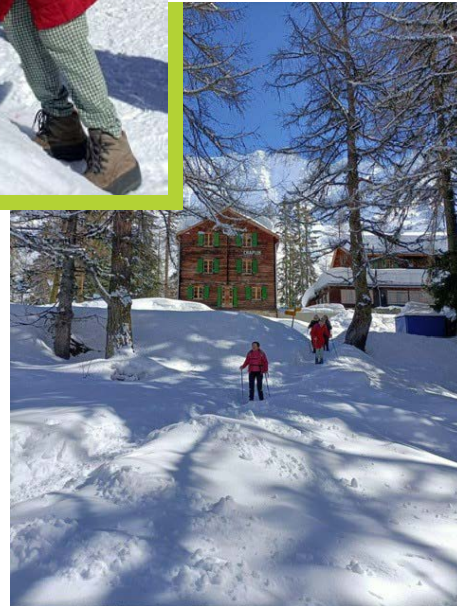




*« Ne marche pas devant moi, je ne te suivrai peut-être pas. Ne marche pas derrière moi, je ne te guiderai peut-être pas. Marche à côté de moi et sois simplement mon ami(e). L'amitié demande de la sincérité et de la confiance. »*

- Albert Camus -



Sport et Mouvement

**PRO  
SENECTUTE**  
PLUS FORTS ENSEMBLE

## Groupe de randonnée sur neige + Sierre et environs

Programme 2025



Ce cours est partiellement subventionné par l'Office fédéral des assurances sociales car il favorise tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.

# Randonnée sur neige 2025

Dates	Lieux	Alt. Max	D +	D -
09.01.25	Aminona - Chapelle N. Dame d'Asse	1740 m	200 m	200 m
16.01.25	Les Haudères - Evolène	1450 m	90 m	160 m
23.01.25	La Forêt (St-Luc) - Tignousa	2480 m	200 m	200 m
30.01.25	Ovronnaz: Tour du village	1430 m	180 m	180 m
06.02.25	Hérémenche - Pralong	1665 m	100 m	100 m
13.02.25	Anzère: Tour du Gô	1680 m	190 m	305 m
20.02.25	Eison - Volovron	1790 m	150 m	150 m
27.02.25	Riederalp - Bettmeralp	1985 m	80 m	
06.03.25	Cordona - Col de la Malvoisie	1340 m	100 m	100 m
13.03.25	Blitzingen - Münster	1380 m	80 m	80m



## Informations importantes

<b>Jour</b>	Jeudi
<b>Lieu de rendez-vous</b>	Parking de l'Ancien Sierre
<b>Heure de départ</b>	13h00 Si un changement exceptionnel d'heure devait s'avérer, une information sera communiquée assez tôt.
<b>Programme</b>	Il peut être modifié à tout moment, en fonction de la météo et du terrain.
<b>Déplacements</b>	Voitures et/ou transports publics. Indemnité au chauffeur (par personne): Entre Fr. 5. et Fr. 10.- selon la distance.
<b>Équipement</b>	Bonnes chaussures de marche, veste, bonnet – gants, bâtons si nécessaire, boisson.
<b>Assurances</b>	Les participants-es ne sont pas assurés-es. Veillez à être au bénéfice d'une couverture-accident - y compris transport. Munissez-vous de votre carte d'assurance personnelle.
<b>Cotisation</b>	Fr. 20.- au total (Fr. 10.- par membre sont versés à Pro Senectute)
<b>Responsables</b>	Bernadette Bonvin, 078 675 29 74 Denis Rohrer, 079 573 40 74 Esther Zuber, 079 284 91 73