



Reflets 2018

Pour ne pas faillir à la tradition, commençons avec quelques considérations météorologiques ! Si 2017 avait été placée sous le signe du soleil et de la douceur, 2018 avec son 4ème printemps et

son 3ème été le plus chaud, a battu des records. Et ce n'est qu'un début : une nouvelle modélisation du climat prévoit que les années 2018 à 2020 seront particulièrement chaudes à l'échelle planétaire !

De bonne augure pour nos activités de plein air ? C'est très probable si l'on se réfère aux résultats d'une période estivale magnifique où les Marches, les Randonnées Alpines et encore le Nordic Walking font état d'une cuvée exceptionnelle en 2018. Les participants aux Excursions et Voyages Culturels ont été comblés par leurs séjours en Angleterre et au Costa Rica en plus des sorties locales.

Les activités hivernales du début de l'année ont toutefois souffert d'une météo capricieuse qui, malgré les importantes chutes de neige, n'a pas permis la réalisation du programme complet en Ski de fond, Ski de piste, Randonnées à ski ou encore Raquettes à neige. Quelques magnifiques journées toutefois comme vous pouvez le voir sur les photos ci-après.

Quant aux activités « indoor » celles-ci, comme les Portes Ouvertes ont attiré 30 à 50 personnes par événement et l'informatique 10 à 25 participants lors des réunions du mercredi. La Gymnastique a pro-



grammé 40 séances bien fréquentées et réparties en 4 groupes. L'aquagym a perdu Marcel Rubin, merci à lui, mais trouvé Annik Guesry.

Notre 46^{ème} Assemblée Générale s'est tenue le 15 mars dernier, peut-être pour l'avant-dernière fois dans le bâtiment B En Bergère qui subit actuellement d'importantes rénovations. 316 d'entre vous ont répondu présents à cette Assemblée qui était la dernière pour notre Présidente de ces 12 dernières années, Marie-Christine Secretin. Celle-ci passe d'emblée la parole à M. Peter Vogt, représentant la Direction Générale, qui nous parle de la performance du Groupe durant l'année écoulée et où, malgré des attentes plus élevées en termes de croissance, Nestlé parvient à améliorer sa marge opérationnelle. M. Vogt remercie les Retraités pour leur rôle d'ambassadeurs et leur contribution à son image ; il félicite Mme Secretin pour son dynamisme et son esprit d'initiative à la tête de l'ARN durant ces dernières années.

Après le rapport de la Présidente qui nous annonce, entre autres, que notre ARN rajeunit quelque peu avec une moyenne d'âge qui a baissé de presque un an avec un effectif relativement stable à 1061 membres. Elle nous confirme également qu'avec le départ en retraite de Mme D. Vetsch, la gestion des fichiers membres est transférée auprès de l'ASLN, M. F. Vampa et Mme D. Collet, qui l'ajoute à leurs tâches actuelles. Les autres activités, comme la liaison et la coordination entre les différentes sections, le comité et les membres, sont prises en charge par Mme Lucie Acco qui s'est présentée spontanément.

A son tour, le Trésorier, M. M. Suter, nous fait part de son rapport et de comptes qui sont redevenus très légèrement positifs avec un excédent de CHF 598.- en 2017 !

Ensuite, et comme à l'accoutumée, les représentants du Fonds de Pension, nous apprennent que l'année 2017 a également été favorable dans un environnement de marchés peu volatile et entraînant la meilleure performance du Fonds depuis 2009. Toutefois, M. C. Rey tempère nos ardeurs en précisant qu'aucune amélioration de rentes ne peut aujourd'hui être envisagée.

L'Assemblée a ensuite procédé à l'élection de son nouveau comité et au changement de sa Présidence. En l'absence d'autre proposition de la part des membres, le soussigné est élu. Le comité se présente dès lors avec M. Jan Sassen comme Vice-Président, M. Martin Suter comme Trésorier et M. André Porchet comme nouveau Président.

