

N° 5

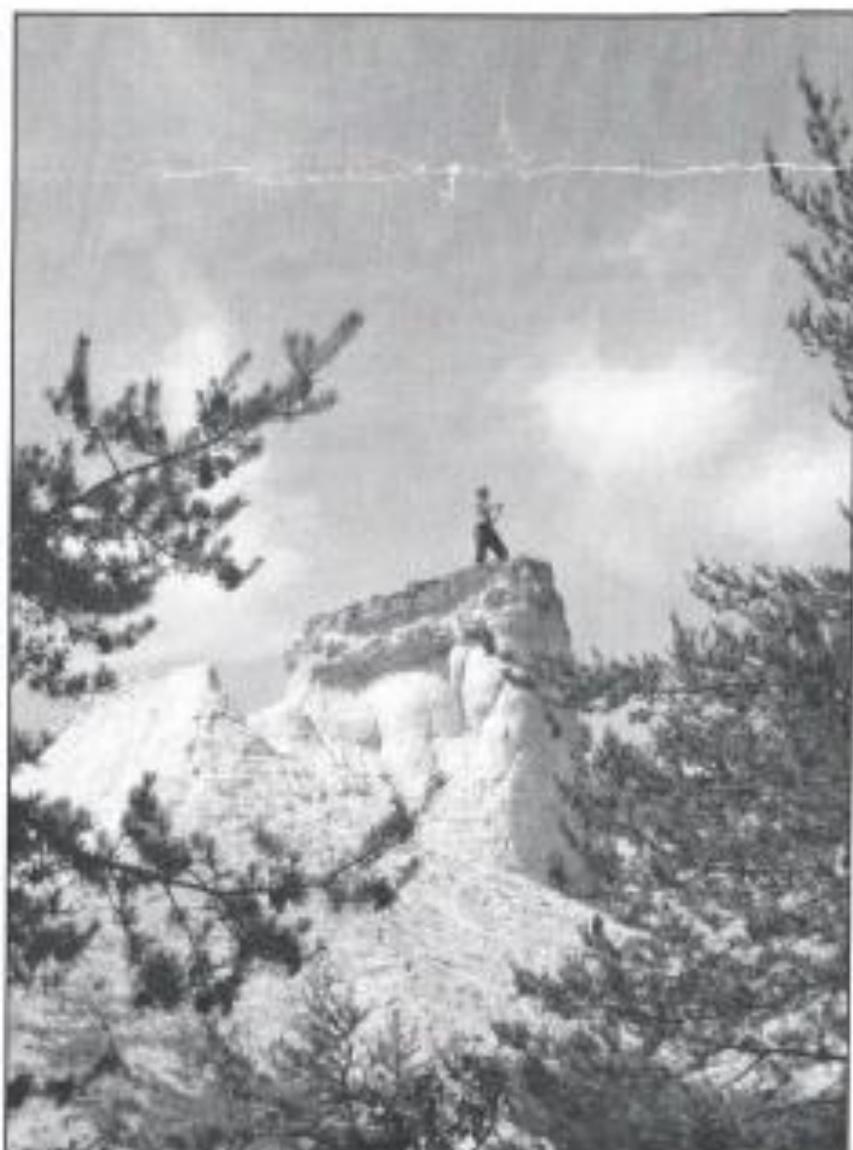


Juillet / Août 2006

Le Piolutien

BULLETIN MENSUEL OFFICIEL DU PIOLET CLUB DE GENÈVE

Case postale 5531 - 1211 GENÈVE 11



le sport c'est

UNIVERS SPORTS

Le choix • Le conseil • Le service



P 52, rue de la Servette • 1202 Genève
Tél.: 022 733 33 58
univers-sports@bluewin.ch
www.univers-sports.ch

L'artisan moderne de l'automobile



GARAGE Luigi ZOLLO

VENTE de voitures neuves et occ. Toutes Marques

REPARATIONS

Mécanique, électricité, entretien, prép. expertise

Pneus, Batteries, Test antipollution,

Tél. 022/757 67 70

Devis Gratuit (sur rendez-vous)

Voiture en prêt, ou prise en charge par nos soins

Rte de Prè-Marais 58, 1233 BERNEX Fax 022/757 32 21

UN PETIT COIN SI TRANQUILLE

Edward Whimper, Louis Lachenal, Lionel Terray. Les montagnards connaissent bien entendu ces noms célèbres. Celui de Michel Gilbert est plus familier aux membres de notre club. Pourtant ils ont un point commun. Ils ont certes été ces passionnés des cimes, ils ont payé de leur vie leur amour inconditionnel pour la montagne et, surtout, ils reposent tous au cimetière de Chamonix.

Avez-vous déjà parcouru les allées de ce lieu chargé de souvenirs et d'émotions ? Non me répondez-vous, il y a d'autres buts de course à Chamonix. Ce sont les circonstances qui m'ont amené à fréquenter ce lieu pour la première fois lors du décès tragique de notre membre Michel Gilbert. Après l'émouvante cérémonie à l'église de Chamonix, nous lui avons rendu un dernier hommage. En passant devant les diverses tombes, je ne pouvais m'empêcher de songer à tous ces êtres connus et inconnus mus par la même passion. J'éprouvais pour ces hommes qui ont tout donné à la montagne et que la montagne a repris, un sentiment à la fois de respect et de révolte.

Au gré des courses que nous effectuons dans le massif du Mont-Blanc, nous profitons de rendre visite à notre ami disparu et de nous recueillir sur sa tombe. Même si l'émotion est toujours vive, avec le temps la révolte a laissé la place à une certaine sérénité. Loin de la frénésie que connaît Chamonix pendant la saison d'été, dans ce lieu paisible, je repense à l'épitaphe figurant sur l'une des sépultures de ce cimetière:

« La véritable cime est en nous au-delà de toute chose. Elle appartient à qui la cherche et ne pourra jamais lui être enlevée ».

Au hasard de vos déplacements, si votre route passe près de cet endroit, pensez à rendre une petite visite à notre ami Michel et à ses illustres voisins.

Michel Bugnon

Vous saurez tout sur la vie du Club en visitant le site
www.le-piolet.net

Photo de couverture et pages intérieures : Jacques Dubas, le Colorado provençal, sortie de juin 2006 - photos de Maurice Muhlemann mises à disposition par Albert Perrottet



LEIGGENER S.A.

