

LA VITESSE JUSTE

La randonnée a ceci de fascinant qu'elle permet de s'imprégner totalement de l'environnement dans lequel on évolue. En même temps, elle permet la réflexion ou encore la prise de conscience de soi-même.

La vitesse à laquelle on évolue permet de regarder les moindres détails du paysage. On peut également mieux prendre conscience des éléments de vie les plus ténus que l'on rencontre au bord du chemin. Ou encore, on prend, lors d'une sortie, conscience des changements de lumière ou du temps.

En réalité, la randonnée elle-même peut être un but en soi. La finalité de la randonnée, un sommet, un col, un refuge... est finalement secondaire. Est-ce pour cela que les souvenirs les plus vifs que l'on peut garder sont souvent moins liés au but de la randonnée, mais plus le parcours lui-même.

Même si ce programme propose des buts, j'espère que les randonnées auxquelles vous pourriez participer vous laisseront des souvenirs d'émotions vécues le long des sentiers. Ces souvenirs ne sont rendus possible que par la vitesse à laquelle on évolue.

Je vous présente mes meilleurs vœux pour la nouvelle année.

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



Destination Montagne

Depuis 1996

Programme 2020

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

PROGRAMME HIVER 2019-2020

No	Dates	Saison	Destination	Durée	Déni- vel- lation	Diffi- culté	Région	Prix CHF	Prix EUR
1.2020	8 janv. 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
2.2020	9 janv. 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
3.2020	10 janv. 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
4.2020	19 janv. 20	Hiver	Molard	4h	500m	WT1	Riviera vaudoise, Vevey	75.00	72.00
5.2020	26 janv. 20	Hiver	Le Mont d'Or	5h	750m	WT1	Jura vaudois, Vallorbe	75.00	72.00
6.2020	1 févr. 20	Hiver	La Dent de Vaulion	3h	500m	WT1	Jura vaudois, Le Pont	75.00	72.00
7.2020	5 févr. 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
8.2020	6 févr. 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
9.2020	7 févr. 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
10.2020	15 févr. 20	Hiver	Le Suchet	4h30	900m	WT1	Jura vaudois, Baulmes	75.00	72.00
11.2020	7 mars 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
12.2020	8 mars 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
13.2020	9 mars 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
14.2020	14 mars 20	Hiver	Les Blisiers	4h	610m	WT2	Alpes Valaisannes, Martigny	75.00	72.00
15.2020	22 mars 20	Hiver	Le Grand Crêt d'Eau	4h	600m	WT2	Jura gessien, Collonges	75.00	72.00
16.2020	4 avr. 20	Hiver	Lac Lioson	4h	500m	WT1	Préalpes Vaudoises, Col des Mosses	75.00	72.00
17.2020	19 avr. 20	Hiver	Pointe d'Arpille	4h	250m	WT2	Préalpes Vaudoises, Les Diablerets	75.00	72.00
18.2020	25 avr. 20	Hiver	Une nuit à l'Hospice du Grand Saint-Bernard	jusqu'à 4h	jusqu'à 600m	WT2	Alpes Valaisannes, Martigny	240.00	225.00

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 soirées, le paiement s'effectue à l'inscription. 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 2020-2021

No	Dates	Saison	Destination	Durée	Dénivel- lation	Diffi- culté	Région	Prix CHF	Prix EUR
36.2020	27 nov. 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
37.2020	28 nov. 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
38.2020	29 nov. 20	Soir	En raquettes au clair de lune (St. Cergue)	2h	200m	WT1	Jura vaudois, Saint-Cergue	37.50	35.00
39.2020	6 déc. 20	Hiver	La Pierre du Moëllé	4h30	700m	WT1	Préalpes vaudoises, le Sépey	75.00	72.00
40.2020	12 déc. 20	Hiver	Les environs du Mollendruz	3h30	200m	WT1	Jura Vaudois, L'Isle	75.00	72.00
41.2020	20 déc. 20	Hiver	Le Niremout	3h	500m	WT1	Veveyse, Châtel Saint-Denis	75.00	72.00