En concluant cette Assemblée, la Présidente sortante remercie l'ensemble des membres de l'ARN pour leur soutien ainsi que les Chefs de course dont l'engagement constant permet de faire vivre notre association. C'est ensuite au tour du Président élu d'adresser ses remerciements à Marie-Christine Secretin en lui souhaitant une très bonne continuation tout en sachant qu'elle demeure en charge de la coordination du tourisme pédestre et qu'elle conserve son rôle de webmaster, un rôle particulièrement important et sensible cette année puisqu'il s'est agi de procéder à la refonte complète de notre site internet. Ce rôle, que Marie-Christine partage avec Charles Humbert, a encore été renforcé par l'arrivée de Jacqueline Galley qui a également contribué à la mise en place de ce nouveau site et à la formation des utilisateurs... Bravo et merci à tous!

André Porchet





La saison des marches a commencé comme d'habitude au début du mois d'avril. L'ouverture a eu lieu dans la région de Bex avec une charmante balade de 9 km, suivi d'un apéro et d'un excellent repas à l'Abbaye de Salaz. La journée était conviviale et réussie avec 51 participants, donc un départ de saison prometteur. Et en effet, l'enthousiasme et la joie des premières heures a pu être maintenu tout au long de la saison grâce à des conditions météorologiques exceptionnelles. Seules 2 marches ont dû être reportées au vendredi, et de 29 courses, 1 seule était annulée pour cause de mauvais temps. Ces résultats font une excellente cuvée 2018.

Les marches proposées et organisées par nos 19 chefs de course ont été variées, non seulement au niveau des difficultés, mais aussi par les régions sélectionnées. Nous avons parcouru toute la Suisse Romande et mis les pieds dans le Haut Valais comme dans le canton de Berne, de la Brévine jusqu'à la vallée de Binn, du Brassus jusqu'au Gantersch, avec des degrés de difficulté très variés, de 30 mètres de dénivelé jusqu'à plus de 700 mètres et des balades de 8 kilomètres jusqu'à des marches exigeantes de 14 kilomètres.

Parmi nos membres, 125 personnes ont participé à une de nos courses. 3 participants ont fait plus de 20 marches, 25 plus de 10. En moyenne 23 personnes se sont inscrites à nos sorties 2 de plus que l'année précédente. Les marches suivantes ont eu grand succès avec plus de 30 participants : « Bex - Abbaye de Salaz (ouverture) », « Territet – Les Grangettes (clôture) », « Granges-Marnand – Henniez, avec visite de Nestlé Waters » et « Le long du Veyron, de Ballens à Pampigny ». En plus de ces activités d'un jour, la semaine pédestre à Majorque a attiré 59 participants. En outre, 5 grandes marches ont été organisées pour nos plus sportifs, telles que « Plan Francey – Moléson », « Hundsrügg, col de Jaun », « Abländschen », « Col des Mosses – Lac Lioson » et « Grande Dixence – Col des Roux ». Toutes les marches ont pu être effectuées sans problèmes ou blessures graves.

La saison des Marches a été couronnée par deux séjours pédestres dont un de 3 jours à la mi-juillet au Binntal et l'autre d'une semaine à la fin septembre à Majorque. C'est la première fois que le modèle de 3 jours a été proposé. Suite à son succès, cette variante sera reprise en 2019. La vallée



de Binn est un véritable paradis pour les amoureux de la nature. Les participants à ce court-séjour ont logé à l'Hôtel historique « Ofenhorn ». Le choix des marches tant dans la vallée de Binn qu'à Bellwald a permis à chacun de trouver ce qui lui convenait le mieux. Tous étaient récompensés par une flore et une faune extraordinaires.

C'est la 3e fois que l'agence de voyage « Universal » était choisie pour organiser la semaine à Majorque.

Cette fois-ci, les participants ont séjourné à l'hôtel Romantica à Colonia de Sant-Jordi, au sud-ouest de l'île. 3 niveaux de marches étaient au programme et chaque jour, les 4 guides: Annita, Eliane, Elisabeth et Aldo faisaient découvrir un autre coin idyllique de cette belle île. Diriger un groupe de 59 personnes n'a pas été chose facile. Charles et Gilbert méritent reconnaissance et remerciements.

