer en toutes saisons. Il suffit simplement d'adapter l'altitude à laquelle on évolue et, par conséquent, les destinations.

Durant la saison hivernale, on peut pratiquer, bien entendu, la randonnée en raquettes, avec de grandes variations du type de sorties selon que l'on se trouve au cœur de l'hiver ou en fin de saison. Au cœur de l'hiver, je privilégie les sorties plutôt courtes et donc faciles. Plus la saison avance et plus les jours s'allongent, permettant ainsi de planifier des sorties en raquettes plus engagées.

L'automne est la saison où il fait bon aller en montagne. Et bien que les journées deviennent plus courtes, les températures y sont agréables et les couleurs simplement splendides.

Le printemps est également une saison qui permet des expériences splendides. En particulier au début du printemps, avant que les arbres aient débouffés. On retrouve alors les parterres d'anémones, insignifiantes lorsque le soleil se cache et qui s'ouvrent et rayonnent dès que celui-ci éclaire les sous-bois.

Et l'été me demanderez-vous ? Cette saison est bien évidemment la saison de randonnée par excellence. Elle permet également de pouvoir gagner des endroits difficilement accessibles en d'autres saisons, soit à cause de l'altitude, soit à cause de la difficulté.

Je vous souhaite d'excellentes fêtes de fin d'année et vous présente mes meilleurs vœux pour la nouvelle année.

<http://www.destination-montagne.ch>



# Destination Montagne

Depuis 1996

## Programme 2017

Lehmann Charles, 10 ch. de Calabry, 1233 Bernex, Suisse  
Accompagnateur en Montagne UIMLA  
Accompagnateur de randonnée avec brevet fédéral  
Tél. : +41 22 757 67 57  
Fax : +41 22 757 67 58  
Mobile : +41 79 629 02 62  
E-Mail : [lehmann.charles@destination-montagne.ch](mailto:lehmann.charles@destination-montagne.ch)  
Internet : [www.destination-montagne.com](http://www.destination-montagne.com)

## PROGRAMME HIVER 2016-2017

No	Dates	Saison	Destination	Durée	Déni- vel- lation	Diffi- culté	Région	Prix CHF	Prix EUR
1.2017	10 janv. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
2.2017	11 janv. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
3.2017	12 janv. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
4.2017	15 janv. 17	Hiver	La Pointe de Poêle Chaud	3h30	550m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	75	72
5.2017	21 janv. 17	Hiver	Les Monts Chevreuils	4h30	850m	WT1	Pays d'En Haut, Château d'Oex	75	72
6.2017	29 janv. 17	Hiver	Le chalet du Planet	4h	500m	WT1	Jura vaudois, Bassins	75	72
7.2017	4 févr. 17	Hiver	Le Mont de l'Arpille	4h	850m	WT2	Alpes Valaisannes, Martigny	75	72
8.2017	9 févr. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
9.2017	10 févr. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
10.2017	11 févr. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
11.2017	18 févr. 17	Hiver	La Pointe de Bellevue	5h30	800m	WT2	Bas Chablais, Troistorrent	75	72
12.2017	25 févr. 17	Hiver	La Motte	5h	750m	WT1	Préalpes vaudoises, Gryon	75	72
13.2017	5 mars 17	Hiver	Le Crêt de la Neuve	4h30	500m	WT1	Jura vaudois, Saint-George	75	72
14.2017	9 mars 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
15.2017	10 mars 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
16.2017	11 mars 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
17.2017	du 18 au 19 mars 17	Hiver	Une nuit à l'Hospice du Grand Saint-Bernard	jusqu'à 4h	jusqu'à 600m	WT2	Alpes Valaisannes, Martigny	240	225
18.2017	du 25 au 26 mars 17	Hiver	Une nuit à l'Hospice du Grand Saint-Bernard	jusqu'à 4h	jusqu'à 600m	WT2	Alpes Valaisannes, Martigny	240	225
19.2017	2 avr. 17	Hiver	Pointe des Arbennes	6h	1200m	WT1	Aravis, Romme	75	72
20.2017	9 avr. 17	Hiver	La Pointe Ronde	5h45	1200m	WT3	Alpes Valaisannes, Martigny	75	72

## CONDITIONS GENERALES

Les prix s'entendent en Francs suisse et en Euros. Seuls sont indiqués les tarifs adultes. Un rabais d'environ 10% est consenti aux étudiants, apprentis et retraités. Pour connaître ces tarifs, prière de se renseigner sur le site web.