Echelles de difficulté

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

https://www.sac-cas.ch/fileadmin/Ausbildung_und_Wissen/Tourenplanung/Schwierigkeitsskala/Cotation-CAS-des-randonnees.pdf

PROGRAMME ETE 2020

No	Dates	Saison	Destination	Durée	Dénivel- lation	Diffi- culté	Région	Prix CHF	Prix EUR
19.2020	2 mai 20	Eté	La traversée de la Montagne de Granges	6h45	1050m	T1	Jura soleurois, Grenchen	65.00	62.00
20.2020	16 mai 20	Eté	Un bout de la rampe sud du Lötschberg	4h	300m	T1	Haut-Valais, Ausserberg	65.00	62.00
21.2020	21 mai 20	Eté	La Vallée des Peintres	jusqu'à 6h	jusqu'à 850m	T3	Italie, Piémont	650.00	609.00
22.2020	31 mai 20	Eté	Le Mont de l'Arpille	3h30	650m	T2	Bas Valais, Col de la Forclaz	65.00	62.00
23.2020	7 juin 20	Eté	L'Ecluse de la Joux Verte	6h	1100m	T2	Préalpes vaudoises, Roche	65.00	62.00
24.2020	13 juin 20	Eté	Traversée Môtiers - Sainte Croix	5h30	1100m	T2	Jura Neuchâtelois, Môtiers	65.00	62.00
25.2020	9 juil. 20	Eté	La Via Jura	jusqu'à 8h15	jusqu'à 1100m	T1	Jura Bâlois, Jurassien et Bernois	750.00	550.00
26.2020	19 juil. 20	Eté	Le tour du Moléson	5h	500m	T2	Préalpes fribourgeoises, Bulle	65.00	62.00
27.2020	25 juil. 20	Eté	Le Glacier d'Orny	5h	600m	T3	Alpes valaisannes, Orsières	65.00	62.00
28.2020	29 juil. 20	Eté	A travers le coeur de la Suisse	jusqu'à 5h30	jusqu'à 950m	T2	Suisse Centrale, Engelberg	700.00	670.00
29.2020	10 sept. 20	Eté	Le Lac des Quatre Cantons	jusqu'à 7h30	jusqu'à 1100m	T2	Suisse Centrale, Stans	850.00	750.00
30.2020	18 sept. 20	Eté	La Via Stockalper	jusqu'à 6h15	jusqu'à 1500m	T2	Alpes Valaisannes, Brig	750.00	550.00
31.2020	4 oct. 20	Eté	Le pèlerinage de Ste. Emma de Gurk	jusqu'à 7h	jusqu'à 1000m	T2	Autriche, Carinthie	1 200.00	1 000.00
32.2020	31 oct. 20	Eté	Le Sentier des Toblerones	5h	500m	T1	Jura vaudois, Arzier	65.00	62.00
33.2020	7 nov. 20	Eté	Traversée du Col de Jaman	5h	800m	T1	Préalpes Vaudoises, Montreux	65.00	62.00
34.2020	15 nov. 20	Eté	La Voie Romaine de Saint-Cergue	4h	550m	T1	Jura vaudois, Saint-Cergue	65.00	62.00
35.2020	21 nov. 20	Eté	Crever le stratus au Salève	4h	650m	T2	Haute Savoie, Genevois	65.00	62.00

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom : _____

Prénom : _____

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 scanner et envoyer à :

Charles LEHMANN

10, ch. de Calabry

1233 Bernex

Tél. : +41 22 757 67 57

Mobile : +41 79 629 02 62

frontdesk@destination-montagne.ch

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom : _____

Prénom : _____

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 scanner et envoyer à :

Charles LEHMANN

10, ch. de Calabry

1233 Bernex

Tél. : +41 22 757 67 57

Mobile : +41 79 629 02 62

frontdesk@destination-montagne.ch