

# L'AMI MONTAGNARD

mars 2026



amis  
monta  
gnards



Le concours de ski

la semaine au chalet

les cascades de glace

Mardi 28 avril à 20h30 à la MAM  
Ciné-conférence

Le Manaslu (8163 m), un rêve de 40 ans

Le 24 septembre dernier, à cinq heures du matin, François Wolfisberg atteignait le sommet du Manaslu (8163 m), géant himalayen situé au Népal. Un instant suspendu, hors du temps, venant couronner quarante années de rêve, de préparation et de passion pour la montagne.

*« C'était une aventure hors norme que je me réjouis de raconter à la MAM. »*

Gravir un huit-mille, c'est entrer dans un autre monde : engagement total, univers hostile, décisions vitales à chaque pas. Mais au sommet, ce sont la plénitude, la joie et la gratitude qui do-



minent. À travers images et récits, François partagera les coulisses de cette expédition humaine et collective, riche en émotions et en inspiration. Une soirée authentique, bien au-delà d'un exploit alpin.



le ski c'est

**UNIVERS  
SPORTS**

Le choix • Le conseil • Le service

**10% de réduction pour les membres**



**P** 52, rue de la Servette  
CH - 1202 Genève  
Tél. : 022 733 33 58

univers-sports@bluewin.ch  
www.univers-sports.ch

## Edito

### Bulletins en couleur

Vous l'avez sans doute remarqué, le dernier bulletin était gratifié de la couleur à toutes les pages. Et il en sera ainsi dorénavant. Il s'agit d'un avantage qui nous est offert gracieusement par l'imprimerie Chevalier, à qui s'adressent nos remerciements les plus sincères. L'avantage de la couleur, notamment pour les photos de montagne, n'est pas à démontrer. Donc vous, photographes des courses à venir, vous vous souviendrez que la couleur dans le bulletin est à même de mettre en valeur vos exploits.

### Nouveaux annonceurs

Comme vous le remarquerez à la lecture du présent bulletin, deux nouveaux annonceurs font leur apparition. Notre Amie Sissi nous propose de magnifiques treks et voyages au Maroc via son agence Zafrani, installée dans le pays même. Sissi est accompagnatrice en montagne diplômée ASAM-UIMLA, gage de qualité et de sécurité. Et le nom zafrani, d'origine arabe, signifie safran qui, comme chacun sait, est une épice précieuse ; précieux comme peuvent l'être un trek ou un voyage dans cette région aux influences berbères, arabes et européennes. L'entreprise maraîchère biologique Cultures Locales pratique une agriculture contractuelle de proximité. Sise à Dardagny, elle propose des abonnements de paniers de légumes en livraison hebdomadaire, d'avril à décembre, ainsi qu'un marché à la ferme.

Bienvenue à ces deux nouveaux annonceurs, qui s'inscrivent pleinement dans les valeurs de notre club.

Belle suite de saison d'hiver à toutes et tous.

*Nann.*

## Sommaire

Conférence Wolfisberg	2
Édito	3
Communications	4
Le concours de ski	5
Rando à la Pointe de Sallez	7
La semaine au chalet	11
Cascade de glace à Arolla	13
Les soupers du mardi	15

**Rédaction** Manu Rossi 079 772 98 16  
emmanuel.rossi@bluewin.ch

**Annonces** Fabien Neuhaus 078 605 38 91

**Impression** Imprimerie des Bergues SA  
www.bergues.ch

**Ont participé à ce numéro** N. Fuchs,  
A. Gondian, M. Philipp, C. Sancosme,  
R. Schaerrer, M. Suter Dethurens

**Crédit photo** O. Garin (p.4), M. Philipp  
(p. 5), Y. Maumary (p. 7 et 9), E. Patois  
(p.11 et 12), R. Schaerrer, B. Bayenet,  
A. Guex, C. Nicollier (p. 14), P. Chevalier  
et E. Rossi

**Couverture** R. Schaerrer, La cascade  
du jour



## Nouvelles des Amis

Notre cher Ami René Garin nous a quittés le 8 février dernier dans sa 93<sup>e</sup> année.

