



BULLETIN OFFICIEL DU PIOLET CLUB DE GENEVE

Pour le Piolet, Revidor SA Place de Pont Rouge 5 – 1212 Gd. Lancy



UNIVERS SPORTS

Le choix – Le conseil – Le service

Rue de la Servette 52 – 1202 Genève

Tél.: 022 733 33 58

Univers-sports@bluewin.ch

www.univers-sports.ch



5, ruelle du Midi – 1207 Genève – Suisse
Tél +41 22 718 16 16 – Fax +41 22 718 16 70
info@calvy.ch – www.calvy.ch

LA VIE DU CLUB

Le mot du président

L'image poussiéreuse de la randonnée c'est du passé, et une nouvelle génération donne un coup de jeune aux sentiers, tel est le constat de Suisse Rando.

On oublie les pantalons golf, les chaussettes rouges, le bonnet de laine aux couleurs d'une banque aujourd'hui disparue. La randonnée a changé de visage, et ce nouveau visage, il a la petite vingtaine. Une étude fait ressortir qu'actuellement la tranche d'âge qui connaît la plus forte croissance parmi les nouveaux adeptes de la marche en montagne est celle des 15 à 29 ans, et cette constatation est très réjouissante.

Les grandes marques de vêtements de sports l'ont bien compris et ont mis sur le marché des produits très esthétiques avec un style qui colle avec les désirs des jeunes, elles ont saisi cette opportunité pour gonfler leurs ventes et franchir le cap symbolique du milliard de dollars pour certaines. Cette opportunité a également été saisie par les offices du tourisme qui organisent des événements afin de fidéliser la relève, et c'est très positif si des jeunes retrouvent la passion de la randonnée, même avec un style bien différent du nôtre.

Cette nouvelle tendance pourrait-elle servir des clubs comme le Piolet, il faut bien l'admettre un peu vieillissant, mais toujours actif, avec un programme attractif conforme aux possibilités et désirs des membres ? On ne peut que le souhaiter et pourquoi pas rêver un peu, car cet état de fait c'est déjà produit.

Dans les années 1970-1975, le Piolet avait déjà le souci de la relève, avec une fréquentation aux courses de haute montagne en diminution, le poids des ans se faisant sentir chez certains. C'est à cette époque que j'ai eu la chance d'être accepté au sein de ce club, j'étais le petit jeune, motivé et tout heureux d'être encadré par quelques montagnards expérimentés. Ayant un grand plaisir lors des sorties en montagne ainsi que lors de certaines réunions ou activités moins sportives, j'en ai parlé à quelques amis du hockey, de la banque, des bars Carugeois, amis rapidement séduits et très motivés, qui en ont également parlé à d'autres et ainsi de suite, et une nouvelle dynamique était née. Pendant de nombreuses années, la fréquentation aux courses, réunions et assemblées était très importante, même lors de sorties de plusieurs jours comme celles en Corse, aux Dolomites, en Appenzell et j'en passe. Nous étions tous organisateurs de courses, membres actifs ou sympathisants, comitards et parfois présidents et avons la volonté de fait s'est déjà produit.

Bien conscients qu'il fallait régulièrement attirer des plus jeunes, nous avons organisé des journées d'escalade, des courses plus techniques, et même sollicité l'aide des médias afin de faire connaître le club. Malheureusement, notre souhait ne s'est pas concrétisé. Nous avons certainement commis des erreurs car, malgré tous nos efforts et l'arrivée des dames qui apportent un vent de fraîcheur et un peu de modernité, nous avons, comme énormément de sociétés, des problèmes de relève.

Vu cette nouvelle tendance, peut-on rêver un peu ? Espérer qu'un ou une jeune, comme dans les années 1970, trouve du plaisir au sein de notre club et motive d'autres amoureux de la nature à rejoindre le Piolet afin de profiter de ces belles montagnes, selon leurs propres inspirations.

Pourquoi pas, mais il est certain que pour avoir une chance de réussite, nous devons absolument proposer, comme ces dernières années, un programme de courses attractif. Alors en cette période d'élaboration, je compte sur vous.

Thierry Lentillon

RAPPORTS DE COURSES

Grande course d'été : du 11 au 14 septembre Quatre jours à Die



1^{er} Jour jeudi 11 septembre

Après avoir évité les blocages prévus en France, les onze Piolus partis le matin à 7h arrivent au Col de Grimone où Jean-Paul, accompagné de Marie et Freddy, arrivés la veille, nous attendent.