RUE DU XXXI DÉCEMBRE 52
CASE POSTALE 6192
1211 GENÈVE 6

TÉL. 022 / 735 71 42
FAX 022 / 735 71 55

Revidor SOCIÉTÉ
FIDUCIAIRE *S.A.*

- Comptabilité
- Révision - Audit
- Expertises
- Administration
- Fiscalité
- Gestion de sociétés

8, CHEMIN RIEU
CASE POSTALE 556 - 1211 GENÈVE 17

TÉLÉPHONE 022 707 04 10
TÉLÉFAX 022 736 41 14

RAPPORTS DE COURSES

COURSE DES MERCREDISTES du 21 juin – Mont-Tendre et Dent-de-Vaulion

En ce premier jour de l'été, il fait grand beau. C'est de bon augure. Les quatre Piolus rescapés se réjouissent, ils vont pouvoir trouver un peu de fraîcheur au Jura. Ils ont opté pour le Mont-Tendre. Partis de Genève un peu avant neuf heures, ils quittent l'autoroute à Aubonne et rejoignent Montricher. Ce n'est pas la route la plus directe mais elle est bucolique. S'étant engagés sur la route du Mont-Tendre une surprise de taille les attend. Ils n'ont pas parcouru un kilomètre qu'ils se trouvent nez à nez avec une barrière surmontée d'un panneau indiquant « ROUTE BARREE » et, une centaine de mètres plus haut, deux gros camions bloquent le passage... L'instant de stupeur passé, les Piolus rebroussement chemin et se rendent illico à la pinte du village pour se remettre de leurs émotions et se renseigner sur les raisons de cette fermeture. La réponse ne tarde pas à tomber. Il s'agit d'une remise en état urgente de la chaussée, elle nécessite sa fermeture jusqu'à seize heures.

Donc, le Mont-Tendre c'est râpé ! Après s'être rapidement concertés, les quatre compères choisissent de se rendre à la Dent-de-Vaulion, d'autant plus que Jeannot n'avait pas pu participer à cette course l'an passé. En montant le Mollendruz, nouvelle surprise, un immense panneau informe l'automobiliste de la fermeture de la route de la vallée de Joux. Ah ! Non ! Elle nous manquait celle-ci... Ouf ! Ce n'est pas pour aujourd'hui. Il est précisé que la route sera fermée le 2 juillet prochain pour la course des éclos autour de lac de Joux. (Là, tous les moyens de locomotion sont permis sauf ceux à moteur).

Enfin, nous atteignons le parking de Pétra-Félix, point de départ du sentier de la Dent-de-Vaulion. Le temps a passé et la chaleur commence à se faire sentir. Heureusement, le parcours est en sous-bois. A mi-chemin, tout en reprenant notre souffle, nous admirons un imposant engin de bûcheron et surtout la dextérité du mécanicien qui dépose, à l'avant du véhicule, des billes de bois, sans toucher les arbres alentour. La forêt traversée, il reste encore un petit quart d'heure de marche à travers les pâturages et en plein soleil. Tout d'abord on aperçoit la cheminée, puis le toit et enfin la buvette tout entière. Notre effort est terminé. Une grande bouteille d'eau minérale n'est pas de trop pour nous désaltérer avant de nous adonner au plaisir de déguster un petit rosé bien frais. Une assiette campagnarde achève de nous requinquer. Après toutes nos émotions un « Irish coffee » s'impose...

Pendant ce temps, le ciel se charge de nuages, le soleil joue à cache-cache, par moments des coups vent secouent les parasols. Devant la menace d'un orage, nous ne nous attardons pas et nous redescendons rapidement à Pétra-Félix. Finalement la situation n'était pas sérieuse, l'orage est parti plus loin exercer ses talents. Le soleil étant de retour, nous décidons de rentrer par la Vallée-de-Joux, le Bois d'Amont et redescendre par le col de Saint-Cergue, avec une dernière halte au village. Là, une bière panachée n'est pas de refus.

Le retour à Genève se passe sans encombres ni nouvelles émotions. Ainsi se termine une course très appréciée et sans pluie.

Michel Fleury

COURSE DU 1^{ER} GROUPE

des 23, 24 et 25 juin – Céreste - Luberon

Comme d'habitude pour cette course dans le sud, départs à la carte, selon possibilité de chacun.

Premier départ vendredi 23 à 8 h., Grand Donzel, nous sommes cinq.

Après 4 h. 30 de route, nous arrivons à Céreste, petite cité au cœur du Luberon. Nous prenons possession des chambres, il est l'heure de nous restaurer, ce que nous faisons dans un petit resto sympa. En début d'après-midi, nous partons en direction d'Apt à la recherche de documentation sur les sites d'escalade de la région, c'est la déception, rien n'existe, si ce n'est les grands classiques tels que Buoux ou le Verdon. Nous nous rabattons sur les éléments trouvés sur Internet et, après quelque tergiversations, nous découvrons un site intéressant, à l'ombre l'après-midi, étant donné l'heure, il sera idéal pour samedi. Il faut dire que notre sortie à Apt s'est ponctuée par un arrêt sur une terrasse bien ombragée et par la visite d'un magasin de matériel de sport. Nous rentrons sur Céreste, laissons chacun aller se rafraîchir et nous faisons les achats pour la soirée.

Rendez-vous est pris pour 19 heures, chez moi, ou plutôt dans mon jardin, où nous avons déjà installé, avec Gino, un téléviseur afin de ne manquer aucun détail des matchs de la Coupe du monde ; on doit se rabattre sur France - Côte-d'Ivoire étant donné que le match de la Suisse n'intéresse pas les télévisions françaises, si ce n'est le résultat !

Nous mettons en route salades, grillades, etc., dans une ambiance détendue. La soirée sportivo-culinaire se passe de la meilleure manière.