Avant de boucler cette mémorable saison 2018, je tiens à adresser un très chaleureux merci aux cheffes et chefs de courses. C'est grâce à eux qu'il a été possible de vivre beaucoup de belles choses ensemble. Ils sont nos moteurs, pleins d'idées, d'initiative, de volonté et de joie pour réussir les marches et en ramener de bons souvenirs.



Je regrette beaucoup qu'Heidi, Marlis et Werner aient décidé de ne plus se présenter comme guide. Heidi a commencé les marches dans le cadre de l'ARN en 2007 et un an plus tard, elle devenait cheffe de course. Quant à Marlis et Werner, ils ont débuté chez les randonneurs alpins et ce n'est que

plus tard qu'ils ont rejoint notre section où ils se sont engagés comme chefs de course dès 2009. Tous les trois ont exercé leur rôle avec élan, engagement, dévouement, cœur et âme au plaisir de nous tous. Recevez un tout grand merci ! Après les mauvaises nouvelles, la bonne. Je suis content de vous annoncer que le flambeau a été passé à Brigitte Hufschmid qui complétera le team de nos chefs de course. Je remercie Brigitte d'avoir accepté ce nouveau défi. Sur notre site arninfo.ch – rubrique Marches – Coup d'œil - plein de photos immortalisent 2018.

Consultez-les et faites revivre certains moments forts. Elles peuvent également donner envie à d'autres membres de l'ARN et les motiver à participer à l'une ou l'autre course de la section Marches. Les chefs de course se réjouissent de vous rencontrer.



Promenades Antoine Bloechliger

En 2018, la saison des promenades a été ouverte le 13 avril et clôturée le 26 octobre par le tour du Lac Noir fribourgeois, un magnifique temps d'automne et la dégustation du plat de saison: la chasse.

Des 14 balades prévues au programme 13 ont pu avoir lieu, sans aucun renvoi, avec une participation moyenne de 14. En plus, nous avons eu l'occasion de nous inscrire à la semaine pédestre, qui a eu lieu du 23 au 30 septembre à Majorque, organisée de main de maître par Charles et Gilbert, avec trois niveaux de difficulté, dont une correspondant au niveau "promenades". A la rencontre d'automne des activités outdoor, qui a eu lieu le 5 octobre aux Pléiades, où tout le monde s'est retrouvé au restaurant "Le 1209", les promeneurs, 16 au total, se sont contentés de se balader depuis l'arrêt Lally du MVR jusqu'au restaurant et retour (une petite demi-heure).



Notre section se compose de 45 membres, dont 36 (82%) ont participé à l'une ou l'autre de nos 47 marches, soit une participation moyenne de 14,70 personnes.

Notre monitrice Karin nous a donné les habituels cours de perfectionnement, appréciés et suivis régulièrement ; elle a formé une nouvelle membre Claire-Lise Schumacher, qui est la bienvenue. Nous pouvons d'ores et déjà vous donner les dates des quatre cours de perfectionnement pour 2019, soit, les lundis : 4 mars – 3 juin – 2 septembre et 2 décembre. Merci d'en prendre bonne note.

La semaine « Nordic », qui a eu lieu en Autriche dans le Montafon, a enregistré 18 participants. Cette année ce sont 5 animateurs différents qui ont préparé les 5 courses. Merci à chacun pour la grande préparation et l'organisation de ces sorties. En raison de la Fête des Vignerons, la semaine 2019 aura lieu en automne, du 22 au 29 septembre, à Badenweiler.

Comme ces dernières années, nous avons reconduit l'horaire d'été durant les mois de juillet et d'août, soit les matins de 09h00 à 11h00 au lieu des après-midis, ce qui est toujours apprécié.



Notre sortie pique-nique, organisée par Heidi Ney, a eu lieu dans le Bois de Chêne et le long des toberones, entre la Saisie et Gland, par une magnifique journée. Chacun a apprécié cette escapade un peu plus éloignée de nos sorties habituelles.

La traditionnelle « grillade », avec aux fourneaux Ernst Murali et Martin Suter, a eu lieu au Refuge de la Reule, le lundi 13 août. 25 participants se sont régalés avec les succulents accompagnements, salés et sucrés, que chacun avaient préparé et apporté.