Vaillamment, on commence par une montée raide et sans paliers de 620 mètres, de quoi nous mettre en forme.... ou pas. Mais on s'est tous accrochés (surtout moi) pour arriver au Col du Pigeon, en passant par le Col Vente-cul. Oui, par ici les noms sont assez truculents.

On pousse encore un peu sur nos bâtons jusqu'à la Crête de Ventruse pour le pique-nique, avant de redescendre par la Crête des Amoussières à travers de beaux paysages qui font penser un peu au Jura. Arrivés à la hauteur de 1200m, on traverse de magnifiques forêts très variées, aux espèces méditerranéennes, qui nous rappellent tout de même que nous sommes plus au Sud.

Arrivés au village de Grimone nous récupérons nos véhicules laissés au Col grâce à une judicieuse manipulation de voitures organisée par Jean-Paul.

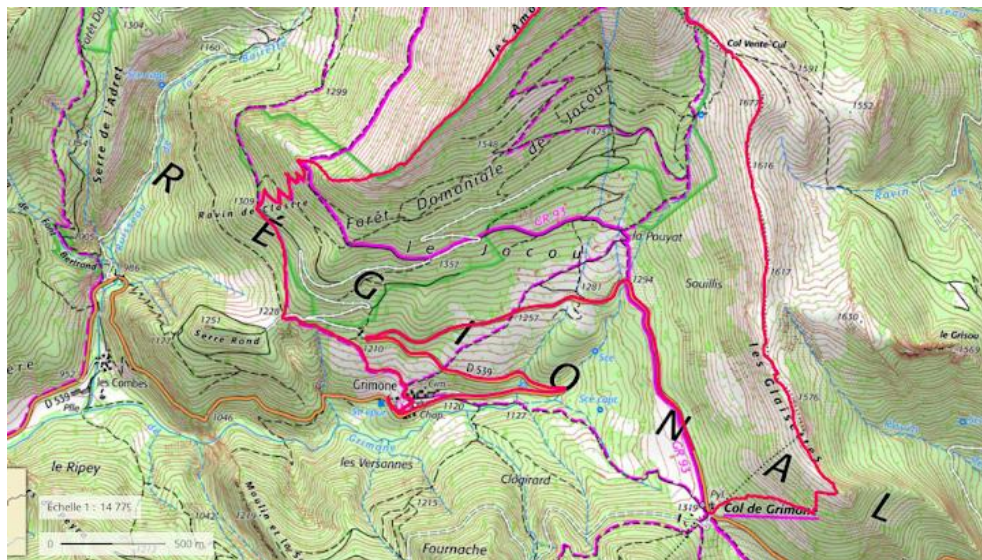
A l'entrée de Die, nous avons enfin droit à une bonne bière sur la terrasse du Meyro's Irish Pub. Corinne, nouvelle arrivée, nous offre gracieusement la tournée. Elle passe ainsi la dernière épreuve pour être acceptée définitivement dans le groupe 😊

Après avoir rejoint nos chambres à l'Hôtel des Alpes, nous nous retrouvons pour le repas du soir au cours duquel nous faisons la connaissance de la charmante Dominique, amie de Jean-Paul.

La soirée se termine un peu fraîchement étant donné la température extérieure, mais le cœur chaud autour d'une bonne pizza, voire un dernier Génépy pour certains !

Laïla Clerc





2^{ème} jour vendredi 12 septembre

Pour ce deuxième jour dans le Diois, un temps plutôt clément s'annonce.

Après un petit déjeuner copieux, nous partons en voiture pour le vallon de Combau, en vue de l'ascension de la Montagnette 1972m puis la Tête Chevalière 1951m et retour par le pas de l'Essure et les Quatre Têtes. Après un bref passage dans la forêt, quel bonheur de traverser ces immensités sauvages des hauts plateaux du Vercors, parsemés de verdure, petits arbustes et rochers dégageant une étrange sérénité.

Nous atteignons le pas de la Coche puis sans difficulté grâce au temps clair et à notre super guide, la Montagnette (1972m) où une vue saisissante sur les Alpes nous attend.

Quelques photos, puis nous redescendons vers le pré Mouret à travers paysages herbeux et zones de lapiaz, pas âme qui vive.

Et remontons vers la Tête Chevalière (1951m) où nous décidons de pique-niquer face au mont Aiguille reconnaissable entre mille et plus au loin le Vermont.

Mais décidément les nuages s'accrochent et ce n'est que plus bas qu'il sera totalement dégagé.

