

ARN Raquettes à neige - programme 2023/2024

Date			Région - But - Dénivelée	Chef(fe)s de Course	
Mois	Jour	Cotation		A	B
Décembre	12	A/B	La Comballaz - Oudiou; Swiss Mobile 465; 6km, 380m↑, 3h. Les 2 groupes ensemble.	non	François
	19	A/B	Ovronnaz-Tête de Betson-Ovronnaz; A: 370m↑, 5.9 km; B 550m↑, 7.7 km, 3h40	Daniel	Rudy
Janvier	2	A/B	Semsales - Le Niremout; A: 475m↑, 7.4km, 3h45; B: 620m↑, 10.5km, Durée 5h10,	Hilda	Christian
	9	A/B	La Valsainte – Vounetse; A: 375m↑, 9.3km, 4h; B: 750m↑, 13.6km, 6h	François	Marc-Alain
	16	A/B	Suen-Grange Neuve-Alpage de Lovégno; A: 510 m↑, 5.6 km, 3h40; B: 730m↑, 7.5.km, 4h15	Jürg	Rudy
	23	A/B	Grimentz - La Montagnette, Swiss Mobile 411; A: 350m↑, 6.2 km, 3h15; B: 540m↑, 9 km, 4h50	à déf	Jan
	30	A/B	Le Chasseron, Swiss Mobile 470; A: 255m↑, 8 km, 3h20; B: 520m↑, 11km, 5h	Rudy	Uli
Février	6	A/B	Liddes (Dranse) – Vichères : A : 500m↑, 10km, 3h; B: Dénivelé 550m↑, Longueur 12.3km, Durée 5h30	Jürg	Marc-Alain
	13	A/B	Nax Prarion - Pralovin/le Chieso: A: 420m↑, 6.3km, 3h20; B: 580m↑, 8.3km, 3h45	Hilda	Christian
	20	A/B	Le Brand–La Berra, A: Swiss Mobile 280+, B: Swiss Mobile 279, 720m↑, 5 km, 3h40	François	Uli
	27	A/B	Crans Montana - Aminona: A pour définir, B: 420m↑, 8km, 3h50	à déf	Jan
Mars	5	A/B	Col des Planches-Col du Tronc-La Crevasse-Cergniat: 440m↑, 5.8 km, 2h45, les 2 groupes ensemble	non	Rudy
	12	A/B	Arolla: La Gouille- Lac Bleu	Daniel	Marc-Alain
	19	A/B	Course de clôture: Leysin - Crêt de Fer, 10 km, 600m↑. Lunch au restaurant du Crêt de Fer	non	Jan

Pâques 2024: Mars 31

27.11.2023 20:14