Notre traditionnelle agape de Noël aura lieu après la marche du lundi 17 décembre, merci à Hedwige Tomasi qui nous permet de profiter du local de la pétanque à La Tour-de-Peilz.

Je tiens à adresser tous mes remerciements à nos animateurs pour leur disponibilité, leur enthousiasme et leur excellent esprit d'équipe qui ont permis à notre section de fonctionner avec un grand dynamisme.

Quant à votre cotisation annuelle du montant de Fr. 30.-, elle sera déduite de votre pension fin janvier, ceci pour des raisons de simplification. Pour les personnes qui ne reçoivent pas de pension, un bul-



letin de versement leur sera adressé prochainement.

Avec tous mes vœux pour une belle année 2019. Au plaisir de vous retrouver bientôt.

2018 : un beau millésime pour les Cyclobaladeurs de l'ARN. En 15 sorties les vendredi et une semaine dans la région italienne des Pouilles, ils ont avalé plus de 1000 km et exploré des terrains variés : des vergers valaisans aux crêtes du Jura, des contrées fribourgeoises aux frontières genevoises, et bien sûr des collines du Salento aux mers adriatique et ionienne.



Nous avons eu le plaisir d'une bonne fréquentation de nos courses hebdomadaires puisqu'en moyenne, environ 7 participants étaient présents. Quant à la semaine de début juin aux Pouilles, ce sont 14 cyclobaladeurs enthousiastes qui s'y sont pressés, un succès inédit.

Parmi les imprévus, le calendrier a dû souvent être ajusté, une course a dû être annulée, et l'une des courses, en terre fribourgeoise, nous a fait subir un vrai déluge : la Gérine laissera un souvenir très humide de ce 17 août. Si l'on regarde plus globalement les conditions météo, elles ont pourtant été favorables, comme en témoigne le nombre très réduit de renvois à la date de remplacement. Autre indice des belles conditions : le pique-nique a été la règle lors des pauses-repas, le restaurant très exceptionnel.



A noter enfin une sortie dotée d'une péripétie inédite : organisée par Dirk et Nicole, la visite passionnante : de la centrale hydroélectrique de Nendaz-Bieudron. Et pour clôturer la saison, la course surprise sous l'égide de Marlyse et Nicole a tenu toutes ses promesses y compris d'un succulent repas, au restaurant cette fois.



Excursions et Voyages Danielle Magnolato

Sur les 8 excursions d'une journée prévues entre mars et octobre, une seule a dû être annulée en raison d'un problème d'infrastructure sur le site (train supprimé) qui aurait contraint les participants à une trop longue visite à pied. L'âge moyen des participants aux excursions est voisin de 80 ans. Les 7 excursions organisées ont réuni entre



16 et 26 participants. Les inscriptions parfois très tardives posent un problème aux organisateurs qui sont sensés annuler le programme lorsque moins de 20 participants sont annoncés. En 2019, il a été décidé de ne pas organiser d'ex-

excursions en juillet et août en raison de la Fête des Vignerons.

Le voyage au Costa Rica en février organisé par Danielle avec Eveanos et l'agence locale Tucaya a réuni 22 participants.

Organisation irréprochable avec un staff local et une guide (Rosa Coto) excellents. Problème de santé d'un participant (pneumonie) qui a montré le professionnalisme de l'équipe locale. Prolongation en option dans le parc national Manuel Antonio. Bonne ambiance. Bons hôtels à une exception près.

Prix attractif (inférieur à 2'000\$ hors avion). Vol direct Edelweiss de Zurich à San José.



Le voyage en Angleterre organisé en septembre par Elise Bryant a comblé les 17 participants. Le programme varié, l'ambiance, la bonne



humeur, le confort du car ainsi que les nombreux petits « plus » offerts par Elise grâce à une excellente gestion du budget ont été unanimement appréciés. Bons hôtels bien situés, aucun problème à signaler et une météo somme toute pas trop dé-

favorable pour la saison. Dommage qu'Elise ne puisse pas organiser une suite au Royaume Uni en 2019. Nous attendrons avec impatience le projet 2020.