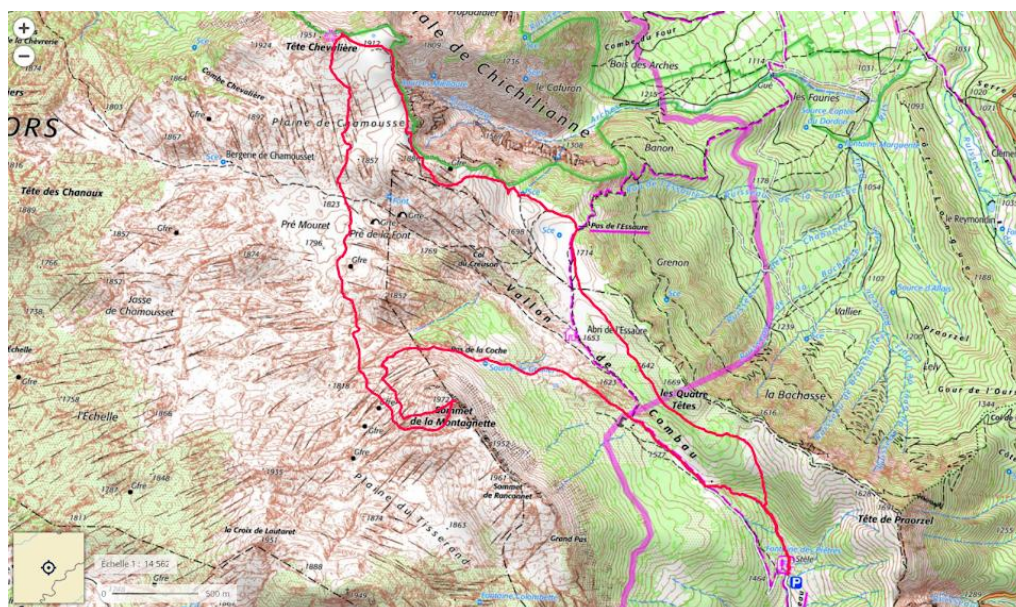
Il est temps de redescendre, la bière nous attend à Die ...

Cette descente jusqu'au Quatre Têtes est tout aussi spectaculaire longeant la crête avec ses failles, l'immense ravin de L'Arche, les rochers stratifiés comme pétrifiés et enfin la bucolique vallée de Combau.

Boucle terminée, D+750m, 11,8km, 5h15

Merci Jean Paul pour cette magnifique randonnée sauvage où seul le cri de quelques rares marmottes nous a accompagnés.

