

# A chacun son sport d'hiver: ZigZag - Randonnée douce sur neige

Chères amies et amis marcheurs,

Vous ne voulez pas perdre le bénéfice des marches estivales et appréciez toujours autant la bonne compagnie. Alors vous êtes les bienvenus à ZigZag en hiver.

Les marches sont prévues sur des chemins sur neige damés et des itinéraires piétons balisés dans une zone enneigée sécurisée. Elles peuvent être modifiées ou annulées en fonction de l'état des parcours et de la météo. Elles ne présentent aucune difficulté pour les marcheurs habituels de ZigZag ou d'autres groupes.

**Equipement:** Les marches se pratiquent avec de bons souliers de marche imperméables, des crampons et des bâtons de ski avec rondelles. Les vêtements seront adaptés aux conditions du jour.

**Repas:** En principe, ils se prendront au restaurant du lieu de marche. Prévoir une boisson chaude et une collation.

**Transports:** Les déplacements se font en transport public. Quelques courses nécessitent un car privé.

**Prix:** Les prix des transports sont calculés avec des abonnements demi-tarif. Une cotisation de **Fr. 30.-** est demandée pour la saison d'hiver.

Les responsables de ZigZag en hiver vous renseignent volontiers:

## Myriam Aubert-Yerly

monitrice  
Chemin des Nendards 10 B  
1964 Conthey  
079 213 73 16  
[myriam.aubert-yerly@bluewin.ch](mailto:myriam.aubert-yerly@bluewin.ch)

## Jacques Emery

moniteur  
Chemin des Cerisiers 3  
1967 Bramois  
079 221 02 94  
[jacques.emery@bluewin.ch](mailto:jacques.emery@bluewin.ch)

## Béatrice Sauthier

monitrice  
Rue de Saladey 18  
1976 Erde  
079 310 56 00  
[sauthier490@gmail.com](mailto:sauthier490@gmail.com)

## Monique Duruz

monitrice  
Rue du Zanio 21  
1971 Grimisuat  
079 434 88 72  
[m.duruz@bluewin.ch](mailto:m.duruz@bluewin.ch)

## Pierre-Michel Wolf

moniteur  
Rue du Scex 14  
1950 Sion  
079 940 84 10  
[pmw525@hotmail.com](mailto:pmw525@hotmail.com)

Sport et Mouvement

**PRO  
SENECTUTE**  
PLUS FORTS ENSEMBLE

## Groupe de randonnée douce sur neige de Sion et environs - ZigZag

Programme hiver 2024



Verbier, La Chaux



Crans-Montana  
Chemin des lanternes



Zermatt, Zum See



Anzère, Tour du Gô





# ZigZag en hiver, randonnée douce sur neige, Sion et environs



Date	Destination	Heure de RdV	Marche sans les arrêts Durée	Dénivelés cumulés montée / descente		Altitude max.	Arrivée à Sion	Prix de la sortie demi-tarif
19.12.2023	(1) Crans, chemin des lanternes ( <i>de nuit</i> )	15h15	1h45	80 m	80 m	1477 m	20h50	20.-
09.01.2024	(2) Anzère, Tour du Gô	10h15	2h30	190 m	305 m	1685 m	16h45	20.-
16.01.2024	(3) Bettmeralp - Baschweri	9h00	2h30	170 m	165 m	2047 m	17h33	30.-
23.01.2024	(4) Super - Nendaz - Siviez - Cleuson et bisse	9h45	2h30	230 m	230 m	1842 m	16h50	20,-
30.01.2024	(5) Vallée Conches: Münster - Ritzingen ( <i>car privé</i> )	9h00	3h00	120 m	195 m	1389 m	17h00	30.-
06.02.2024	(6) Les Diablerets - Creux de Champ ( <i>car privé</i> )	9h00	2h30	105 m	100 m	1240 m	17h00	30.-
13.02.2024	(7) Les Haudères - Evolène	10h15	2h15	90 m	160 m	1451 m	16h20	20.-
20.02.2024	(8) Ovronnaz - Autour du village	9h30	2h30	190 m	190 m	1432 m	15h41	20.-
27.02.2024	(9) Crans - Pas de l'Ours - Arnouva ( <i>télé</i> ) - Montana-Gare	9h45	1h45	245 m	2 m	1715 m	16h18	25.-
05.03.2024	(10) Kandersteg - Sunnbuel ( <i>télé</i> )	9h30	2h45	180 m	180 m	1965 m	17h00	25.-
12.03.2024	(11) Saas-Fee, chemin Carl Zuckmayer	9h00	2h15	195 m	170 m	1954 m	17h18	30.-