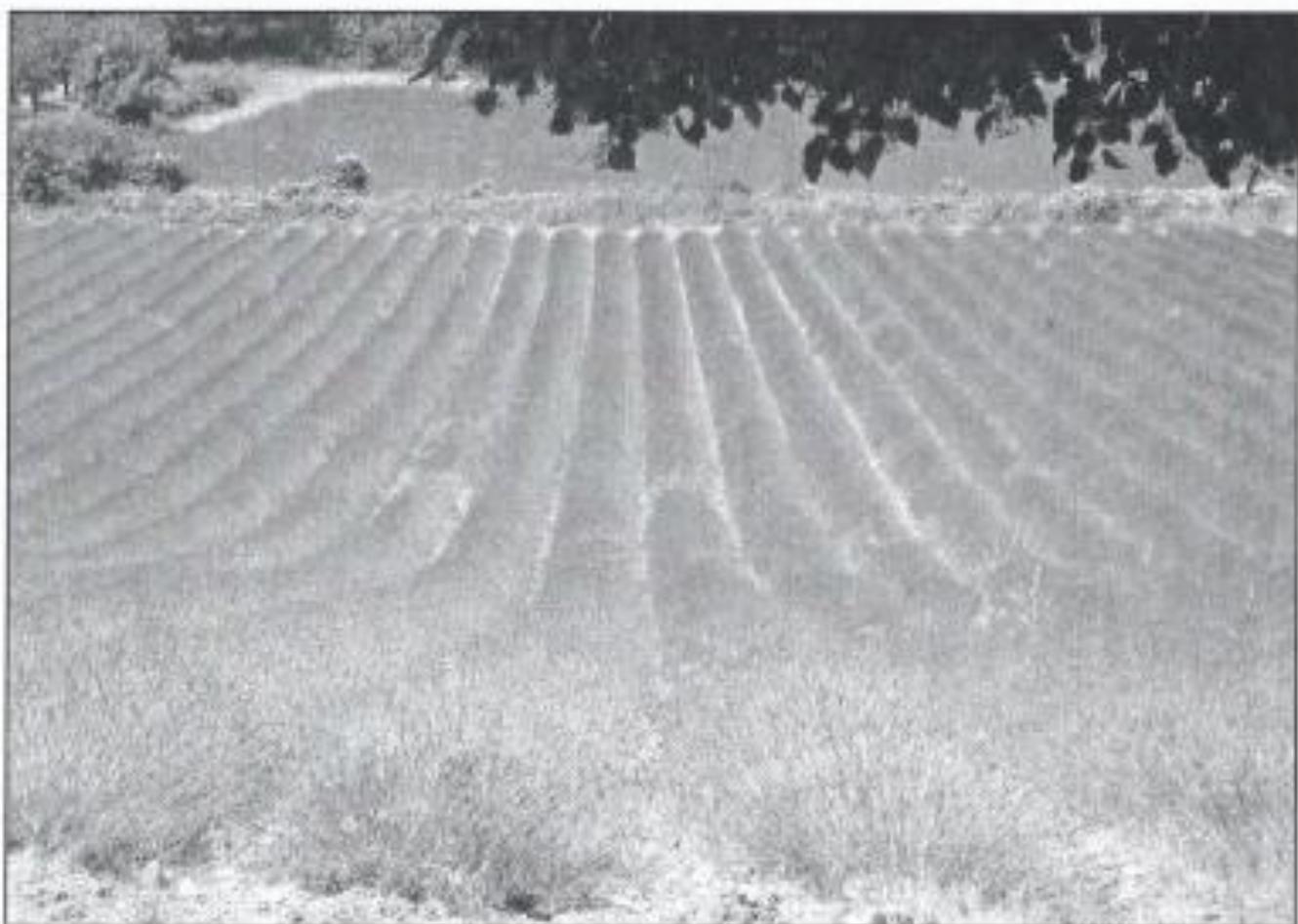
Le samedi, rendez-vous devant l'hôtel où nous attendons les trois arrivants du 2^{ème} départ. Jacques et Michel vont explorer le Grand Luberon et escalader le « Mourre Nègre » à environ 1100 m., soit 800 m. de dénivelé pour 50 kilomètres aller et retour.

Les marcheurs partent en direction des ruines de « Bontemps » au sommet du massif des Epinettes, une belle balade d'environ 1 h. 30, mais où l'ombre est parcimonieuse, n'est-ce pas Gino ? Arrivés au but, nous nous installons à l'ombre d'un pin pour le pique-nique, en face du village de Viens, perché sur la colline d'en face. Descente sur le village de Céreste et départ pour l'escalade aux rochers des « Abeilles », 17 voies de 4 à 7b, les voies faciles ne sont pas en majorité, mais l'endroit est d'accès facile et permet à tous de grimper, et surtout de se remettre dans le coup. L'après-midi passe vite et vers 18 h. nous prenons le chemin du retour vers notre base. Pour ne pas changer les bonnes habitudes, une soirée est prévue dans le jardin à Dédé, tout le monde met la main à la pâte afin que la soirée soit réussie. Nous prenons un apéro en attendant que tout soit prêt et Jacques apprécie tout particulièrement la boisson locale faite d'herbes régionales, coupées avec plus ou moins d'eau et rafraîchie par des glaçons.

Le repas, comme d'habitude, est sympa et convivial. Après un souhait de bonne nuit (elle devrait être bonne et sans somnifères), rendez-vous est pris pour dimanche matin. Après le petit-déjeuner. Nous allons nous promener dans les anciennes carrières d'ocres appelées « Le Colorado », belle balade dans une ambiance particulière, on se croirait dans des canyons et la variété des couleurs est étonnante. Après 2 heures de découvertes, nous regagnons Céreste, prenons un bon repas à la terrasse du restaurant « Le Carluc » et nous nous préparons à la rentrée. Pour certains la route s'est prolongée par Gap et la route Napoléon, on dit que les voyages forment la jeunesse.

Une belle sortie appréciée de tous.

André Gardel



PROCHAINES COURSES

COURSE DU 1^{ER} GROUPE – pour marcheurs entraînés du samedi 12 au lundi 14 août – Tour des Muverans

Rendez-vous : samedi 12 août à 6 h. 10, lieu à définir. Départ à 6 h. 20.
À 7 h. 30, pause au Relais du St-Bernard.

Programme : trois fois environ 7 h. à 7 h. 30 de marche (plus de 1000 m. de dénivelé chaque jour). Pour en savoir plus : www.tourdesmuverans.ch

Déplacements : en voitures, environ 300 km aller-retour (environ Fr. 50.- par personne).

Logement : Cabane de la Tourche, Lavey (2198 m.), tél. 079.471.98.56 (en dortoir).
Refuge Giacomini, Anzeindaz (1892 m.), tél. 024.498.22.95, chambres de deux ou trois lits avec douche à l'étage, voir www.anzeindaz.com

Prix du logement : env. Fr. 125.- pour les deux nuits en demi-pension.

Repas de midi : prévoir des pique-niques pour deux jours (samedi et dimanche), à acheter avant la course.

Matériel : rien de particulier, bonnes chaussures de randonnée, vêtements chauds/pluie, éventuellement bâtons télescopiques.

Inscriptions : dernier délai le mercredi 2 août, auprès du chef de course

Chef de course : Ruedi Dianer, tél. 079.214.25.50 ou rm_dianer@bluewin.ch



COURSE DU 2^E GROUPE - MARCHEURS du dimanche 13 août– Lac de Gers

But de course : Lac de Gers, Samoëns, France.

Rendez-vous : à 8 h., à la douane de Thônex-Vallard.

Café-croissants : à Samoëns.

Parcours : environ 2 h. ½ de marche.

Repas : pique-nique. En cas de mauvais temps, on mange au restaurant.