Entré aux Amis en 1949 à l'âge de 16 ans, René a été moniteur de ski avec le brevet des Amis. René était un membre très fidèle du club, participant régulièrement, avec son épouse Odile, à la sortie des Anciens et aux repas du mardi, et ce jusqu'à ce que la maladie l'en empêche.

À notre chère Odile, ses trois enfants et quatre petits-enfants, nous adressons toute nos condoléances et les assurons de toute notre sympathie.



*ERRATUM: Le dernier bulletin papier du mois de février dernier portait la date « 2025 ». Il s'agit, bien entendu, d'une erreur et il faut lire « février 2026 ». Toutes nos excuses s'adressent à vous lecteurs et lectrices.*



le maroc le cœur ouvert  
treks et voyages

sissi de giuli jadid  
079 337 93 68  
trek@zafrani.ch  
zafrani.ch



Dimanche 15 février 2026

## Concours Interne

Grand-Bornand, Chinaillon, piste du Maroly

Sous un soleil quasi radieux, à peine gênés par quelques bancs de brouillard, ce sont septante-cinq présents, sur quatre-vingts inscrits, dont trente-sept Amis, qui se sont élançés sur la magnifique piste du Maroly, pour le traditionnel concours interne. La piste, superbement préparée par les responsables de la station, était longue et accessible à tous. On n'a déploré ni chute ni élimination.

L'organisation, homérique, de ce concours mérite quelques précisions. Comme la station de Crozet-Lelex ne pouvait soudain plus nous recevoir, à cause notamment des vacances!?, nous avons dû rapidement rechercher un nouvel endroit. Nous avons également fait chou blanc au Bettex, puis nous sommes rabattus aux Habers. Manque de chance; la seule piste ouverte est en faible altitude et couverte de neige de culture. Et, bien que le forfait fût bon marché, les services de l'ESF, qui devait piqueter et chronométrer, y étaient trop chers. Et c'est seulement deux semaines avant la date de la compétition que nous étions encore à la recherche d'un lieu pour nous accueillir. Heureusement, et grâce à Manu et ses relations, c'est finalement le Grand-Bornand qui nous a reçus, et ce de la plus belle des manières.

Merci à la station et à Manu, ainsi qu'à la magnifique équipe de moniteurs qui, hormis leur participation à la course, ont conduit les bus et procédé à l'appel des concurrents. Mes remerciements s'adressent en particulier à Claudio et Yves, ainsi qu'à Gabrielle, qui a préparé les nombreux lots.

J'adresse une mention spéciale à nos sponsors genevois qui ont fourni la planche des prix :

- Univers Sport
  - Cactus Sport
  - Lunetterie des Rois
  - Boulangerie Wolfisberg
  - Amis Montagnards Genève
- ainsi qu'aux sponsors suivants :
- Fromagerie Vuarmarens – famille Toble

Genoud

- Pitch Brioches Pasquier
- Philippe Bovet vigneron
- Blizzard
- Technica
- COOP
- Warpelin

aux bénévoles qui ont aidé à l'organisation ainsi qu'à l'ESF du Grand-Bornand, et enfin Ski Romand.

● **Michel Philipp**



## Résultats du concours interne des Amis Montagnards

F = féminin / M = masculin

Le tableau ci-dessous recense les trois premiers résultats de chaque catégorie.

Vous trouverez tous les résultats détaillés sur le site des Amis : <https://amis.ch/ski-alpin-snowboard/concours/>

CATÉGORIE 1F		
1 <sup>er</sup>	LIEVRE BELLENGER Appoline	2:22.17
2 <sup>e</sup>	GONTARENKO Olena	2:31.05
CATÉGORIE 3F		
1 <sup>er</sup>	PHILIPP Gabrielle	1:45.10
2 <sup>e</sup>	SCHIAPARELLI Annamaria	2:20.47
3 <sup>e</sup>	CUSSONIER Catherine	2:24.59
CATÉGORIE 4F		
1 <sup>er</sup>	OSWALD Alessandra	1:43.66
CATÉGORIE 5F		
1 <sup>er</sup>	PHILIPP Lucie	1:42.64
2 <sup>e</sup>	DEMARIA Olivia	1:55.06
3 <sup>e</sup>	GNÄDINGER Lara	1:59.36
CATÉGORIE 6F		
1 <sup>er</sup>	NOUVEL Talora	1:59.27
2 <sup>e</sup>	HERNANDEZ BROX Amelia	2:26.80
3 <sup>e</sup>	BIELERT Cindy	2:37.90
CATÉGORIE 1M		
1 <sup>er</sup>	GÄRTNER Mathis	2:00.23
2 <sup>e</sup>	AKROUH Ilias	2:01.90
3 <sup>e</sup>	MELLONI Alessandro	2:03.51

