

Réflexion

- Un sourire donne du repos à l'être fatigué,
- Rend courage au plus découragé,
- Console dans la tristesse
- Et c'est un antidote de la nature pour toutes les peines.
- Il ne peut s'acheter, ni se prêter, ni se voler,
- Car c'est une chose qui n'a de valeur qu'à partir du moment où on le donne.

(auteur inconnu)

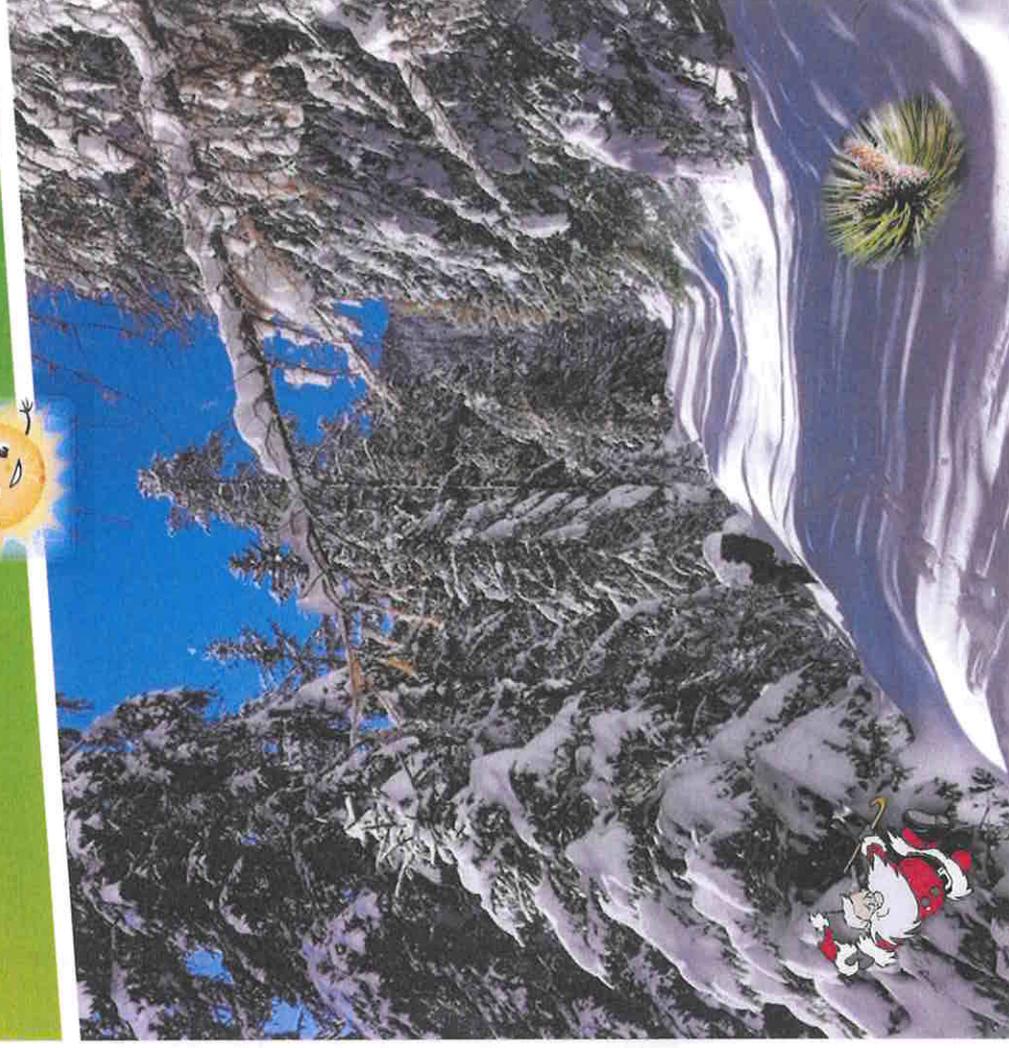


Sport et Mouvement

PRO
SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE

Club d'Aînés de Vercorin + L'Âge d'Or

Premier semestre 2025



Remarques et conseils

1. Important : lors des balades et des randonnées, prendre des bonnes chaussures, deux bâtons, pique-nique et boissons, sans oublier la carte personnelle d'urgence.
2. Le départ se fait au parking de l'ancienne poste de Vercorin et au parking du téléphérique à Chalais.
3. Nous utilisons les voitures privées et chaque personne participe aux frais de covoiturage de Frs. 5.--, par personne ou Frs. 10.--, selon le kilométrage. Gratuit sur le parcours de la commune de Chalais jusqu'à Sierre.
4. La participation à une sortie se fait sous la seule responsabilité du participant. Il veille à être au bénéfice d'une couverture accident.
5. **Le programme peut être modifié suivant la météo. Par conséquent en cas de mauvais temps la randonnée sera reportée. Petite suggestion gardez vos mardis de libre.**
6. En cas d'empêchement, **veuillez svp téléphoner la veille** à Françoise Porchet, **no nate! 078 627 55 48.**



Programme 1er semestre 2025

Date	Lieu	Activités Age d'Or	Alt. Max.	Dénivelé	Durée
14 janvier	Saillon	Bains – Plouf.			
21 janvier	Saillon	Sentier des vitraux – (matin) Source d'eau chaude (après-midi)	586 m 551 m	133m 90 m	1h15 1h30
28 janvier	Vercorin	Assemblée général, Maison Bourgeoise			
04 février	Grächen	Marche sur neige direction Bargli	1'762 m	213 m	3h15
11 février	Saillon	Bains - Plouf			
18 février	Granges Granges	Granges – Valençon Tour du lac de la Breche	734 m 509 m	277 m 23 m	2h00 1h30
11 mars	Blatten	Marche vers Fatteralp sur la neige	1'787 m	273 m	3h50
18 mars	Saxon	Sentier des abricotiers en fleur	802 m	371 m	2h40
01 avril	Martigny	La Bata et chemin des vignes	667 m	227 m	2h45
08 avril	Vercorin	Repas au Crêt du Midi	2'300 m		
15 avril	Les Avants Les Avants	Narcissses en fleurs Narcissses en fleur, funi possible	1'191 m 1'191 m	353 m 168 m	2h30 1h50
29 avril	Ravoire	Balade des fours à pain	1'337 m	327 m	2h15
06 mai	Lens	Christ roi	1'269 m	305 m	3h10
20 mai	Eischoll Eischoll	Vers Unterbach par la passerelle (petit) Vers Unterbach par la passerelle (grand)	1'245 m 1'490 m	189 m 400 m	2h05 3h10
03 juin	St.Luc	Grand bisse de St.Luc, remis à jour	1'881 m	281 m	2h30
17 juin	Sanetch Sanetch	Tour du lac Cabane Prarochet	2'119 m 2'540 m	170 m 388 m	1h40 3h00

Nos moniteurs

Denis Rohrer Natel 079 573 40 74

Véronique Vouillamoz Nael 079 233 61 49

Mayens d'Elison

