

Date	Courses 2023	Description	Chef(fe) de course
25.01	01 Raq - Le Vuypay	04H15 480 m 480 m 1137 m 1518 m 7.38 km / 1244 Châtel-St.Denis	079 584 45 39 / Monica / <a href="mailto:monica.simonet@bluewin.ch">monica.simonet@bluewin.ch</a>
08.02	02 Raq - Eischoll-Breitmattu-Strigge-Eischoll	04H300 353 m 353 m 1255 m 1583 m 6.16 km / 1288 Raron	027 455 37 49 / Franz / <a href="mailto:franz.pointner@varioweb.ch">franz.pointner@varioweb.ch</a>
22.02	03 Raq - Morgins - Refuge du Corbeau - Morgins	04H00 395 m 395 m 1311 m 1674 m 7.64 km / 1304 Val-d'Illiez	079 242 57 34 / Pier Giorgio / <a href="mailto:pigiore@dubalpinsierre.ch">pigiore@dubalpinsierre.ch</a>
08.03	04 Raq - Eison-Volovron-Eison	04H15 385 m 385 m 1562 m 1792 m 7.92 km / 1307 Vissoie	078 648 20 88 / Roland / <a href="mailto:B.bourgnon@netplus.ch">B.bourgnon@netplus.ch</a>
22.03	05 A pied - Nouveau bisces à Salin	04H45 588 m 588 m 739 m 1139 m 14.06 km / 1306 Sion	079 567 87 38 / Georges / <a href="mailto:g-a.rouvinez@bluewin.ch">g-a.rouvinez@bluewin.ch</a>
05.04	06 A pied - Orridi di Uriezzo / Premia in Valle Antigorio (I)	03H00 118 m 118 m 604 m 714 m 1.64 km / 1290 Helsenhorn	079 242 57 34 / Pier Giorgio / <a href="mailto:pigiore@dubalpinsierre.ch">pigiore@dubalpinsierre.ch</a>
12.04	07a A pied - Val-d'Illiez - Galerie Défago	04H45 665 m 665 m 791 m 1237 m 13.10 km / 1304 Val-d'Illiez	079 584 45 39 / Monica / <a href="mailto:monica.simonet@bluewin.ch">monica.simonet@bluewin.ch</a>
12.04	07b A pied - Val-d'Illiez - Galerie Défago	04H00 580 m 494 m 791 m 1237 m 9.90 km / 1304 Val-d'Illiez	079 584 45 39 / Monica / <a href="mailto:monica.simonet@bluewin.ch">monica.simonet@bluewin.ch</a>
19.04	08 A pied - (lieu et itinéraire surprise)	Marche grillade	079 584 45 39 / Monica / <a href="mailto:monica.simonet@bluewin.ch">monica.simonet@bluewin.ch</a>
26.04	09 A pied - Suen-Eison-Suen	04H00 542 m 542 m 1428 m 1798 m 9.89 km / 1307 Vissoie	078 648 20 88 / Roland / <a href="mailto:B.bourgnon@netplus.ch">B.bourgnon@netplus.ch</a>
03.05	10 A pied - Chermignon-Diogne-Bluche-Chermignon	04H30 643 m 643 m 946 m 1388 m 12.76 km / 1287 Sierre	076 507 32 02 / Lucie / <a href="mailto:lucie.linssen@cern.ch">lucie.linssen@cern.ch</a>
10.05	11 A pied - Tatz-Joli-Ladu-Tatz	03H00 372 m 372 m 1496 m 1844 m 6.08 km / 1288 Raron	079 506 86 43 / Marie-Jo / <a href="mailto:majogian.48@gmail.com">majogian.48@gmail.com</a>
17.05	12 A pied - Loèche-Thel-St.Barbara-Loèche	03H00 479 m 479 m 764 m 1149 m 7.14 km / 1287 Sierre	078 648 20 88 / Roland / <a href="mailto:B.bourgnon@netplus.ch">B.bourgnon@netplus.ch</a>