Inscriptions : aux ^{aux}ves du chef de course.

Chef de course : Jan Stroosma, tél. 022.794.70.86.



COURSE D'ETE DU 1^{ER} GROUPE GRIMPEURS, MARCHEURS, VTTISTES du 7 au 10 septembre – Les Haudères/Val d'Hérens

Logement : Hôtel des Mèlèzes – Les Haudères. Chambres à 2 lits avec douche.

Prix du logement : 1 nuit : Fr. 60.- environ par personne avec petit déjeuner ; possibilité de demi-pension

Programme : nombreuses courses d'un jour prévues, telles que :
Petite Dent de Vésivi, Couronne de Bréona, etc. Escalades diverses et VTT
Inscriptions à la carte, selon le désir de chacun, pour 2, 3 ou 4 jours.

Déplacement : en voitures.

Prix du transport : environ Fr. 65.- par personne.

Rendez-vous : à définir, selon les inscrits.

Repas de midi : prévoir des pique-niques ou acheter sur place.

Repas du soir : en principe à l'hôtel ou au restaurant.

Matériel : bonnes chaussures de marche, baudrier, crampons, piolet, mousquetons, descendeur, sangles, soit tout le matériel d'assurage pour marche en altitude.
Pour l'escalade : baudrier, chaussons, casque, descendeur, mousquetons, sangles, etc.

Inscriptions : dernier délai à l'assemblée mensuelle du 30 août 2006.

Chefs de course : Freddy Bourquin,
tél. privé : 022.754.00.03 / prof : 022.388.44.72 / portable : 076.378.02.49
André Gardel,
tél. privé : 022.361.74.14 / prof : 022.343.55.11 / portable : 079.351.33.46



COURSE D'ETE DU 2^E GROUPE - MARCHEURS *du 7 au 10 septembre – Haute-Nendaz*

Rendez-vous : lieu à définir, départ à 7 h. 30

Déplacement : en voitures.

Arrêt café : Relais du Grand-St-Bernard.

Logement : Hôtel Le Montfort – tél. 027.288.26.18.

Prix de la course : chambre double, environ Fr. 350.- / chambre simple, environ Fr. 385..

Nourriture : pique-nique pour 2 jours avec possibilité d'acheter sur place.

Programme : Haute-Nendaz, bisse du milieu, Haute-Nendaz ;
Haute-Nendaz, Traconnet, Haute-Nendaz ;
Siviez alpage, Plan du fou et retour ;
Haute-Nendaz et environs.

Chef de course : Eric Depallens, Chalet la Chotte, 1882 Gryon
tél. 024.498.12.09 – portable 079.321.71.74

Inscriptions : dernier délai : le 6 août 2006. Passé ce délai, frais d'annulation !



COURSE DU 1^{ER} GROUPE *des 7 et 8 octobre – Les Franches-Montagnes*

Rendez-vous : samedi 7 octobre à 7 h. au parking UIT à la rue de Varembe (accès : http://www.cicg.ch/fr/espaces_cicg_plan_situation.php).
Pour les Vaudois, 8 h. station service de Bavois (côté ouest) pour le café en commun.

Samedi : autoroute Genève / Yverdon / Neuchâtel / Bienne / La Heutte (164 km. – 2 heures).
Escalade au Paradis (plusieurs voies PD-D 100-150m)
<http://lanetville.ch/ScalpGuide/allemand/de-paradis.html>, au-dessus de La Heutte ou VTT dans la région Orvins/Mont Sujet (40-50 km. sur itinéraire balisé).



Nuit en demi-pension : Hôtel du Lion d'Or à Monfaucon, tél 032.955.11.60.
<http://hotelliondor.pagesjaunes.ch/home.aspx>.

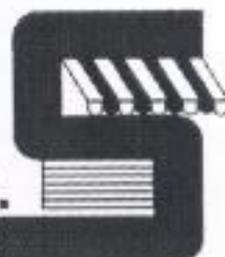
Dimanche : Escalade - traversée des Somètres au Noirmont (voie d'arête magnifique et très classique au-dessus du Doubs max 3c) http://www.sac-baldern.ch/Fotothek/archiv_2005/2005_june/sommetres_05/htm_sommetres_05/sommetres_05_06.htm ou VTT dans la région Saignelégier (40-50 km. sur itinéraire balisé).
Retour sur Genève / La Chaux-de-Fonds / Neuchâtel / Yverdon...



- Matériel : grimpeurs : habits chauds/pluie et matériel habituel d'escalade, baudrier, descendeur, chaussons, casque, 1 sangle, 2 mousquetons à vis, baskets pour les marches d'approche (max 10 min.), petit sac à dos, boisson et nourriture de course.
Pour les 1^{er} de cordée en plus : 8 dégaines, bloqueur, 4 sangles, 4 mousquetons.
VTTistes : habits chauds/pluie, carte, VTT, matériel de réparation, petit sac à dos, boisson et nourriture de course.
- Prix : par personne CHF. 89.- pour la demi-pension plus les boissons, frais de route habituels, et argent de poche.
- Inscriptions : Sur liste d'inscription, dernier délai 25 septembre 2006 ou avant avec plaisir !
- Chef de course : Yves Lambert, tél 079.238.61.24.

-10%
sur présentation de cette annonce
à tous les membres

stormatic s.a.
Fabrique genevoise de stores



**STORES A ROULEAUX - TENTES SOLAIRES
STORES A LAMELLE - RÉPARATIONS - STORES INTÉRIEUR**

Route de Pré-Marais 46 - 1233 Bernex-GENÈVE
Tél. 022 727 05 02 - Fax 022 727 05 10

Daniel Schulthess S.A.



Étanchéité
Couverture
Façades ventilées
Constr. métalliques

Chemin du Pré-Fleuril 21 B • Case postale 140 • 1228 Plan-les-Ouates
Tél. 022 706 17 30 • fax 022 706 17 39 • CCP 12-4155-7 • e-mail: schulthess1@bluewin.ch

**DES GOUTTES & Cie S.A.
ASSURANCES**

7, RUE BELLOT
CASE POSTALE 142
1211 GENÈVE 12

TÉL. 022 346 19 11





UN PIOLUTIEN NOUS A QUITTE le dimanche 25 juin 2006

JEAN-MAURICE MUHLEMANN



Né le 1^{er} juillet 1933 à Martigny, il émigre avec ses parents à Genève pendant la guerre, de 1949 à 1950, il fréquente l'Ecole des Arts et Métiers où il fait connaissance de Roland Hoegen. En 1955 il se marie avec Gabrielle, en 1957 le jeune couple émigre au Canada, où ils vivent une formidable expérience, de retour à Genève avec un fils, Thierry, il fonde « La Menuiserie artisanale », à la rue du Simplon, avec Edouard Lorétan. En 1960, il construit son chalet à Praz-de-Fort.

