

SCN Section Ski-Rando

Programme des courses

Eté 2026



Inscription aux courses

Les inscriptions aux sorties se font par e-mail au chef de course dans le délai d'inscription avec les renseignements suivants:

- Nom et prénom
- N° téléphone mobile
- Membre SCN: oui ou non
- Chauffeur (avec nombre de places disponibles) ou passager

Le paiement aux chefs de course (co-voiturage, location matériel ...) se font préférentiellement par TWINT.

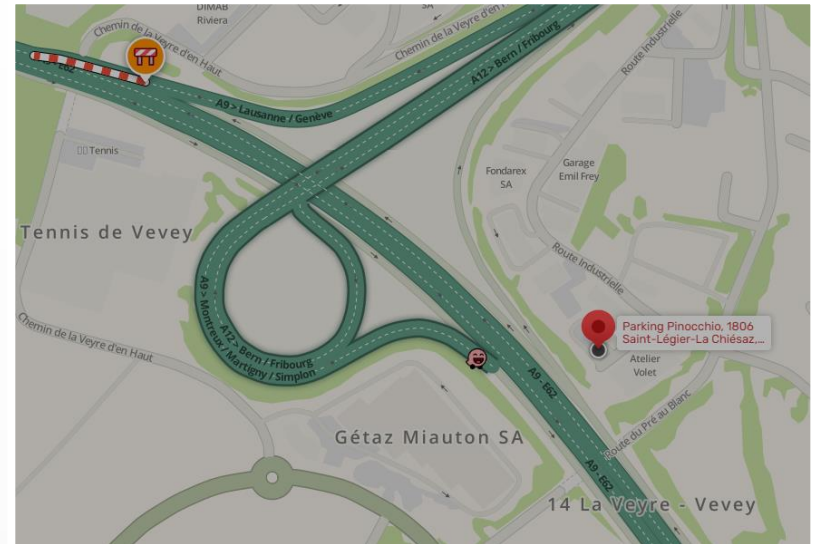


Co-voiturage

Le lieu de rendez-vous pour se rendre au départ de la course par défaut est le **Parking Pinocchio (1806 Saint-Légier-La Chiésaz)** dans la zone industrielle de la Veyre à Saint-Légier.

Le ou la chef.fe de course confirmera le point de rendez-vous aux participants quelques jours avant la course.

Les chauffeurs se voient dédommagés par le ski club pour les frais de transport. Chaque participant contribue aux frais de transport de la sortie.



Programme des sorties - Eté 2026

Activité	Date
Initiation alpinisme	13 & 14 Juin 2026
Bike'n'Hike Cape au Moine	21 Juin 2026
Randonnée glaciaire (Tête blanche)	11 & 12 Juillet 2026
Via ferrata (Nax)	18 Juillet 2026
Initiation Escalade	29 Août 2026
Randonnée à pied (Grand Muveran)	01 & 02 Août 2026
Randonnée à pied (Arolla - Grande Dixence)	12 & 13 Septembre 2026

Initiation alpinisme

13 & 14 Juin 2026

Délai d'inscription :
03.06.2026

Chef de course :

Jordi Baeza

076 311 61 83

Jordi.baeza@nestle.com

Initiation alpinisme

Ce stage de deux jours en milieu alpin est conçu pour les participants n'ayant aucune ou peu d'expérience en alpinisme, et n'ayant pas nécessairement déjà mené une ascension en tant que grimpeur de tête. L'objectif est d'acquérir les bases de la progression sur neige et glacier, de développer et de consolider les compétences existantes, tout en apprenant à prendre des décisions judicieuses et adaptées en milieu alpin.

Où: Trient glacier / Hut.

Coût: 375-455 fr (Selon le nombre de participants)

Capacité : 11 participants, 2 guide, 1 CDC

Paiement : 100 fr à l'inscription, le reste le jour de l'activité.