24.05	13a A pied - Derborence - Godey - Derborence	03H00 352 m 352 m 1338 m 1518 m 6.72 km / 1285 Les Diablerets	079 584 45 39 / Monica / <a href="mailto:monica.simonet@bluewin.ch">monica.simonet@bluewin.ch</a>
24.05	13b A pied - Godey-Derborence-Lizerne-Mombas-Godey	04H00 562 m 562 m 1338 m 1608 m 9.74 km / 1285 Les Diablerets	079 584 45 39 / Monica / <a href="mailto:monica.simonet@bluewin.ch">monica.simonet@bluewin.ch</a>
31.05	14 A pied - Mines de St-Luc à Chandolin (avec visite guidée)	04H00 419 m 419 m 1749 m 2076 m 7.63 km / 1287 Sierre	079 417 12 58 / Guy / <a href="mailto:guy.theler@bluewin.ch">guy.theler@bluewin.ch</a>
07.06	15 A pied - Soussillon-Chandolin-Ponchêt-Soussillon	04H00 777 m 777 m 1386 m 2070 m 11.11 km / 1287 Sierre	076 391 73 87 / Fernand / <a href="mailto:fernandpellaton@bluewin.ch">fernandpellaton@bluewin.ch</a>
14.06	16a A pied - Lac de Lioson 1ère groupe	04H00 680 m 680 m 1425 m 2079 m 8.24 km / 2265 les Mosses	079 284 38 45 / Nicole / <a href="mailto:nicole.paolo@netplus.ch">nicole.paolo@netplus.ch</a>
14.06	16b A pied - Pic Chaussy 2ème groupe	05H00 952 m 952 m 1425 m 2351 m 10.20 km / 2265 les Mosses	079 284 38 45 / Nicole / <a href="mailto:nicole.paolo@netplus.ch">nicole.paolo@netplus.ch</a>
17-24.06	Sam 17.06.2023 - Sam 24.06.2023	Semaine dans la Val d'Abondance - voir programme dans le menu randonneurs.	Guy et Pier Giorgio
28.06	17 A pied- Le Relais de Colombire -La Tiesch-retour	03H45 444 m 444 m 1804 m 2132 m 9.81 km / 1287 Sierre	027 455 37 49 / Franz / <a href="mailto:franz.pointner@varioweb.ch">franz.pointner@varioweb.ch</a>
05.07	18 A Pied -Chindonne-Dent de Valerette-Chindonne	03H45 624 m 614 m 1515 m 2058 m 7.95 km / 1304 Val-d'Illiez	078 648 20 88 Roland B. <a href="mailto:rbourgnon@netplus.ch">rbourgnon@netplus.ch</a>
12.07	19 A pied - Eggerberg-Ze Steinu-Niwärch-Aussenberg (retour Eggerberg en train)	04H00 485 m 403 m 845 m 1279 m 11.44 km / 1288 Raron	027 455 37 49 / Franz / <a href="mailto:franz.pointner@varioweb.ch">franz.pointner@varioweb.ch</a>
19.07	20 A pied - Crêt du Midi-Brenta-Tracuit d'en Bas-Sigeroule (télé)	03H30 395 m 861 m 1862 m 2614 m 8.80 km / 1307 Vissoie	079 705 58 26 / Monique B.P. / <a href="mailto:m.bitz@netplus.ch">m.bitz@netplus.ch</a>
26.07	21 A pied -Barme-Col de Cou-Col Bretolet-Barme (Centre ornithologique)	04H30 665 m 665 m 1487 m 1990 m 11.05 km / 1304 Val-d'Illiez	079 242 57 34 / Pier Giorgio / <a href="mailto:pigiore@dubalpinsierre.ch">pigiore@dubalpinsierre.ch</a>