Notre section a vécu une belle année 2018. Nous avons le privilège de pratiquer la gymnastique par tous les temps dans la salle de gym de Nestlé Suisse. Notre activité se déroule en 4 groupes de 9 à 13 personnes. Une fois par semaine, nous travaillons la souplesse et la condition physique pour se maintenir en forme. Notre monitrice nous entraîne dans une atmosphère détendue et nous gâte chaque semaine avec un nouveau programme et de la belle musique de fond adaptée (ce qui facilite les efforts...). De temps en temps, elle nous surprend avec des nouvelles idées comme la séance du Carnaval et de Noël.



En 2018, il y a eu 40 séances qui ont été bien fréquentées et appréciées par nos membres. En juin, une sortie outdoor à Morgins a permis aux 4 groupes de se retrouver, faire une balade et se mesurer sur un parcours préparé par notre monitrice.

Le repas de fin d'année dans un bel hôtel au bord du lac Léman à Montreux nous a permis de vivre un moment agréable et a été apprécié.

Le repas de fin d'année dans un bel hôtel au bord du lac Léman à Montreux nous a permis de vivre un moment agréable et a été apprécié.



Notre petite équipe voudrait souhaiter à tous les retraités et toutes les retraitées un très Joyeux Noël et un meilleur Nouvel An rempli de bonnes choses, bonne santé, joie et espérance!

Deux de nos équipiers sont loin, en Malaisie, et nous autres sommes en Europe, en Suisse et en Angleterre! Nous avons eu une saison mouvementée, en santé et en nombre, mais nous sommes toujours vaillants et plein d'enthousiasme pour nos prochains rendez-vous, dès janvier 2019, peut-être avec quelques nouveaux membres?

Venez donc nous rejoindre le premier et troisième lundi de chaque mois, au 2ème étage du foyer ASLN, rue de l'Hôtel de Ville 1 à Vevey à partir de 14h30, pour un après-midi où nous nous battons pour gagner et discutons pour changer le monde!

Prochain rendez-vous le 7 janvier. A bientôt!

N'oubliez pas nos rendez-vous mensuels des mardis! Ces Portes ouvertes vous apporteront de jolies satisfactions et des découvertes sur les sujets très variés que nous vous proposons. Entre autre, les personnes âgées qui renoncent à des voyages trop fatigants sont heureuses de voir et revoir les endroits qu'elles ont appréciés grâce à nos conférenciers. Les commentaires et la convivialité qui suivent les conférences permettent à chacun de renouer avec des collègues et nous nous réjouissons de vous y retrouver.



Si vous avez envie de jouer au jass, venez nous rejoindre!

Nous jouons chaque jeudi au chibre avec les variantes « de bas en haut » ou « de haut en bas »! Dès 14h00 et jusqu'à 17h00

avec une petite collation à la fin.

Venez donc nombreux!



La municipalité de la Tour de Peilz nous permet d'utiliser la piscine aux heures réservées pour les Boelands, d'où l'obligation d'être en âge de la retraite. Les horaires sont : le lundi de 16.30 à 17.15 et le vendredi de 16.00 à 17.00.

Les séances ont énormément de succès avec un groupe d'adeptes très enthousiastes. Nous remercions notre adorable et efficace moniteur monsieur Derek Thomson qui avec le sourire nous prodigue son savoir.

Pétanque

Antonio Mayo

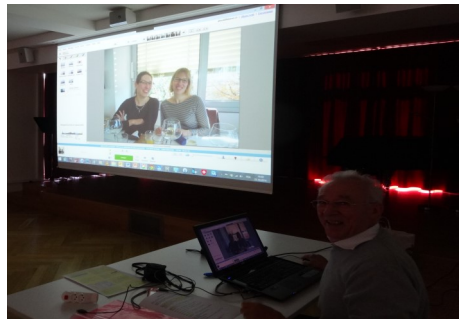
Le groupe de pétanqueurs s'est malheureusement restreint en cette année 2018 et ce malgré tous les efforts entrepris par notre ami Antonio. Comme les anciens adeptes ont progressivement réduit leur participation, il a été décidé de ne plus s'engager dans la location de la salle du Boulodrome dès la fin 2018.