Inclus : télécabine, frais de guide, refuge, souper, petit-déjeuner, essence en covoiturage
Il y aura une séance d'information le 03.06.2026-18h30 à La Foyer, ASLN, Rue de l'Hôtel-de-Ville 1, 1800 Vevey, 1er étage

Objectifs de la formation

- Matériel, outils et règles de sécurité
- Techniques de progression sur neige et glace
- Cordes, nœuds et gestion d'équipe
- Auto-arrêt et progression sur glacier
- Sauvetage en crevasse (auto-sauvetage et sauvetage d'autrui), systèmes de poulies



Bike'n'Hike

21 Juin 2026

Délai d'inscription :
Mercredi 17 Juin

Chef de course :

Christian Detrois

076 363 64 39

Christian.detrois@nestle.com

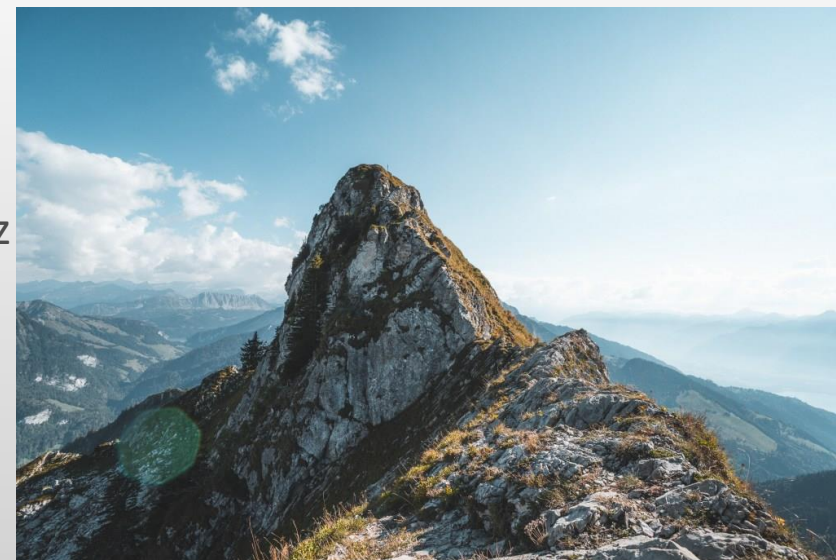
Bike'n'Hike Cape au Moine (1941m)

L'idée de cette journée est de rejoindre le départ de la randonnée à vélo. Nous nous retrouverons avec les vélos à Blonay, puis nous commencerons par une montée jusqu'à un endroit proche du Col du Soladier (1577 m). Cela représente un dénivelé positif de environ 1000 m, principalement sur route et avec un peu de gravier sur la fin. Les VTT, vélos gravel et vélos électriques conviennent pour ce parcours.

Nous continuerons ensuite à pied jusqu'au sommet. La randonnée ne présente pas de difficulté majeure (T2...3), à l'exception d'un petit passage rocheux à franchir sur l'arête (T4).

Retour par le même itinéraire jusqu'aux vélos, puis retour à Blonay pour terminer la journée.

Bonne physique requise. Apart les vélos, prenez les chaussures de rando, protections soleil, assez a boire et le pique-nique.



Randonnée glaciaire

11 & 12 Juillet 2026

Délai d'inscription :
15.06.2026
(Presque complète)

Chefs de course :

Jordi Baeza

Christian Detrois

076 311 61 83

Jordi.baeza@nestle.com

Tête blanche (3.711 m)

Rejoignez-nous pour une sortie alpine de progression passionnante, spécialement conçue pour les débutants qui viennent de terminer leur formation d'initiation à l'alpinisme ! Cette aventure est idéale pour les personnes ayant peu d'expérience et offre une occasion unique de perfectionner leurs compétences dans un environnement bienveillant et stimulant.