Catherine Manier



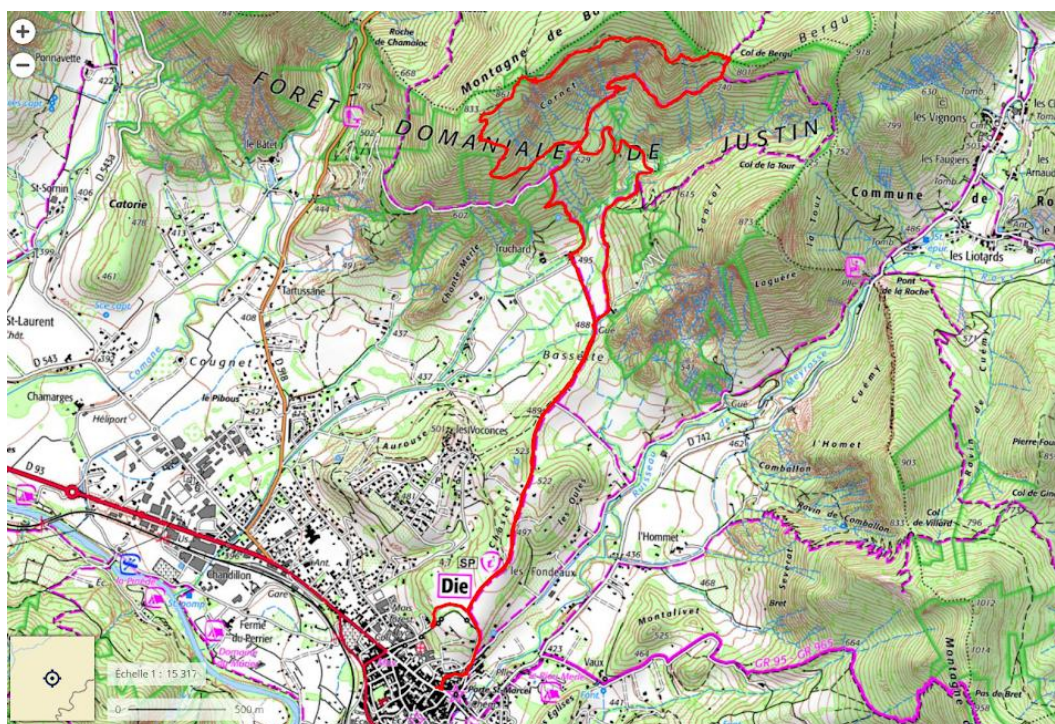


3^{ème} jour samedi 13 septembre

Ce samedi est jour de marché à Die, mais c'est aussi le seul jour annoncé comme pluvieux. Pour éviter les gouttes prévues en milieu de journée, Jean-Paul propose une balade dans la forêt domaniale de Justin, en partant à pied du centre de Die. Ainsi, les plus courageux se retrouvent vers 10h30 et parcourent 12,8 km en 3h30, avec un dénivelé de 517 m. Pendant ce temps, d'autres préfèrent suivre un programme jugé plus adapté à un temps maussade : shopping, cappuccino, sieste et massages.

La promenade sur un tapis de feuilles mortes dans la forêt s'avère très agréable, malgré la présence menaçante de chasseurs de sangliers et de gros nuages noirs. Pour clore cette fin d'après-midi, tout le monde se retrouve chez Dominique, la charmante compagne de Jean-Paul, qui a eu le courage d'accueillir chez elle notre joyeuse bande de 14 pour un apéro bien arrosé !!

Roberto Petronio





4^{ème} jour dimanche 14 septembre

Le Canyon des Gueulards

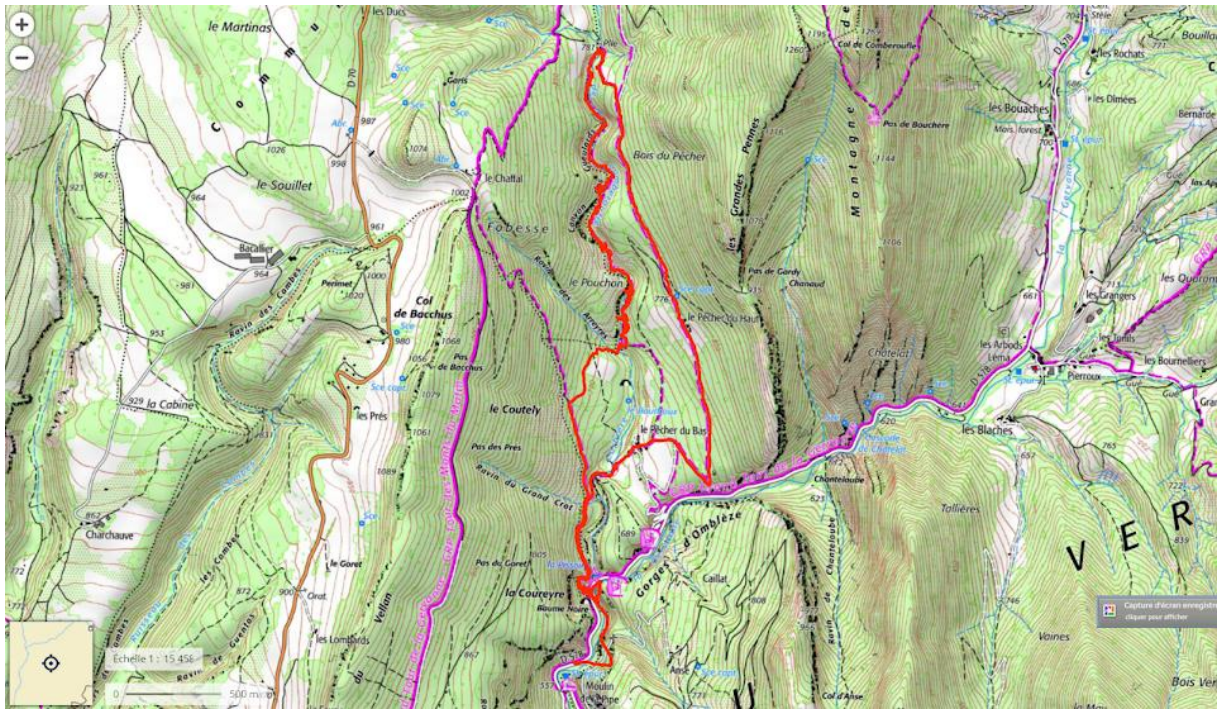
Après le petit déjeuner, toute la troupe se met en route après avoir quitté notre sympathique petit Hôtel des Alpes pour se rendre à Beaufort sur Gervanne, jusqu'au Moulin de la Pipe.

