



Pro Senectute Valais-Wallis
Secrétariat cantonal
Avenue de Tourbillon 19
1950 Sion

Tél. 027 322 07 41
Fax 027 322 89 16
info@vs.prosenectute.ch
www.vs.prosenectute.ch

Sport et Mouvement

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE

Groupe de raquettes Mont-Noble

Programme hiver 2024



Programme 2024

09 janvier **Mase - Tsa Creta - Pralovin** **2h30****

Rendez-vous: Mase Place de l'Eglise 11h00
Bramois: 10h30, Nax 10h45
Alt. min.1586m, max. 1974 m. +/- 410 m, Pique-nique
Responsable: Andrée

23 janvier **Ovronnaz - Loutze** **2h30 ****



Rendez-vous: Nax/Mase 9h40, Bramois 10h
Alt. max. 1725 m, min. 1420 m +/- 310 m
Pique-nique ou restaurant si ouvert
Responsable: Alfred

06 février **Evolène - Les Haudères** **2h30****

Rendez-vous: Bramois 10h, Nax 10h15,
Mase 10h30, Evolène centre scolaire 11h
Alt. 1350 m / 1500 m +/- 250 m, Pique-nique
Responsable: Andrée

20 février **Crans-Montana** **2h30/3h ***



Randonnée sur le golf et en forêt
Rendez-vous: Nax/Mase 9h40, Bramois 10h
Alt. 1500 m dénivélé +/- 100 m, Pique-nique
Responsable: Alfred

05 mars **Pralong** **3h15*****

Rendez-vous: Bramois/Mase 10h00,
Nax 10h15, Leteygeon 10h30, Pique-nique
Alt. min. 1603 m, alt. max. 1974 m
Dénivélé +/- 480 m
Responsable: Andrée

12 mars **(Anzère) - Pierrier des Rousses** **3h00 ****

Rendez-vous: Nax Mase 9h30, Bramois 9h45
Alt. min. 1763 m, alt. max. 2000 m, Pique-nique
Responsable: Alfred

Remarques

Il est important de se munir d'un bon équipement (chaussures, raquettes ou crampons, bâtons, gants, bonnet, vêtements de rechange).

Les randonnées peuvent être supprimées et/ou déplacées à la semaine suivante en fonction de la météo et des risques d'avalanches.

Une confirmation du lieu de rendez-vous est envoyée par Email le weekend précédent la randonnée. Cette annonce peut être faite jusqu'au lundi. N'oubliez pas de consulter votre messagerie.

La participation à une sortie se fait sous la seule responsabilité du participant. Il veille à être au bénéfice d'une couverture accident. Il est recommandé d'être donateur d'Air Glacier ou de la Rega.

Degrés de difficulté

- * facile
- ** moyen
- *** soutenu, parcours long et/ou dénivellation importante

Présidente

Stoll Francine 079 633 91 55

Responsables

Bovet Alfred 077 443 02 61
Maury Andrée 079 567 81 38
Bétrisey Fernand * 079 743 84 47
Bétrisey Marie-Louise * 078 817 37 44

* randonnée sur neige