CATÉGORIE 2M		
1 <sup>er</sup>	GLAUS Zéphyr	2:41.70
2 <sup>e</sup>	DESPRES Oleg	2:50.74
3 <sup>e</sup>	GLAUS Adonys	3:32.85
CATÉGORIE 3M		
1 <sup>er</sup>	HUGUENIN Jean-Pierre	2:03.84
CATÉGORIE 4M		
1 <sup>er</sup>	SANCOSME Manuel	1:45.67
2 <sup>e</sup>	PHILIPP Michel	1:49.31
3 <sup>e</sup>	CAMPORINI Pascal	1:54.46
CATÉGORIE 5M		
1 <sup>er</sup>	HUWILER Cédric	1:40.32
2 <sup>e</sup>	LIEVRE Julien	2:00.39
CATÉGORIE 6M		
1 <sup>er</sup>	COOK Joshua	1:47.32
CATÉGORIE 7M		
1 <sup>er</sup>	PHILIPP Cyril	1:43.34
2 <sup>e</sup>	COOK Daniel	1:47.00
CATÉGORIE 8M		
1 <sup>er</sup>	LIEVRE BELLENGER Nathan	2:03.79
2 <sup>e</sup>	HUGUENIN Mateo	2:03.90
3 <sup>e</sup>	WANNER Dorian	2:13.02

Des photos du concours paraîtront dans le prochain bulletin.

INSCRIPTION EN LIGNE

ABONNEMENT DE PANIER HEBDOMADAIRE

LÉGUMES BIO CULTIVÉS À DARDAGNY

www.cultureslocales.ch +41 78 881 78 15

## Rando moderato

# Tête de Sallaz

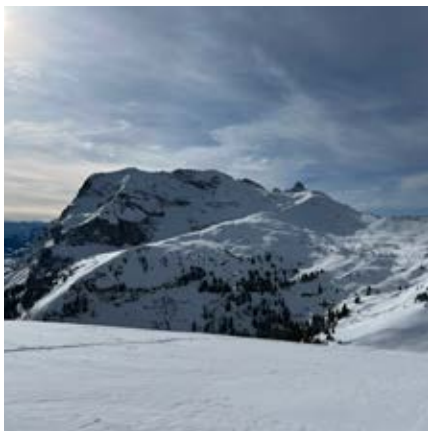
Mon réveil sonne à point d'heure et me sort des bras de Morphée. Mais en fait pourquoi dois-je me lever si tôt ? Pour arriver à l'heure au P+R, évidemment, et rejoindre Yves et Roger, nos chefs de course, et une flopée d'amis.

Je suis impressionnée par le monde qu'il y a sur l'autoroute, heureusement que Romme-sur-Cluses n'est pas trop fréquenté.

Et voilà notre troupe qui s'engage sur la pente de l'ancienne piste en se racontant tout plein d'histoires. Mes conversions ne sont pas au top, eh oui, ma souplesse s'estompe au profit d'une arthrose grandissante sur mes vieux os. Qu'à cela ne tienne, je me concentre et atteins le chemin forestier, qui serpente tranquillement et ménage mes hanches.

Nous sommes une rando moderato et nous nous laissons volontiers rattraper et dépasser, en saluant ceux qui nous doublent.

Encore un petit effort et nous voilà à la Tête de Sallaz. Nous ne sommes pas seuls et retrouvons les randonneurs qui nous ont dépassés.



La vue est splendide. On dépeaute et c'est une neige de rêve qui nous amène aux chalets de Vormy. On pique-nique au soleil. La remontée nous aide à digérer notre sandwich.