02.08	22 A pied - Arolla-Cabane Aiguilles Rouges-Arolla	04H45 801 m 801 m 2075 m 2810 m 11.69 km / 1326 Rossablanche	079 242 57 34 / Pier Giorgio / <a href="mailto:pigiore@dubalpinsierre.ch">pigiore@dubalpinsierre.ch</a>
09.08	23 A pied - Pt 2395 -Cabane de Moiry-Pt 2395	03H15 529 m 529 m 2350 m 2825 m 6.09 km / 1327 Evolène	079 242 57 34 / Pier Giorgio / <a href="mailto:pigiore@dubalpinsierre.ch">pigiore@dubalpinsierre.ch</a>
16.08	24 A pied -Zinal-Lac Arpitetta-Zinal	04H45 638 m 638 m 1674 m 2232 m 12.12 km / 1327 Evolène	079 584 45 39 / Monica / <a href="mailto:monica.simonet@bluewin.ch">monica.simonet@bluewin.ch</a>
23.08	25 A pied - L'A Vieille-Becs de Bosson-L'A Vieille	04H00 675 m 675 m 2369 m 2984 m 7.50 km / 1308 St. Niklaus	079 417 12 58 / Guy / <a href="mailto:guy.theler@bluewin.ch">guy.theler@bluewin.ch</a>
30.08	26 A pied - Pt 1903-Turtmannhütte-Pt 1903	04H15 659 m 659 m 1902 m 2518 m 11.04 km / 1308 St. Niklaus	076 507 32 02 / Lucie / <a href="mailto:lucie.linssen@cern.ch">lucie.linssen@cern.ch</a>
06.09	27 A pied - Gruben-Simmigu-Meidbach-Gruben	04H00 689 m 689 m 1801 m 2356 m 9.17 km / 1308 St. Niklaus	079 446 05 93 / Jean-Louis / <a href="mailto:jlouis.pitteloud@netplus.ch">jlouis.pitteloud@netplus.ch</a>
13.09	28 A pied - Boucle Gleisstrift	03H00 461 m 461 m 1247 m 1672 m 4.87 km / 1328 Randa	079 284 38 45 / Nicole / <a href="mailto:nicole.paolo@netplus.ch">nicole.paolo@netplus.ch</a>
20.09	29 A pied - Susten-Buthanbrücke-Berghüsli-Susten	03H45 537 m 537 m 629 m 1110 m 9.90 km / 1287 Sierre	079 779 64 06 / Vica / <a href="mailto:vica.gabioud@varioweb.ch">vica.gabioud@varioweb.ch</a>
27.09	30 A pied - Rinderhütte-tour de Horlini-Rinderhütte	04H00 555 m 555 m 2109 m 2399 m 12.81 km / 1287 Sierre	078 603 95 47 / Laurence / <a href="mailto:lau@netplus.ch">lau@netplus.ch</a>
04.10	31 A pied - Salvan-Gorges Dailley-Salvan	04H30 760 m 760 m 920 m 1366 m 10.51 km / 1305 Dent de Mordes	078 648 20 88 / Roland / <a href="mailto:B.bourgnon@netplus.ch">B.bourgnon@netplus.ch</a>
18.10	32 A pied - Eya( Eisten)-Leidbach-Eya (Eisten)	03H00 453 m 453 m 1051 m 1484 m 4.55 km / 1308 St. Niklaus	079 284 38 45 / Nicole / <a href="mailto:nicole.paolo@netplus.ch">nicole.paolo@netplus.ch</a>
01.11	33 A pied - (lieu et itinéraire surprise)	Marche vers le plat gibier	079 506 86 43 / Marie-Jo et Monique B.P.
08.11	34 A pied - Réserve éventuel rattrapage	00H00 000 m 000 m 0000 m 0000 m 00.00 km	Voir plus tard sur la page web.
15.11	35 A pied - Réserve éventuel rattrapage	00H00 000 m 000 m 0000 m 0000 m 00.00 km	Voir plus tard sur la page web.