Pour toutes les randonnées, les conditions suivantes s'appliquent :

Les groupes se composent d'un minimum de 6 personnes et de 12 personnes au maximum. Les inscriptions sont prises dans l'ordre d'arrivée. Le délai d'inscription est fixé à 72 heures pour les sorties sur 1 ou 2 jours, et d'au moins 2 semaines pour les raids. Le bulletin d'inscription est encarté dans ce programme.

Pour les sorties sur 1 jour, le paiement s'effectue le jour même. Dans les autres cas, une avance de 30% est demandée à l'inscription. L'inscription n'est effective que lors de la réception des arrhes.

En option, il est possible de souscrire à une assurance annulation. Le prix de celle-ci dépend du prix du séjour ainsi que de la durée. La souscription à l'assurance annulation doit être demandée au moment de l'inscription.

Le for juridique se trouve à Genève.

Les rendez-vous sont habituellement fixés au P+R de Bernex.

Les tarifs comprennent :

### Pour les randonnées estivales

Les honoraires, pour les sorties de 2 jours, l'hébergement en demi-pension et pour les sorties de 4 jours consécutifs et plus, l'hébergement en pension complète et les liaisons en transports publics. (Boissons en sus). Les conditions particulières qui s'appliquent aux sorties de plus de deux jours sont précisées dans les descriptifs disponibles sur Internet.

### Pour les randonnées en raquettes

Les honoraires, la location d'une paire de raquettes, la location du matériel de prévention pour les avalanches et pour les prestations sur plusieurs jours consécutifs, l'hébergement en demi-pension et les liaisons en transports publics. Les conditions particulières qui s'appliquent aux sorties de plus de deux jours sont précisées dans les descriptifs disponibles sur Internet. Dans tous les cas, les autres prestations sont à la charge des clients. En particulier, le transport depuis le P+R de Bernex jusqu'au départ de la course n'est pas compris dans le prix.

Dans le cas de transport par l'organisateur les tarifs suivants s'appliquent :

Sfr 5.- par tranche de 50Km. (Exemple : Bernex-Samoëns: 77.2Km. Aller-retour : 154.4Km. Tarif : Sfr 15.-). Les tarifs sont précisés dans les descriptifs disponibles sur Internet.

Les participants doivent être équipés de manière appropriée. En particulier, ils sont tenus d'emporter des vêtements chauds et des chaussures de randonnées. Il ne faut pas oublier que les conditions régnant en montagne sont extrêmes et que l'on peut passer d'un soleil intense (lunettes de soleil, couvre-chef, crème solaire, ...) à des conditions froides (Coupe-vent, laine polaire, protection contre la pluie, ...).

Les participants sont priés de vérifier qu'ils sont correctement assurés contre les accidents.

L'organisateur se réserve le droit de modifier l'itinéraire ou la destination et ce, sans fournir de raison.

Les temps de marche sont calculés sur une base horaire de 4,2 Km/h sur le plat et de 250 à 300m/h de dénivellation en montée. A cette vitesse, les personnes faiblement à moyennement entraînées ne présentent pas de signes d'essoufflement.

## PROGRAMME HIVER 2017-2018

No	Dates	Saison	Destination	Durée	Déni- vel- lation	Diffi- culté	Région	Prix CHF	Prix EUR
39.2017	2 nov. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
40.2017	3 nov. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
41.2017	4 nov. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
42.2017	11 nov. 17	Hiver	La Pierre du Moëllé	4h30	700m	WT1	Préalpes vaudoises, le Sépey	75	72
43.2017	19 nov. 17	Hiver	La Pointe de Cou	4h30	650m	WT2	Haute Savoie, la Roche sur Foron	75	72
44.2017	25 nov. 17	Hiver	La Dent de Valerette	4h15	750m	WT2	Bas Chablais, Monthey	75	72
45.2017	28 nov. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
46.2017	29 nov. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
47.2017	30 nov. 17	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.5	35
48.2017	3 déc. 17	Hiver	La Chapelle des Bioles	3h30	500m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	75	72
49.2017	9 déc. 17	Hiver	Pointe d'Arpille	4h	250m	WT2	Préalpes Vaudoises, Les Diablerets	75	72
50.2017	17 déc. 17	Hiver	Le Chalet de la Dôle	3h30	400m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	75	72

### Echelles de difficulté

Les échelles de difficulté pour les sorties de randonnées et en raquettes se trouvent sur la page Internet suivante :