La descente est superbe et me donne l'impression de savoir skier. La variante dans la forêt nous rappelle juste qu'on ne peut pas passer partout et une petite remontée en escalier nous permet de transpirer, avant de retrouver le chemin forestier. Enfin, un dernier plaisir de descente sur la piste avant le pot au bistro du coin.

Merci encore à Roger et Yves pour cette magnifique journée.

Je pense que tous les Amis montagnards auront vu au moins une fois la tête de Sallaz cette année, vu les conditions météorologiques.

### ● Monique Suter Dethurens



Produits chimie fine et chimie industrielle – Produits piscines  
Produits chimico-techniques – Produits d'entretien – Huiles minérales et synthétiques

# IDEAL CHIMIC

Pierre et Marc Berthier 022 307 11 80 route de Saint-Julien 34 1227 Carouge



*J'avais toujours froid.  
Avec ma pompe à chaleur  
ça va bien mieux et  
en plus elle fabrique de  
la neige pour les suivants*

## MINUS1

Des sacs pour répondre à tous vos rêves  
fabriqués à Carouge, durables, légers et souvent uniques !  
minus1, Bernard Wietlisbach, 31 rue St-Joseph, 1227 Carouge  
079.763.23.90, horaires variables, plus d'infos sur [www.minus1.ch](http://www.minus1.ch)

**Votre  
publicité  
ici !**

TAILLE DE PIERRES

**MELLO & FILS S.A.**

Monuments funéraires  
rue des Moraines 20 1227 Carouge  
Tél. 022 342 22 74 Fax 022 342 77 71



**POMPES FUNÈBRES  
A. MORITH S.A.**  
DEPUIS 1888. AIDE LES FAMILLES EN DEUIL

Salons funéraires privés  
Accueil - Visites - Recueillement

89. BD DE LA CLUISE - GENEVE  
TELEPHONE 24H. 24. 809 56 00



## TOURNOI DE JASS

à la MAM

**Réservez la date du  
mardi 12 mai 2026**

Inscriptions des équipes sur place dès 19h  
Début des parties à 20h30



## Imprimerie des Bergues SA

Offset · Typo · Impression digitale  
Thermogravure · Dorure à chaud

Rue Saint-Joseph 18    Tél. 022 343 17 76  
1227 Carouge            www.bergues.ch



DOMAINE DE  
LA DEVINIÈRE

Willy & Camille Cretegy | vigneron-encaveurs



Vins et jus de raisin  
bio

1242 Satigny | Genève  
www.la-deviniere.ch  
info@la-deviniere.ch  
022 753 22 87

*Bouteilles consignées,  
lavées et réutilisées*



CACTUS SPORTS

Escalade, randonnées et alpinisme

6 rue du Pont-Neuf, 1227 Carouge

022 300 30 01

Horaires:

Lundi - Vendredi: 9h-19h

Samedi: 10h-17h

BOULANGERIE-PÂTISSERIE-CONFISERIE

WWW.WOLFISBERG.ORG

WOLFISBERG

*Le plaisir des saveurs authentiques*



Du 21 au 28 février

## Semaine des familles au Chalet

Pour cette magnifique semaine, Émilie a vraiment bien tout géré.

La neige était vraiment incroyable, ça n'avait pas été comme ça depuis des années. Grâce à Émilie, beaucoup de liens ont été créés entre tous. Il y avait vraiment une bonne ambiance. J'ai adoré discuter avec Émilie quelquefois, j'adore sa façon de penser. Ça m'a fait plaisir de retrouver des personnes que je n'avais pas vues depuis longtemps et les repas étaient excellents. Pierre a bien géré les jeux, j'en ai découvert de nouveaux, ça m'a vraiment fait plaisir ! Par rapport aux repas, j'ai adoré la diversité qu'il y a eu. Le dernier jour, j'ai été gagnée par une certaine nostalgie.