Où: Valais, Arolla, Glacier du Mont Miné

Dénivelé : D1 : 1300 m D2 : 700 m; Difficulté : F-PD

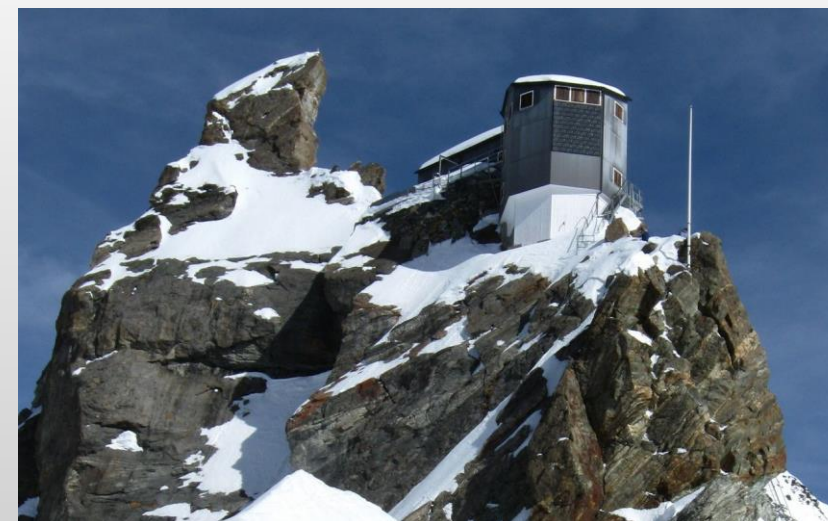
Capacité : 6 participants + 2 CDC

Coût: 125 fr, 105 fr CAS

Inclus : Cabane, souper, petit-déjeuner, essence en covoiturage

Paiement : 50 fr à l'inscription, le reste le jour de l'activité.

Il y aura une séance d'information le
03.07.2026-18h30 à La Foyer, ASLN ; Rue de
l'Hôtel-de-Ville 1, 1800 Vevey, 1er étage



Via ferrata

18 Juillet 2026

Délai d'inscription :
Mercredi 15 juillet

Chefs de course :

Jordi Baeza

076 311 61 83

Jordi.baeza@nestle.com

**Rendez-vous : Parking Pinocchio,
9:00 h**

Retour à Pinocchio : vers 15h00

Places disponibles : 7

Tarif : 10-15 CHF / pers.

Via Ferrata de Belvédère (Nax)

Si vous aimez l'aventure et les sensations fortes, rejoignez-nous pour cette expérience de via ferrata. Offrant des vues imprenables sur Sion et entourée de sommets à couper le souffle, cette via ferrata est idéale pour une initiation en douceur, tout en vous garantissant une bonne dose d'adrénaline.

L'aventure comprend une formation et un briefing de sécurité.

Dénivelé : 450 m

Longueur : 1,3 km

Orientation : Ouest - Sud

Durée : 2,5 h + 30 min de marche de retour jusqu'au Parking

Équipement : Casque, harnais, dissipateur via ferrata, gants en cuir ou équivalent.



Initiation Escalade

29 Août 2026

Délai d'inscription :
26.09.2026

Chefs de course :

Jordi Baeza, Johannes Zimmer

076 311 61 83

Jordi.baeza@nestle.com

076 316 24 51

johannes.zimmer@rd.nestle.com

**Rendez-vous : Parking Pinocchio,
9:00h**

Retour à Pinocchio : vers 18h00

Places disponibles : 15

Tarif : 15-20 CHF / pers.

Initiation Escalade

Les passionnés d'aventure sont invités à une initiation à l'escalade, où vous découvrirez les sensations fortes de l'escalade en moulinette sur une voie d'une longueur.

Vous vous familiariserez avec le matériel et les outils, apprendrez les nœuds de base et explorerez les premières techniques de progression avec deux grimpeurs expérimentés.

Vous profiterez d'une escalade sur un rocher calcaire, principalement de niveau débutant (3 à 5), d'une hauteur de 10 à 15 mètres et exposé au nord – idéal pour les chaudes journées d'août. En toute confiance et sécurité, vous aurez la chance d'atteindre le sommet avec le sourire aux lèvres.