Maurice a toujours estimé la montagne comme un formidable havre de paix et de liberté. Ce n'est donc pas par hasard que, parrainé par son beau-frère Albert Perrottet, il intègre le Piolet.

En 1963, il participe à sa 1^{ère} grande course d'été, Jungfrauoch, descente du glacier d'Aletsch. En 1964 lors de l'assemblée de février, il est admis comme membre actif. C'est aussi l'année de la naissance de son deuxième fils Laurent. En 1966, Roland Hoegen entre au Piolet, rien de plus normal puisque Maurice a retrouvé quelque années plus tôt son ami d'école dans le même immeuble professionnel, ils feront une paire inséparable. Maurice organise de nombreuses courses dont plusieurs en Valais, et s'occupe activement de l'organisation du concours de ski. Ses talents artistiques le pousse à créer divers dessins illustrant le Piolotien, il peint également les décors des soirées anniversaires.

Ceux qui se sont promenés avec lui dans les Alpes auront certainement remarqué sa surprenante connaissance des noms de tous les sommets alentours. C'est avec une équipe soudée d'amis tels que Roland Hoegen, Roméo Rizzi, René Mathyer, Eric Depallens et Ernest Eggenberger et j'en oublie certainement, qu'il gravira de très nombreux 4000 de notre pays.

De 1974 à 1975, Maurice a été Président du Piolet, une présidence toute dans sa nature, chaleureuse, attentionnée, et qui n'empêchait pas la plaisanterie et la bonne humeur.

Dans les années 1970, il dut réduire son entreprise suite au décès prématuré de son associé. A l'avant de son nouvel atelier, Maurice et Gabrielle tiennent en parallèle un petit magasin de meubles peints, ceci constituera les prémices d'un rêve, bientôt réalisable : celui de se consacrer professionnellement à la peinture artistique. C'est donc en 1984, lors de sa première exposition à la Fouly qu'il aura la confirmation du bien-fondé de sa nouvelle initiative. Et c'est ainsi, au rythme d'une ou deux expositions annuelles qu'il fera découvrir, à travers sa peinture figurative les beautés de ces magnifiques vallées, du lac et de ses environs. Son plaisir était de peindre en pleine nature, face au sujet, et il n'est pas rare qu'il entame un brin de conversation, mettant en valeur son don pour la communication.

Le Valais étant son lieu de prédilection picturale, il devint tout à fait naturel qu'il s'installe à Martigny au début des années 1990.

Le ciel n'a pas été toujours bleu pour Maurice et Gabrielle, les épreuves ne les ont pas épargnés, mais c'est avec courage et ténacité qu'ils ont, ensemble, lutté contre l'adversité, aidés par la présence de leurs petits enfants.

Durant ces derniers mois, Maurice a affronté la maladie avec courage et dignité.

A son épouse Gabrielle, son fils Laurent, sa belle-fille Doriane, ses petits enfants Maxime et Fanny, sa famille, ses amis, le Piolet-Club de Genève tient à exprimer toute sa sympathie et ses plus sincères condoléances.

De nombreux membres du Piolet-Club ont tenus à accompagner Maurice lors du culte d'adieu qui a eu lieu au Temple de Martigny le mercredi 28 juin 2006.

André Gardel



Des amis dans la peine

Nous avons également appris récemment les décès de Denise Decor et de Liliane Baud, épouses de nos amis Henri Decor et René-Marc Baud. A eux et à leurs familles, nous adressons nos sincères condoléances.



Les trois documents ci-dessous, issus de la Commission de sécurité, ne sont encore que des projets. Il nous a pourtant semblé intéressant de les publier « en l'état » pour alimenter les réflexions et nous les repasserons dans un Piolutien ultérieur lorsqu'ils auront été adoptés.

Cahier des charges de l'organisateur de course

1. La personne qui se voit confier une course et qui accepte de l'organiser doit se sentir capable d'en prendre la responsabilité en fonction du but proposé.
2. L'organisateur de course qui a accepté sa mission ne peut plus se récuser. Si un motif important l'oblige à renoncer à l'organisation, il doit trouver lui-même son remplaçant et en aviser à temps le Président.
3. L'organisateur de course doit préparer la course et se documenter à l'avance (difficulté, descriptif, carte topographique, horaires, équipement, hébergement, etc.).
4. L'organisateur de course établira une feuille d'inscription en s'assurant :
 - de l'inscription et de la signature de la feuille d'inscription de chaque participant ;
 - de la couverture d'assurance de chaque participant, notamment accidents ;
 - des aptitudes techniques, physiques et psychiques des participants ;
 - de l'adéquation des participants aux difficultés de la course.
5. L'organisateur de course donnera à temps tous les renseignements utiles, soit :
 - le lieu et l'heure de rendez-vous ;
 - l'heure de départ ;
 - les moyens de transport ;
 - la fiche technique détaillée de la course (cotation de difficulté, dénivellation, altitude, durée, référence à un guide, etc.) ;
 - l'équipement nécessaire (matériel de randonnée, baudrier, crampons, piolet, DVA, sonde, pelle, cordes, lampe frontale, matériel d'assurance, etc.) ;
 - le ravitaillement utile (pique-nique, repas en refuge, etc.) ;
 - le budget estimé ;
 - les coordonnées téléphoniques du refuge, de la cabane ou de l'hôtel.
6. Pour les déplacements en voiture, l'organisateur de course devra :
 - s'enquérir des véhicules disponibles ;
 - répartir les participants dans chaque véhicule ;
 - fixer le montant du transport à verser au conducteur selon le prix au kilomètre et les péages autoroutiers ;
 - encaisser l'argent et le remettre aux conducteurs des véhicules.
7. Le jour de la course, l'organisateur de course devra :
 - connaître les bulletins de météo, d'avalanches et d'enneigement ;
 - assurer les contrôles techniques : équipement, DVA, encordement ;
 - garder le contact avec chaque participant pendant la course ;
 - s'assurer que les participants respectent les directives données.

- Après la course, l'organisateur de course établira un rapport écrit que le Piolutien qu'il enverra rapidement à la rédaction du journal. Il en parlera également à l'assemblée mensuelle.
- L'organisateur de course doit se conformer à l'aide-mémoire défini au verso de la feuille d'inscription.