J'ai découvert de magnifiques paysages et les pistes avaient de la bonne neige. J'ai réus-

si à dépasser mes limites et j'en étais vraiment fière ! Ça m'a aussi, bien évidemment, fait très plaisir de skier avec presque tout le chalet, ça donne vraiment une bonne ambiance. J'ai aussi commencé le snowboard, et je vous donne un conseil : même si ça fait mal au début, ça en vaut vraiment la peine. C'est vraiment quelque chose d'unique, j'ai aussi apprécié d'avoir fait du snow avec ma maman. Juste le fait de passer du temps avec des personnes que j'apprécie, ça fait plaisir. J'en ai éprouvé beaucoup toute la semaine, et je crois que depuis que je viens aux Amis Montagnards, c'était mon année préférée.

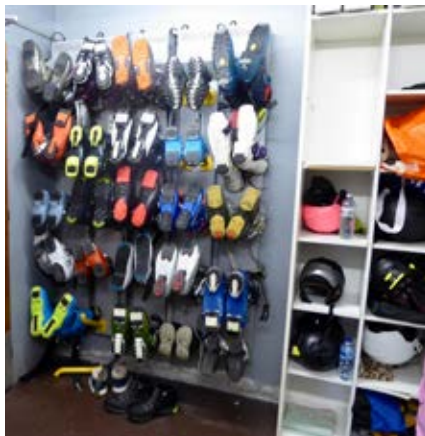
Je remercie encore du fond du cœur Émilie, elle a vraiment beaucoup investi dans cette semaine, elle l'a rendue très spéciale, et elle l'a, je ré-

pète, très bien gérée. Elle faisait attention à tout le monde et lorsqu'elle nous parlait pendant les rassemblements, on voyait qu'elle était honnête, et c'est ce qui compte.

En bref, il n'y a vraiment rien à dire de négatif à part peut-être le fait que la semaine était trop courte et a passé tellement vite !

On espère qu'Émilie voudra réorganiser une semaine, peut-être l'année prochaine.

● Amélie Gondian



Arolla, le 31 janvier et le 1<sup>er</sup> février 2026

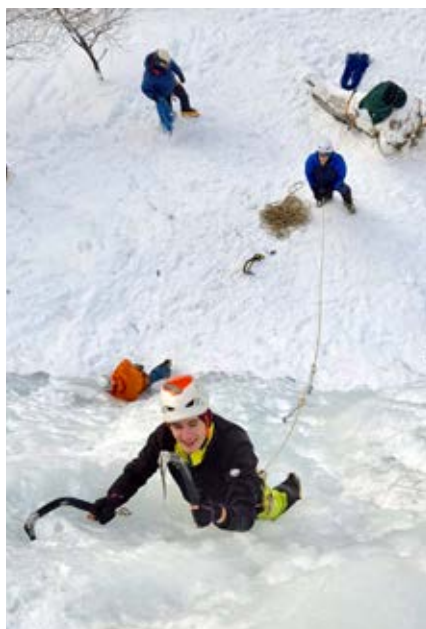
## Sortie Cascade JAM

Fin janvier, les dernières chutes de neige en Valais commencent à dater, c'est une bonne chose pour les chasseurs de cascades et de goulottes ! On est plus tranquille quant à ce qui pourrait nous arriver dessus, mais aussi la glace ne se détériore pas avec la neige posée dessus. Les conditions sont magnifiques, après une période plus fraîche pour la création des glaçons, les températures sont aux alentours des  $-5^{\circ}\text{C}$ . En ce samedi matin ensoleillé, le rendez-vous est donné à 8h30 à la Gouille, à côté d'Arolla. La préparation de l'équipe sur le parking est ponctuée de petits moments de stress en voyant quelques voitures s'arrêter : « Vite ! Ils vont nous piquer la cascade ! » Finalement, personne n'avait comme objectif notre cascade, ouf ! Nous partons alors, piolets sur le sac et cordes autour du cou. Le premier obstacle est la rivière, il serait quand même dommage d'y tremper sa chaussure avant même d'avoir pu planter le premier piolet. Une dizaine de minutes plus tard, le chemin se sépare, le guide, Jérôme, récupère 3 cordes et prend le chemin du haut de la cascade. Nous autres prenons le chemin du pied des longueurs. Nous y retrouvons un autre groupe pas complètement inconnu : deux autres guides d'Helyum avec leurs clients, aussi là pour une initiation cascade. Le temps d'enfiler une doudoune et de fixer nos crampons, les cordes emportées par Jérôme sont déjà en place, fixées sur arbres, spits ou vis à glace. Le moment des explications théoriques est arrivé : technique basique de planté de piolets et crampons, position recherchée, erreurs les plus classiques à éviter. Après un court essai, c'est l'heure de s'y mettre réellement ! L'avantage pour nous de partager

