

Sport et Mouvement

**PRO
SENECTUTE**

PLUS FORTS ENSEMBLE

Groupe de randonnée de Sion et environs - *Les Joyeux Randonneurs*

Programme 2024

www.les-joyeux-randonneurs.ch - randonneurs@bluewin.ch



Programme 2024

4 Avril

Botyre - Grimisuat + Assemblée générale

Georgy Beney

Gare de Sion / 09h20



11 Avril

Chillon - Le Bouveret

Michèle Meichtry

Gare de Sion / 08h40



18 Avril

Mollens - Venthône

Gilberte Genolet

Gare de Sion / 09h00



25 Avril

Morges - Saint Prex

Michel Délèze

Gare de Sion / 08h40

Prix de la course 25.- Frs



2 Mai

Hohtenn BLS - Beizli - Hohtenn

Jean Bucher

Gare de Sion / 08h05

Prix de la course 25.- Frs



16 Mai

Arbaz - Lombardon - Les Flans

Georgy Beney

Gare de Sion / 09h20



22-24 Mai

Sortie de 3 jours au Val de Travers

Organisation par un groupe du comité

Infos voir programme séparé

Ci-contre, randonnée la plus physique



6 Juin

Turtmann - Gampel

Michel Délèze

Gare de Sion / 09h20



13 Juin

Vex - Baar

Michèle Meichtry

Gare de Sion / 08h45



20 Juin

Saint Luc - Gd. Bisse - Bisse Roux

Suzanne Monnier

Gare de Sion / 08h05



27 Juin

Albinen - Erschmatt

Jean Bucher

Gare de Sion / 08h45

Prix de la course 25.- Frs



4 Juillet

Tseuzier - Mondralèche

Georgy Beney

Gare de Sion / 09h15



11 Juillet

Mayens Hôpital - Gouilly d'en Bas

Michel Délèze

Gare de Sion / 08h50



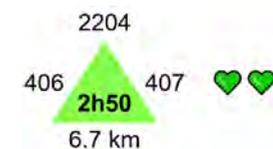
18 Juillet

Ovronnaz - La Forcle - Jorasse

Georgy Beney

Gare de Sion / 09h25

Prix de la course 25.- Frs



25 Juillet

Bürchen Zeneggen - Törbel

Jean Bucher

Gare de Sion / 08h05

Prix de la course 25.- Frs



21 Août

Visperterminen

Journée cantonale Pro Senectute

Gare de Sion / Infos suivront

Prix de la course: le comité informera



29 Août

Crêt du Midi - Vallon de Réchy

Suzanne Monnier

Gare de Sion / 08h35

Prix de la course 25.- Frs



5 Septembre

Evolène - La Sage - Evolène

Gilberte Genolet

Gare de Sion / 08h25



12 Septembre

Bisse de la Tsandra

Michèle Meichtry

Gare de Sion / 09h30



19 Septembre

Col du Pillon - Isenau - Col du Pillon

Suzanne Monnier

Gare de Sion / 08h10

Prix de la course 25.- Frs



26 Septembre

Vercorin - Brie

Gilberte Genolet

Gare de Sion / 08h55



3 Octobre

Saltina - Ried - Brig

Michel Délèze

Gare de Sion / 09h20



10 Octobre

Lauchernalp - Fafleralp

Jean Bucher

Gare de Sion / 08h45

Prix de la course 25.- Frs



17 Octobre

Chemin des Diligences

Gilberte Genolet

Gare de Sion / 08h55



24 Octobre

Grône - Ollon - Sierre

Georgy Beney

Gare de Sion / 09h50



31 Octobre

Saillon - Mazembroz + Brisolée

Suzanne Monnier

Gare de Sion / 08h50

Brisolée, inscription obligatoire



Légende des difficultés

Inférieure



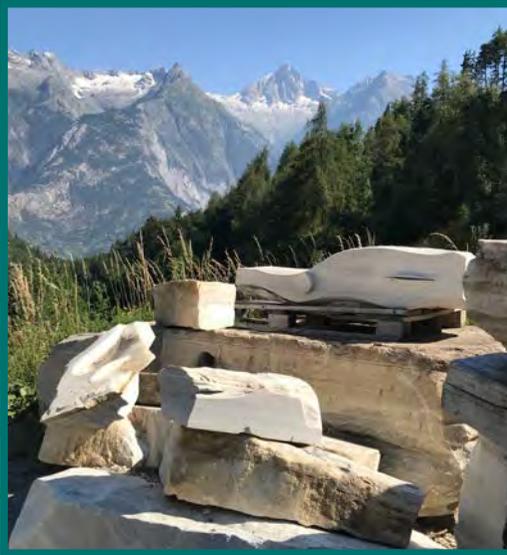
Bien adaptée



Un peu supérieure



(à la capacité moyenne du groupe)



Marcher ensemble...

- Notre groupe est sous l'égide de **Pro Senectute Valais-Wallis** qui forme et supervise nos moniteurs reconnus **ESA sport des adultes suisse**.
- **Jedi**: Vous êtes libre toute la journée et pouvez marcher entre 3h et 3h30 avec des dénivelés d'environ 300 à 400m parfois plus (voir programme).
- Vous supportez de marcher au rythme d'un groupe et appréciez la bonne humeur.
- **Équipement**: Prenez avec vous le nécessaire: un pique-nique, boisson, de bons souliers et des bâtons selon vos besoins.
- **Déplacements**: Transports publics, parfois en car privé. Le lieu et l'heure de rendez-vous sont indiqués sur le programme.
- **Assurance accident indispensable**: L'assurance est conseillée pour les sauvetages aériens (style Air-Glacières ou autre env. 40.-/an) et vous portez sur vous votre carte personnelle d'urgence (disponible au près des moniteurs).
- La participation aux courses se fait sous votre propre responsabilité.
- Cotisation annuelle Frs 20.- Prix par course Frs 15.- avec abonnement 1/2 tarif et Frs 25.- sans abonnement. Pour certaines courses, le prix plus élevé suivant le déplacement est affiché dans le programme.
- **Site internet**: Vous êtes d'accord de paraître sur les photos publiées avec possibilité de faire enlever celle qui vous gênerait.
- **Météo**: Si elle est défavorable (risques de glissades ou chutes) la course prévue peut être annulée ou remplacée. En ce cas, les indications se trouveront sur le site internet www.les-joyeux-randonneurs.ch
- Vous avez besoin de plus de renseignements alors contactez-nous: randonneurs@bluewin.ch

Le groupe d'animation vous renseigne volontiers.

Bucher Jean	Président	Moniteur	079 321 32 80
Bucher-Simond Dominique	Secrétaire	Site internet	079 667 36 97
Genolet Gilberte	Caissière	Monitrice	079 269 60 83
Délèze Michel	Moniteur		079 204 36 10
Beney Georgy	Moniteur		079 294 60 56
Meichtry Michèle	Monitrice	027 323 37 43	
Monnier Suzanne	Monitrice		076 379 68 52

Nous nous réjouissons de vous accueillir bientôt.



Ce cours est partiellement subventionné par l'Office fédéral des assurances sociales car il favorise tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.