<http://www.sac-cas.ch/fr/en-route/echelles-de-difficultes.html>

## PROGRAMME ETE 2017

No	Dates	Saison	Destination	Durée	Déni- vel- lation	Diffi- culté	Région	Prix CHF	Prix EUR
21.2017	23 avr. 17	Eté	Le coude du Rhône	4h30	850m	T2	Alpes valaisannes, Martigny	65	62
22.2017	30 avr. 17	Eté	Traversée du Col de Jaman	5h	800m	T1	Préalpes Vaudoises, Montreux	65	62
23.2017	7 mai 17	Eté	Le Sentier des Toblerones	5h	500m	T1	Jura vaudois, Arzier	65	62
24.2017	du 14 au 20 mai 17	Eté	Les montagnes de la côte Dalmate	jusqu'à 7h	jusqu'à 1300m	T3	Croatie, côte dalmate, Omis	1200	1125
25.2017	du 25 au 28 mai 17	Eté	La Vallée des Peintres	jusqu'à 6h	jusqu'à 850m	T3	Italie, Piémont	650	609
26.2017	du 5 au 9 juin 17	Eté	Les Coins Merveilleux du Tessin	jusqu'à 8h	jusqu'à 1450m	T3	Tessin, Maggia	925	885
27.2017	2 juil. 17	Eté	Mont d'Or	5h	750m	T2	Jura vaudois, Vallorbe	65	62
28.2017	du 8 au 9 juil. 17	Eté	Les Bisses autour de Viège	5h	800m	T4	Haut Valais, Visp	275	264
29.2017	16 juil. 17	Eté	Le Glacier d'Orny	5h	600m	T3	Alpes valaisannes, Orsières	65	62
30.2017	du 19 au 23 juil. 17	Eté	A travers le coeur de la Suisse	jusqu'à 7h	jusqu'à 1300m	T2	Suisse Centrale, Engelberg	700	656
31.2017	du 25 au 27 août 17	Eté	Les voies historiques de la Vallée de Binn	jusqu'à 6h	jusqu'à 1200m	T3	Alpes Valaisannes, Binn	550	516
32.2017	3 sept. 17	Eté	Lac de la Persévérance	6h	1200m	T3	Massif du Mont Blanc, Argentière	65	62
33.2017	du 7 au 10 sept. 17	Eté	Vallées mystérieuses autour du Gotthard	jusqu'à 6h	jusqu'à 1000m	T4	Suisse Centrale, Gotthard	700	670
34.2017	du 16 au 24 sept. 17	Eté	Les montagnes de Bulgarie	jusqu'à 6h	jusqu'à 1200m	T3	Massifs du Rila et du Pirin, Bulgarie	1300	1218
35.2017	8 oct. 17	Eté	Traversée Givrine - le Brassus	5h45	600m	T1	Jura Vaudois, Le Brassus	65	62
36.2017	14 oct. 17	Eté	Les Plans de Bovine	4h30	850m	T2	Alpes Valaisannes, Martigny	65	62
37.2017	22 oct. 17	Eté	Molard et Folly	4h	500m	T1	Riviera vaudoise, Vevey	65	62
38.2017	29 oct. 17	Eté	Le Noirmont	4h	400m	T1	Jura vaudois, Saint-Cergue	65	62

**BULLETIN D'INSCRIPTION**

Nom : \_\_\_\_\_

Prénoms : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

No. tél. : \_\_\_\_\_ (privé)

\_\_\_\_\_ (prof.)

Je désire m'inscrire à la (aux) randonnée(s) no.

\_\_\_\_\_

Lieu et date \_\_\_\_\_

Signature \_\_\_\_\_

Le versement d'arrhes doit se faire selon le délai précisé sur le descriptif de la sortie sur le compte :

IBAN : CH57 0900 0000 1208 7819 2

Bulletin d'inscription (1 par personne) à copier ou à détacher et à télécopier ou envoyer à :

Charles LEHMANN  
10, ch. de Calabry  
1233 Bernex  
Tél. : +41 22 757 67 57  
Fax : +41 22 757 67 58  
Mobile : +41 79 629 02 62**BULLETIN D'INSCRIPTION**

Nom : \_\_\_\_\_

Prénoms : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

No. tél. : \_\_\_\_\_ (privé)

\_\_\_\_\_ (prof.)

Je désire m'inscrire à la (aux) randonnée(s) no.

\_\_\_\_\_

Lieu et date \_\_\_\_\_

Signature \_\_\_\_\_

Le versement d'arrhes doit se faire selon le délai précisé sur le descriptif de la sortie sur le compte :

IBAN : CH57 0900 0000 1208 7819 2

Bulletin d'inscription (1 par personne) à copier ou à détacher et à télécopier ou envoyer à :

Charles LEHMANN  
10, ch. de Calabry  
1233 Bernex  
Tél. : +41 22 757 67 57  
Fax : +41 22 757 67 58  
Mobile : +41 79 629 02 62