Aide-mémoire pour l'organisateur de course

Avant la course

- Préparer la feuille d'inscription et collecter les inscriptions (la feuille doit si possible circuler durant les 2 assemblées mensuelles précédant la course).
- Donner le texte de présentation de la course aux rédacteurs du Piolutien de manière à ce qu'il paraisse dans le journal précédant la course et sur le site Internet du club.
- La feuille d'inscription et le descriptif doivent informer sur la course, le coût, la difficulté, le matériel nécessaire, l'heure de rendez-vous, l'organisateur et le délai d'inscription.
- Faire les réservations nécessaires (hôtel, cabane, restaurant).
- Prévoir les chauffeurs et véhicules.
- Chaque fois que cela est possible, faire le nécessaire pour obtenir un billet collectif pour les transports (trains, téléphériques).
- Prendre et vérifier le matériel collectif auprès d'Univers Sport (cordes glaciers/escalade, pelles, sondes, vis à glace, coinçeurs, DVA, etc.).
- Se renseigner sur les conditions d'accès, sur celles de course et sur le dernier bulletin météo et avalanches.
- Préparer une description précise de l'itinéraire et de sa difficulté.
- Prévoir un programme de rechange en cas de mauvais temps ou de conditions défavorables.
- Connaitre les moyens et les manières de déclencher les secours durant la course.

Pendant la cou.

1. Renseigner les participants sur l'itinéraire, les conditions de course et s'assurer que chaque participant connaît les numéros d'appel d'urgence.
2. Donner les dernières prévisions météo et avalanches.
3. Distribuer le matériel collectif en fonction de la course.
4. S'assurer que les participants aient tout le matériel personnel nécessaire (couteaux, crampons, baudrier, lampe frontale, piolet, etc.).
5. Contrôler les DVA selon le mode d'emploi et l'encordement.
6. Garder le contact en permanence avec tous les participants, au besoin en sollicitant l'aide d'un participant.

Après la course

1. S'assurer que tout le groupe soit de retour.
2. Reprendre et contrôler le matériel collectif.
3. Faire les comptes des frais (voiture, cabane, etc.).
4. Indemniser les chauffeurs selon le calcul prévu *
5. Ramener immédiatement tout le matériel collectif chez Univers Sport et le ranger proprement.
6. Faire un rapport de course détaillé pour le journal et le site Internet.
7. Faire un rapport succinct à la prochaine assemblée mensuelle.

* Exemple de calcul pour les déplacements en voiture

Données : 100 km, 15 participants y.c. chauffeurs, 4 voitures.

Calcul : $100 \times 0.50 \text{ frs} = 50 \text{ - frs} + \text{frais d'autoroute } 12 \text{ - frs} = 62 \text{ - frs par voiture.}$

$4 \text{ voitures} \times 62 \text{ - frs} = 248 \text{ - frs} : 15 \text{ participants} = 16.55 \text{ frs par participant y.c. chauffeur.}$



POUR BIEN FAIRE SON NID:

LACHENAL
SOURCE D'INSPIRATION



REVETEMENTS DE SOLS & MURS - RIDEAUX - STORES - DECORATION

Rue de la Servette 25 - Tél. 022 918 08 88

**GRANDE PHARMACIE
DE PLAINPALAIS S.A.**

P. JENNI
pharmacien responsable

Herboristerie - Produits vétérinaires -
Parfumerie

13, rue de Carouge (angle rue Leschot 1)
Adresse postale :
1211 Genève 4
Téléphone 022 329 12 55 - C.C.P. 12-1646



 **VOIROL**
OPTIQUE

Les spécialistes
des lunettes de sport et
des lentilles de contact

Grand choix de lunettes de sport

Bd Carl-Vogt 30 - Tél 022 328 56 86 / rue de Carouge 72 - Tél 022 320 12 75



Entreprise Vugliano

Entreprise générale de GYP SERIE et PEINTURE
DÉCORATIONS - PAPIERS-PEINTS - PLASTIQUES - MOQUETTES
Maison fondée en 1910

E-mail: rvugliano.ch@vugliano.ch

Boulevard Carl-Vogt 51
Tél. 022 328 26 08 / 342 50 29
1205 Genève

PIOLET CLUB DE GENEVE

FEUILLE D'INSCRIPTION

But de course :

Date(s) : Groupe :

Organisateur(s) :

Rendez-vous :

Lieu : Heure : Heure départ :

Difficulté / altitude :

Matériel :

Inscription jusqu'au : Prix :

Par mon inscription je certifie être en bonne santé et apte à effectuer cette course. De plus, je m'inscris en pleine connaissance des risques liés à la montagne et confirme être au bénéfice d'une couverture d'assurance accidents et de type Rega ou Air-Glacières.

NOM	PRENOM	SIGNATURE

HISTOIRE D'UNE MONTAGNE

Voici, toujours proposée par René-Marc Baud, la suite mais pas la fin du texte issu d'un joli petit livre (20 pages en format 10x13) écrit par Eng. Moutard, délégué du Touring-Club de France, probablement dans les années 1920-1925. Ce livre a été édité par le Syndicat d'initiative de Monnetier-Mornex, et il était vendu au prix de « un franc ».

LE SALEVE – MONNETIER, MORNEX ET QUELQUES-UNS DE LEURS VISITEURS (SUITE)

Nous savons cependant de quelle affection il [Rodolphe Töpffer] chérissait « la verte Savoie, paisible et délabrée, où l'on va promener ses membres et reposer son âme... ». Ecoutez plutôt comment, au départ du Voyage à Gênes, il célèbre la splendeur du site qui, des pentes du Salève, s'offre à ses regards : « Au Chable, avant de quitter la vallée du Léman, l'on gravit un petit mont qui l'enserme de ce côté. Du sommet de ce mont, l'on voit au loin les tranquilles plages du lac, les rivages enchantés de Vaud, le profil escarpé de la côte de Savoie, et tout près de soi, au pied du mont Salève, la solitaire abbaye de Pommiers, à demi-enfoncée sous les rameaux d'hêtres séculaires. Quel beau pays ! Quelle radieuse contrée ! En verrons-nous quelqu'une qui la surpasse en fraîcheur, en éclat, en pittoresque variété ? »

On commençait cependant, dès cette époque, à séjourner à Mornex ou à Monnetier. Au-dessous du fruste oratoire qu'on désigne encore sous le nom de La Chapelle, à Mornex, on peut remarquer quelques tombes qui attestent qu'en leur vivant, le peintre genevois Dubois-Melly et le Lyonnais Henri Cambefort séjournèrent dans ce pays et l'aimèrent assez pour y choisir le lieu de leur éternel repos. Un autre citoyen genevois, M. Cordès, qui fut le successeur d'Adolphe Monod comme pasteur de l'église protestante de Lyon, vint passer l'été de 1837 à Mornex, avec toute sa famille, et je trouve dans mes Archives une lettre qu'il adressait à un de ses amis : « Le voyage, écrit-il, a été des plus heureux ; point d'excès de chaleur ni de froid ; bonne santé ; société agréable ; aucun accident. La campagne de Mornex est certainement une délicieuse retraite. Combien je désirerais que vous puissiez en jouir avec nous ! »

D'un caractère bien différent était ce poète toulousain transporté à Genève, qui, en 1843, vint s'établir à Mornex où il mourut en 1864. Au dire d'Amiel, qui avait été son ami, il paraît qu'il offrait une certaine ressemblance physique avec Molière ; mais il était d'humeur plutôt rabelaisienne, se levant et se couchant tard, chantant, fumant et vidant maintes chopines avec les paysans. Aussi quarante d'entre eux suivirent-ils son cercueil jusqu'à Monnetier. Mais l'esprit sérieux d'Amiel se refusa à poursuivre la publication des chansons bachiques de cet Edouard Munier, dont Mornex n'a pas gardé grand souvenir.

