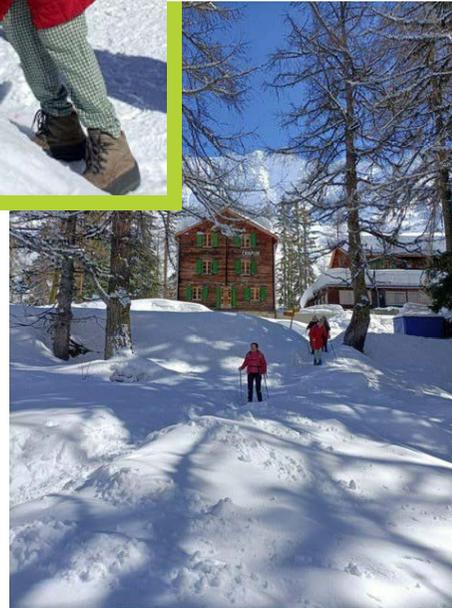




« Ne marche pas devant moi, je ne te suivrai peut-être pas. Ne marche pas derrière moi, je ne te guiderai peut-être pas. Marche à côté de moi et sois simplement mon ami(e). L'amitié demande de la sincérité et de la confiance. »

- 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

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