Peut-être qu'avec le retour des beaux jours en 2019 l'enthousiasme pour cette activité reviendra. Sinon elle sera mise en sommeil, au moins temporairement.

Informatique

Olivier de Rahm

Les 10 réunions des mercredis soir ont attiré entre 10 et 25 participants. Elles traitaient de sujets aussi variés que le Bitcoin, les téléphones Android, les sites Internet, les appareils connectés, Linux ou la traduction par ordinateur.



L'activité « Mac » poursuit son essor avec une dizaine de personnes enregistrées. L'intérêt pour les ateliers logiciels a fléchi, deux seulement ont pu être maintenus.

Par contre, le dépannage et l'assistance informatique offerts aux membres restent appréciés, avec une centaine d'interventions sur l'année

Toutes les présentations sont enregistrées sur le site Internet, avec des informations sur divers sujets dans le domaine de l'informatique. Les pages traitant de sécurité attirent un nombre maximum de clics.

L'équipe d'organisation est composée fin 2018 de Jean-Pierre Bouldoires, Gérard Ségal, Dirk Montagne, Urs Wolleb, Roland Bai et Gérard Desarzens que je remercie ici très sincèrement pour leurs contributions.



Ce groupe d'animateurs vieillit, le public et ses attentes se renouvellent, mais pas nous. J'ai donc donné ma démission pour fin 2018J. Je remercie tous ceux qui m'ont aidé à organiser cette activité pendant 8 ans, et tous les participants pour leur soutien et leur amitié.

Randonnées Alpines

Ursula Demma

La saison 2018, chaude et sèche, nous a permis de randonner chaque semaine de mai à octobre. Les protections contre la pluie sont pour la plupart du temps restées au fond du sac. Nous avons fait de belles randonnées près de chez nous dans le canton de Vaud, mais également Fribourg, Berne et Soleure, bien sûr dans le Bas- et Haut Valais ainsi qu'une échappée en Italie.

Comme exception à la règle, nous avons commencé la saison avec une randonnée à la Berra sous un ciel de plomb, avec du vent et quelques gouttes, ce qui a nullement fait perdre la bonne humeur aux participants, trop heureux de recommencer les randonnées.

Un temps de brouillard nous a aussi accompagnés lors de la journée des Jubilaires, mais l'ambiance était chaleureuse au chalet des Grésaleys pour rendre hommage à nos 10 Jubilaires. Deux belles courses encore au mois de mai dans le Jura : la Hasenmatt et les Aiguilles de Baulmes ont été bien appréciées des partici-



pants. Le mois s'est terminé avec une montée à la Joux Verte et la découverte de son ancien barrage-écluse.

La Rampe Sud du Lötschberg avec un petit avant-goût du climat chaud de cet été, le Chamossaire avec une trouée providentielle dans les nuages au sommet, la Flüekapelle avec quelques traversées de



névés et la Chaux de Mont au pied des falaises de la Tour d'Aï étaient sur le programme au mois de juin.



Lever du jour au Refuge des Dents du Midi

Au mois de juillet, les courses sont devenues plus alpines. Nous avons gravi le Prabé sur des sentiers pentus avec des vues spectaculaires dans la vallée du Rhône, suivi du Col du Jorat avec une visite à la buvette au bord du lac de Salanfe qui a invité à la détente et la contemplation. Urs a emmené une petite troupe au Refuge des Dents du Midi avec, le lendemain, un lever de soleil spectaculaire et magique que les participants n'oublieront certainement pas ! Le Gifferspitz, le « Hausberg » de Gstaad, était une première pour notre section, suivi du Wysbodenhorn, une course pour « Grizzlys », aux beaux paysages sauvages. Lors de l'escapade à la Cabane des Grands nous avons constaté avec une certaine tristesse le recul du glacier du Tirent. Le même jour, une troupe de courageux s'est attaquée à la via ferrata du Rübli.

Lors de la première course au mois d'août à La Para, en passant par un biotope peu commun et en longeant un splendide mur de pierres sèches qui barre toute la vallée, le chef de course a jonglé à la perfection avec le timing pour nous éviter un gros orage. La Dent Favre, un sommet exigeant, a été gravi par 12 valeureux randonneurs et randonneuses.