Peu d'années plus tard, le subtil psychologue Fr. Amiel, faisant lui aussi, un séjour à Mornex, écrivait dans son journal intime : « Il y a dans ce paysage une sorte de douceur nuancée et de grâce atténuée ; je goûte la joie de la contemplation, celle où notre âme, sortant d'elle-même, devient l'âme d'une contrée, d'un paysage, et sent vivre en soi une multitude de vies... »

Dans un état d'âme non moins raffiné mais plus altruiste, John Ruskin, le célèbre esthéticien anglais, se trouvant à Mornex, en 1863, dans le pavillon que Richard Wagner avait occupé peu avant, pouvait écrire à l'un de ses amis : « La solitude est ici très grande, et cependant, la paix dont je me sens entouré est semblable à celle où je me trouverais si j'étais enseveli sous une touffe d'herbe sur un champ de bataille : le cri de la terre monte à mes deux oreilles, l'appel de la misère humaine qu'il faut secourir... »

Wagner, en effet, l'avait quelque temps habité, ce petit pavillon des Glycines ; et, suivi de son fidèle chien Paps, il avait été cueillir, sur le Salève, des gentianes bleues dont il avait envoyé un bouquet à Minna Planer, sa première femme. C'était en 1856... Une inscription commémorative, qui orne le

balcon de cette demeure. Assure que ce serait pendant son séjour à Mornex que Wagner aurait composé la « Walkyrie » et quelques autres de ses plus célèbres œuvres musicales ? Mais Euterpe en ces lieux ne descend plus toucher le moindre clavecin...

A défaut d'autres harmonies, la Muse de la Poésie, elle du moins, n'a jamais cessé d'inspirer des vers charmants ou badins à la plupart des nombreux lettrés français ou genevois qui ont été les hôtes du Salève. Le spirituel fondateur du « Journal de Genève », John Petit-Senn, faisait de Mornex sa villégiature favorite ; dès 1840, il s'y trouvait en compagnie d'artistes célèbres : les sculpteurs Pradier et Chaponnière, le peintre Diday, qui tous étaient d'intrépides et infatigables marcheurs. Petit-Senn, lui, était d'humeur plutôt sédentaire, et, après une excursion en montagne, il s'écriait :

*Magnifiques sommets, lorsqu'on vient vous voir,
On est vraiment ravi.. du bonheur de s'asseoir !*

Cela ne l'empêchait pas de goûter pleinement le charme d'une belle soirée d'été à la montagne et il nous l'a dit en des vers fort agréables :

*Déjà, l'ombre du Grand Salève
Atteint les toits de Monnetier ;
Le cri du hibou qui s'élève
A retenti dans le sentier.
Le soleil dont le cours s'achève
N'a que peu d'instant à briller,
Et ce beau jour n'est plus qu'un rêve
Que déjà le soir vous enlève...*

On m'assure que ce brave homme est mort et que, depuis plus de 75 ans, il dort de son dernier sommeil dans le petit cimetière de Chêne-Bougeries. J'ai vraiment quelques peines à le croire quand je rencontre dans son charmant recueil de *Bluettes et Boutades* des maximes telles que celle-ci que l'on croirait écrite au lendemain de la si retentissante victoire du Cartel : *Rien ne rattache à nos gouvernements qui ne vaut rien, comme une place qui rapporte quelque chose !*

(à suivre)

LA CHRONIQUE DU DOCTEUR PILLU

UN PETIT COUP DE ROUGE ?

Cette chronique vient à l'heure d'un scandale annoncé dans le milieu du cyclisme où, pour mémoire, 200 poches de sang congelées, des milliers de doses d'EPO et de boîtes d'hormones viennent d'être saisies par la police espagnole. Rien que ça...

DIS TONTON, A QUOI SERT L'OXYGENE ?

L'oxygène est un gaz indispensable à la production d'énergie par les cellules de l'organisme. Il est transporté dans le sang par l'hémoglobine, une protéine contenant du fer renfermée dans les globules rouges. L'augmentation de l'apport d'oxygène aux tissus par l'hémoglobine des globules rouges est un facteur fondamental pour optimiser l'activité musculaire et améliorer de manière substantielle la performance physique. On peut schématiquement dire que plus le corps possède d'hémoglobine, plus les muscles sont alimentés en oxygène et plus ils deviennent performants.

ET L'ERYTHROPOÏÉTINE ?

L'érythropoïétine (ou EPO pour les intimes) est une hormone naturelle sécrétée à 90% par les reins et à 10% par le foie. Elle est responsable de la croissance des globules rouges dans la moelle osseuse et entraîne une augmentation du nombre de ceux-ci dans le sang, capables de transporter l'oxygène jusqu'aux muscles. On comprend dès lors l'intérêt que revêt cette hormone en matière de performance sportive. Il est intéressant de savoir qu'en altitude la baisse de la pression en oxygène stimule la sécrétion d'érythropoïétine naturelle.

L'histoire de l'érythropoïétine ne s'arrête pas là. En 1983, un laboratoire californien produit de l'EPO de synthèse. Cette avancée scientifique s'avère capitale pour certains malades, particulièrement les insuffisants rénaux ou ceux souffrant de graves anémies.

Dès 1987, l'EPO apparaît dans le milieu sportif et trouve rapidement sa place dans l'arsenal du dopage. Depuis cette date et jusqu'à aujourd'hui, l'EPO est plébiscitée par certains sportifs pratiquant des activités d'endurance (marathoniens, cyclistes). Cet engouement s'explique par une efficacité incontestable et par une amélioration de la performance jusqu'à 10 à 20%.

C'EST QUOI L'HEMATOCRITE ?