Zone : elle sera définie plus près de la date, 1 h maximum en voiture.

Équipement : Casque, harnais, chaussons d'escalade. Si vous ne possédez pas tout l'équipement nécessaire, nous pouvons fournir du matériel de rechange en quantité limitée. Les chaussons d'escalade ne sont pas obligatoires, mais fortement recommandés.



Randonnée à pied

01 & 02 Août 2026

Délai d'inscription :
Lundi 29 Juin

Chef de course :

Christian Détrois

076 363 64 39

Christian.detrois@nestle.com

⚠ Nombre de places limitées

Grand Muveran (3051m)

 **Randonnée Alpine Grand Muveran sur 2 jours**

Plan sur Bex → Cabane Rambert → Grand Muveran (3051m) → Derborance

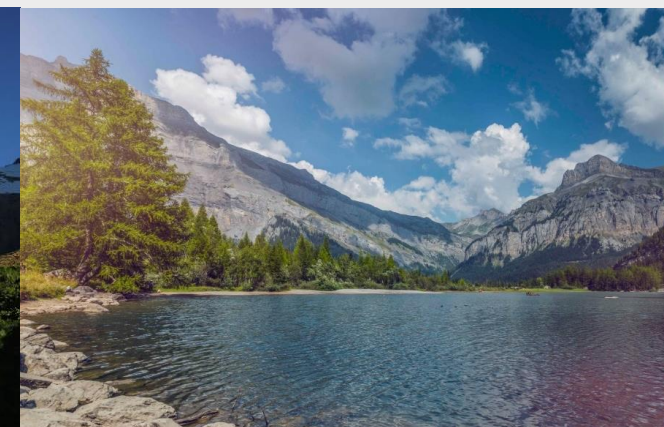
Jour 1 – Plan sur Bex → Col du Frête de Saille → Cabane Rambert (CAS); D+ 1500m; D- 250m, difficulté T4, ~5h de marche

Jour 2 – Cabane Rambert → Sommet du Grand Muveran → Descente à Derborance; D+ 550m; D- 1650m, difficulté T5, ~6h de marche

Très bonne condition physique requise; équipement: chaussures de montagne, bâtons (option), vêtements chauds, casque recommandé, protection soleil, pique-nique, eau

Cout / Paiement à l'inscription: CHF 80 (membre CAS) / 98 CHF (non membre CAS)

Cette sortie s'adresse à des membres du ski club à l'aise en terrain alpin exigeant, souhaitant vivre une expérience de haute montagne sur deux jours.



Randonnée à pied
12 & 13 Septembre
2026

Délai d'inscription :
14 août 2026

Chef de course :
Olivier Bindith

079 240 91 92
olivier.bindith@rd.nestle.com

⚠ Nombre de places limitées

Grande Dixence - Arolla (par la Cabane des Dix)



Jour 1

Barrage de la Grande Dixence → Cabane des Dix (CAS)
Altitude départ : ~2'138 m • Altitude cabane : ~2'928 m
Dénivelé positif : +920 m • Distance / Durée : ~12 km / 4h30 à 5 h
Difficulté (T2) Nuit à la Cabane des Dix (CAS)

Jour 2

Cabane des Dix → Arolla (via Pas de Chèvres ou Col de Riedmatten)
Altitude max : ~2'950 m • Dénivelé positif / négatif : +340 m / -1'250m
Distance / Duréé : ~10 km / 4 à 5h
Difficulté (T3+)

- Déplacement en transports publics
- Prix: (cabane payable à l'inscription)
 - o Tranports publics : aller - retour depuis Vevey (1/2 tarif CFF): CHF 49
 - o Demi-pension cabane : CHF 81 (membre CAS) / CHF 97 (non membre CAS)
- Annulation:
 - o jusqu'au 4 septembre :100% remboursé
 - o Du 4 septembre au 8 septembre: 50% du prix de la cabane remboursé
 - o A partir du 9 septembre: 0% remboursé