La course « Zen » au Gros Mont, un rêve du chef de course, a rendu heureux 30 participants même si elle n'était pas forcément « Zen »...

Il a fallu deux jours pour un aller-retour à l'Alpe Veglia en Italie en passant par deux cols différents, mais pareillement raides et équipés de chaines et d'échelles, un brin d'aventure que les participants ont trouvé bien à leur goût. La dernière et longue course de ce mois autour du Mont Gond nous a gratifiés, après une rude montée vers un balcon dominant Derborence, d'une vue superbe.



Début septembre à la Montagne de Moay nous avons rencontré les premières pentes teintées de rouge et des framboises à gogo à la descente. L'ascension du Toûno, ce 3000 d'accès facile que nous avons gravi avec nos invités américains, est toujours une valeur sûre, ainsi que le Col de Prafleuri avec ses belles vues sur la Rosablanc et le Grand Désert. Le Tour du Sérac, une autre course pour « Grizzlys », ainsi que l' Eggerhon dans le Haut-Valais, deux nouveautés que nos membres ont fortement appréciées.

Le Tour des Muverans en 4 jours a remplacé la « clubistique » cette année. Les 11 participants ont découvert toute une série de buvettes d'alpages, mais surtout des paysages magnifiques et sauvages non loin de chez nous, avec certainement comme point fort la traversée des vires des Dents de Morcles avec des vues à couper le souffle.



Vue sur la Rosa Blanche depuis le col de Praffleuri

Le soleil était omniprésent sur la terrasse du nouveau restaurant 1209 aux Pléiades pour la journée de rencontre des différentes sections du Tourisme Pédestre.

Un temps magnifique également pour le circuit de La Motte, où nous avons confirmé que les paysages tout près de chez nous sont aussi beaux qu'à l'autre bout de la planète. La course à la Dent de Nendaz avec la magnifique traversée sur les crêtes vers la Pointe de Balavaux nous a offert en prime une forêt de mélèzes en feu comme on en rêve. Lors de l'avant-dernière sortie de la saison, nous avons découvert les secrets de la géologie dans la région des Gastlosen.

Changement total de climat pour la course de clôture: le soleil, certainement un peu fatigué de ses heures supplémentaires fournies durant l'automne, était aux abonnés absents ; mais la neige et le vent ne nous ont nullement empêchés de faire une randonnée le matin avant de nous réfugier à la Borbuintze, pour terminer dignement la saison autour d'une fondue et des gâteaux.

Comme la tradition le veut, nous avons continué avec les ders des ders pour les randonneurs infatigables et enthousiastes.

Les récits de courses et les albums sur la page coup d'œil (ou dans les archives pour les années précédentes) racontent et illustrent en détail toutes nos courses.



Ski de Piste

André Porchet

L'abondance de neige en début de saison a malheureusement été battue par le calendrier qui nous a fait commencer seulement le 11 janvier (report du 9), juste avant la pire semaine de l'hiver qui nous prive de l'attendue sortie au Lauberhorn ainsi que la parallèle à Champoussin.

Ont suivi 4 belles semaines avant de retrouver une mauvaise météo qui nous contraint encore à déplacer les courses du Saanenland à Champéry/Avoriaz et celle de St Luc vers les Mosses par -20° !

En mars, le pire depuis 30 ans selon Météo Suisse, Nax est reportée et La Tsoumaz annulée 2 fois, ARN AG oblige ! La Clubistique à l'Alpe d'Huez bénéficie heureusement d'un superbe temps ensoleillé mais froid. Au retour la sortie de Siviez doit être également annulée 2 fois. Ainsi que la dernière prévue à Verbier !

En résumé, seulement 10 courses purent avoir lieu, 7 courses furent annulées dont 2 seulement purent être remplacées : une saison bien courte comparée à 2016 où malgré le moins de neige nous avons pu sortir 14 fois !



Pour terminer, un grand merci aux Chefs de Courses qui mettent leur temps à disposition au bureau et sur les pistes pour organiser nos sorties !! Cette année certains nouveaux soucis individuels ont demandé de l'adaptation et de la souplesse pour assurer des remplacements, merci donc à eux, en particulier à Johannes, Anne et Urs.