L'hématocrite indique le volume occupé par les globules rouges par rapport à la quantité totale de sang. L'hématocrite normal, se situe chez l'homme entre 40 et 52%, chez la femme entre 35 et 45%. Jusqu'à 50%, l'hématocrite est jugé non dangereux pour la santé. L'EPO qui multiplie les globules rouges augmente l'hématocrite, parfois jusqu'à 60% !

Un taux d'hématocrite supérieur à 50% a plusieurs causes : il peut se rencontrer naturellement chez certains individus, être la conséquence d'un séjour en altitude ou être le reflet d'un abus d'EPO. Un taux d'hématocrite élevé n'est donc pas synonyme d'utilisation d'EPO et de dopage. En cyclisme, lorsqu'un taux d'hématocrite supérieur à 50% est enregistré, le sportif concerné se voit prescrire un repos forcé ; il s'agit d'une mesure de santé et non d'une sanction.

L'EPO, UN JEU DANGEREUX

L'utilisation d'EPO à visée dopante peut avoir des conséquences graves, parfois mortelles. En effet, l'injection d'EPO augmente la quantité de globules rouges. En augmentant le nombre de globules rouges, le sang devient moins fluide et se transforme en un liquide épais, visqueux, susceptible d'entraîner la

formation de caillots sanguins. Dans ces conditions, des accidents vasculaires cérébraux ou une défaillance cardiaque peuvent survenir. A plus long terme, l'EPO entraîne des risques d'hypertension artérielle voire de cancer de la moelle osseuse. Sa prise devant être couplée à celle de fer, on peut aussi craindre des surdosages en fer responsable de nombreuses affections (cirrhose du foie, diabète, accidents cardiaques, etc.). Malgré ces risques, l'EPO séduit encore et toujours...

Depuis les années 2000, l'EPO de synthèse peut être détectée de manière fiable dans les urines. La méthode de détection directe permet de différencier l'EPO naturelle de l'EPO synthétique. L'inconvénient de la méthode, hormis sa complexité, est la nécessité d'effectuer des contrôles inopinés car la détection n'est possible que pendant la prise du médicament ou au maximum dans les trois jours qui suivent son administration.

AUTRES MOYENS DOPANT SIMILAIRES

D'autres techniques ou substances sont utilisées à visée dopante pour améliorer le transport en oxygène. Parmi elles, l'autotransfusion a repris du poil de la bête. Cette technique consiste à réinjecter au sujet une quantité de son propre sang avant une épreuve sportive. Elle permet d'augmenter les globules rouges de 10% et les capacités de transport d'oxygène de 5%.

On connaît également l'utilisation des perfluorocarbones (PFC), molécules capables de dissoudre d'importantes quantités d'oxygène dans le sang et celle d'hémoglobine réticulée, une hémoglobine reconstituée dissoute dans le sang capable de transporter l'oxygène. Ces substances ont peut-être l'avantage de ne pas modifier le taux d'hématocrite, mais sont très dangereuses à l'emploi, grevées d'importants effets secondaires.

L'EPO EST-ELLE DÉJÀ DÉPASSÉE ?

L'arrivée de nouvelles EPO inquiète les instances de la lutte antidopage. En particulier, les EPO retard, dont l'intérêt est de diminuer le nombre d'injections tout en prolongeant ses effets, les substances mimant l'action de l'EPO (EPO-Like) et surtout les EPO issues de la thérapie génique dont la détection uniaire directe serait rendue quasi impossible. Les tricheurs, qui ont souvent un coup d'avance, ont encore de beaux jours devant eux.

Par chance, les activités sportives en montagne échappent encore à ce fléau, mais jusqu'à quand ?

POUR EN SAVOIR PLUS

<http://www.wada-ama.org/fr/> (agence mondiale anti-dopage)

Jacques Dubas
jdubas@freesurf.ch

MEMENTO

AOUT

du samedi 12 au lundi 14

1^{er} groupe – marcheurs – Tour des Muverans

dimanche 13

Marcheurs – Lac de Gers

mercredi 16

Sortie des Mercredistes

mercredi 30

20 h. 15 – Assemblée mensuelle

Hôtel Calvy, 5, ruelle du Midi

SEPTEMBRE

du jeudi 7 au dimanche 10

1^{er} groupe – Les Haudères – Val d'Hérens

du jeudi 7 au dimanche 10

2^e groupe – Haute-Nendaz

mercredi 20

Sortie des Mercredistes

OCTOBRE

mercredi 4

20 h. 15 – Assemblée mensuelle

Hôtel Calvy, 5, ruelle du Midi

samedi 7 et dimanche 8

1^{er} groupe – Les Franches-Montagnes

dimanche 8

2^e groupe – Lac Blanc

mercredi 18

Sortie des Mercredistes

REMISE DES TEXTES POUR LE PIOLUTIEN DE SEPTEMBRE - OCTOBRE :

ils doivent parvenir, si possible avec disquette (document Word)
à *Philippe Lentillon, 11, rue Cramer, 1202 Genève, d'ici le 12 SEPTEMBRE 06*
ou de préférence par e-mail (document Word) à : philippe.lentillon@etat.ge.ch

Restaurant «Claire Vue»

Cuisine soignée

Spécialités diverses

M. et Mme NOGGLER

Fermé tous les jours entre 14h et 17h.

21, av. François-Besson

1217 MEYRIN

Parking à disposition

Tél. 022 782 35 98

022 782 35 16

Fermé samedi et dimanche



*au service des imprimeurs
et de la publicité.*

flashage films ou plaques (CTP) - photolitho - mise en page - PAO

Lithophot sa - rue Baylon 2bis - 1227 CAROUGE

Tél. 022 342 32 32 - Fax. 022 342 04 08

E-Mail: lithophot@lithophot.ch

www.lithophot.ch



CCV PRINT S.A.

IMPRESSION TRADITIONNELLE
IMPRESSION NUMÉRIQUE
DORURE À CHAUD
RELIURE

54BIS ROUTE DES ACACIAS - CASE POSTALE 1664 - 1227 CAROUGE

TÉL. 022 823 06 06 - FAX 022 823 06 07

E-MAIL: ccv@swissonline.ch

P.P.
1200 GENÈVE 2

Changement d'adresse et retour à:
Case postale 5531
1211 Genève 11 Stand

MAISON V. GUIMET FILS S.A.
ENTREPRISE DE VIDANGE HYDRAULIQUE

Maison fondée en 1873

Urgences 24h. sur 24

Canalisations - Travaux publics
Transports de matières dangereuses
Nettoyage de colonnes de chute
Contrôle des canalisations par T.V.

Rue des Buis 12
1202 Genève

Téléphone 022 906 05 60
Fax 022 906 05 66