la cascade est que nos cordes et celles de l'autre groupe sont devenues communes pour le reste de la journée, de quoi avoir deux fois plus de voies à disposition ! Pendant que la plupart se lancent dans leur première longueur en glace, Kosta place la dernière corde dans une jolie longueur idéale pour travailler le crochetage. La dizaine de voies différentes sera parcourue tout au long de la journée, entrecoupée par les conseils avisés de Kosta et des guides (eh oui il y avait donc 3 guides dans le groupe élargi, autant d'yeux avisés qui permettent de détecter toutes les erreurs commises). Avant d'avoir les avant-bras complètement cuits, on rajoute les vis nécessaires pour faire les voies en tête, et les personnes motivées s'y élancent. Au cours de sa longueur, Luna lâcha un piolet... qui alla contre toute attente se crocher dans la vis précédente, pas idéal pour continuer... c'est donc dans un équilibre précaire qu'elle attendit qu'une âme charitable lui ramène son piolet afin de pouvoir terminer proprement sa longueur. La soirée se passa dans la bonne humeur dans le village de la Sage, les différents logements d'Arolla étant complets. Ce fut une super option, nous avions l'hôtel pour nous tout seuls ! Le lendemain matin, direction la Coop d'Évolène, non pas pour y faire les courses mais parce qu'il y a une très jolie cascade de difficulté adaptée non loin. (À côté du chemin de descente de la via ferrata, pour les connaisseurs et connaisseuruses.) Au pied de la cascade, on en profite pour voir comment construire un relais sur glace, et quelles sont les différences par rapport à un relais sur spits. La cascade étant assez large, 2 lignes seront tracées, idéal pour 4 cordées ! Les plantés de piolets et

crampons s'enchainent. Arrivés en haut, changement de programme : à la place de descendre à pied, on descendra en rappel sur lunules sèches. À nous la vis extra longue et le crochet, c'est à nous de les construire ! La descente s'effectue en 3 rappels, et nous voilà déjà de retour sur le plancher des vaches, à nous réchauffer au soleil. Après un pique-nique bien attendu et mérité, il est déjà l'heure de rentrer. Merci à tous pour ce superbe week-end, merci à Kosta d'avoir été des nôtres et merci à Jérôme pour ces superbes cascades. Je ne pourrais pas terminer sans remercier Michel, qui aurait pu répondre présent si le besoin avait été là.

● Robin Scharrer



# Les soupers du mardi



*Maria, Suzanne et Daniel, le 3 février*



*Nicole et JeanDa, le 10 février*



*Tosé, Reynald et André, le 17 février*



*Floranne et Bernard, le 3 mars*



amis  
monta  
gnards

club fondé en 1898

Section de ski affiliée à Swiss Ski

Inscriptions le mardi entre 19h et 20h <sup>▲</sup>  
à la Maison des Amis montagnards  
avenue du Petit-Lancy 54a, Petit-Lancy

Adresse postale :  
Association Amis montagnards  
1200 Genève  
IBAN 0900 0000 1200 1799 1

président Roger Buehler  
vice-président Christophe Chanson  
trésorière Émilie Patois  
procès-verbaliste Antje Schmitt  
information Emmanuel Rossi  
local Nicole Fuchs  
chalet Jean-Daniel Grangier  
formation vacant  
jeunesse Robin Schaerrer et Leo Annen  
alpinisme et escalade Paul Mellet  
rando pédestre Catherine Torrent  
randonnée à ski Andréa Picco  
ski alpin et snowboard Roger Buehler  
raquette Catherine Torrent  
gymnastique Évelyne Cave  
vtt Corinne Sancosme

Pour plus de détails, se référer au site [amis.ch/commissions](http://amis.ch/commissions)



# GLACIER OPTICS®

Paul Trunz  
bd St-Georges 75, Genève  
T 022 329 75 95  
lunetteriedesrois.ch



Lunetterie  des Rois