Depuis que les statistiques existent, c'est-à-dire depuis 2008, Johannes détient le record avec 38 courses organisées dont 5 cette année suivi par Anne avec 31 sorties dont 3 cette année.

Bravo, merci à tous et vivement la prochaine saison !

Quelle chance pour notre première sortie, le col du Mollendruz se trouve tout juste à la limite de la neige, même si plus haut les pentes exposées au soleil sont toutes vertes. De même pour la première course C, déplacée dans la région des Millets (trop de neige pour la course prévue), on a dû faire la moitié du parcours avec les raquettes sur le dos.

Mais la saison 2018 dans son ensemble était tout à fait satisfaisante: nous avons pu réaliser 13 des 16 parcours proposés avec très souvent un ciel ensoleillé et en toute sécurité. 1 course a dû être annulée pour mauvais temps, et 2 courses C à cause des dangers d'avalanche et d'inaccessibilité par des éboulements.



La participation moyenne était de 15 personnes (y compris les courses C avec 4,5 de moyenne).

A côté des destinations traditionnelles nos chefs de course s'appliquent à trouver des courses dans des régions à découvrir. Parmi les plus intéressantes, par exemple, Col du Jaun - Bäderhorn, Saint-Cergue - La Dôle, la Valsainte - Auta Chia, Les Diablerets - Isenau et Abländschen - Hüsegg. Pour les C on a fini la saison avec le traditionnel Wal-lighürli.

Les différents niveaux de difficulté sont très appréciés. En règle générale les groupes A (facile) et B (moyen) partent pour la même destination, le groupe



B faisant un parcours un peu plus long, un détour pour un point de vue intéressant.

Les courses classées C, destinées aux participants plus exigeants, se déroulent en dehors des sentiers raquettes balisés et visent les sommets faciles parcourus par les randonneurs à ski. Elles ont lieu une fois par mois le jeudi. Un équipement de sécurité en cas d'avalanche est obligatoire. Un cours obligatoire pour les participants aux C a lieu début janvier pour s'exercer au mode opératoire des Barryvox et des exercices de recherche.

Vous pouvez visionner les photos de nos sorties sur le site www.arninfo.ch.



Le programme de cet hiver a été bousculé par les aléas de la météo.

Au lieu des 12 courses prévues, nous n'en avons réalisé que 8. Ces courses nous ont amenés au Jura, à l'Oberland bernois, aux Alpes vaudoises et valaisannes, jusqu'à la Vallée de Conches. C'est un petit groupe fidèle qui s'élanche sur les lattes étroites, entre 5 et 10 participants. La relève de jeunes retraités pratiquant le ski de fond, ne se pointe malheureusement pas à nos courses.



Nous avons réalisé 13 courses sur les 17 programmées, dont notre traditionnel Cours Avalanche réalisé cette année au domicile du guide, vu la météo désastreuse du jour.

Nous avons dû souvent changer de but de course pour s'adapter aux conditions de neige. Mais l'enneigement de cette saison a été bon, et les conditions météo lors de nos sorties, également, voir nos photos sur Coup d'oeil.



*Conditions de rêve
au Walighürli*

François a conduit le groupe à une sortie inédite pour nous, le Col de la Roue, idée originale d'Urs. Puis faute de pouvoir aller 2 jours dans la région du Gantrisch (hôtels fermés), il nous a fait découvrir l'Ochse, 30 km au Sud de Berne.

Philippe nous a emmené au Mont Flassin, de l'autre côté du tunnel du Grand Saint-Bernard.

Mont Flassin



Alain a organisé une clubistique aux Hohe Tauern, Autriche (sans guide puisqu'il y était déjà allé 2 fois), et à part la première course où le brouillard ne nous a pas quittés, nous avons eu de belles conditions les 3 jours suivants et avons pu réaliser de beaux sommets. Celui du Böses Wiebl méritait bien son nom, avec le vent glacial qui nous a accompagné toute la journée.



Où suis-je....?

(lunettes embuées!)