Notre balade nous amène d'abord par un petit sentier assez raide à travers la forêt des gorges d'Omlèze avant de redescendre sur le départ du Canyon des Gueulards. C'est par un sentier pittoresque que nous découvrons ces gorges et leurs étroites falaises, avec quelques passages plus délicats, équipés par des cordes et une échelle. Ce Canyon a la caractéristique d'être un canyon sec, l'eau qui l'a érodé et formé n'y circule aujourd'hui qu'environ 10 jours par an. Cependant, selon notre chef guide, l'eau est toujours présente, elle circule dans le réseau karstique en profondeur. En effet, l'eau rentre dans le réseau souterrain en amont et résurgente à l'aval en surface.

Après la sortie du Canyon, une petite montée nous permet de sortir de la forêt et de nous installer pour un dernier pique-nique dans une belle prairie. Le chemin de retour par la ferme du Pescher du Haut nous ramène en une petite heure au parking des voitures et à la sympathique Auberge du Moulin de la Pipe où nous prenons un dernier verre ensemble plus une boule de chocolat pour la gourmande du groupe. La distance de la balade était de 8.5 km, avec un dénivelé d'environ 300 m que nous avons parcouru en 3 ½ heures, y compris le pique-nique.

Vers 15h nous reprenons tous le chemin de retour, non sans avoir remercié chaleureusement notre guide et organisateur Jean-Paul Delisle, qui, du début à la fin des 4 jours, nous avait organisé un programme magistral et des balades magnifiques dans ce Vercors sauvage et authentique. Encore un grand, grand merci Jean-Paul et à une prochaine fois.

Sylvio Kofmel



Course du Samedi 11 octobre Le Roc des Tours – Aiguille Verte



Le 11 octobre 2025, dix participants se retrouvent pour une belle sortie aux couleurs d'automne du Piolet Club. Destination le Roc des Tours à partir du Chinaillon. Au programme 10 km et 650 D+.

Rendez-vous matinal sous un brouillard épais à Gaillard : la journée commence dans la grisaille, mais la bonne humeur est déjà là.

Après un trajet vers le Chinaillon, nous retrouvons le soleil radieux, juste au-dessus de la mer de stratus. Le décor parfait pour une belle journée en montagne.

Nous entamons la montée vers le Roc des Tours par un sentier

qui zigzague à travers les alpages offrant une vue magnifique, du Jalouvre au Mont Blanc via la Pointe Percée. La chaîne des Aravis nous offre un magnifique panorama.

Dans les pâturages, l'enthousiasme est tel qu'il devient facile de perdre le bon chemin ! Heureusement, le groupe se retrouve au col non nommé (1887 m), soudé et tout sourire.

Deux participants poursuivent jusqu'à l'Aiguille Verte (2045 m) en aller-retour, tandis que le reste du groupe s'aventure dans le labyrinthe des lapias, attentif à suivre les marques rouges pour ne pas se perdre.

Au sommet du Roc des Tours (1994 m), nous savourons un pique-nique face à une vue à 360° : un moment de pur bonheur dans des conditions idéales. Corinne et Thierry nous rejoignent d'un pas tonique, juste à temps pour partager ce festin panoramique.

Un rapace, un gypaète vient nous saluer, planant tout près, comme curieux de notre joyeuse troupe. La descente se fait tranquillement par le sentier didactique retraçant l'origine des lapias vieux de 115 millions d'années. Tout au long du chemin,

vaches et chèvres animent les alpages de Samance, rappelant la richesse du fromage et des produits régionaux.

En bas, après de belles discussions et une marche bien remplie, la chaleur du jour nous donne soif : Laila nous offre une pause désaltérante bien méritée.

Une belle journée de montagne, de rire et d'amitié, qui nous a vraiment réchauffé le cœur.

Merci à Cédric, Corinne, Dominique, Laila, Marta, Stan, Thierry, Willy et à Jacques de m'avoir accompagnée pour la reconnaissance et l'organisation de la course.

Marie Jo Dubas





PROCHAINES COURSES

Sortie d'automne le dimanche 9 novembre Le Salève – L'Observatoire



Rendez-vous : 9h – Le Coin
Activité : Libre à chacun
Repas : A l'Observatoire
Inscriptions : Jusqu'au 5 octobre
Organisation : Le Comité

Samedi 13 et dimanche 14 décembre – Noël du Piolet club Les Diablerets



Dernier rendez-vous : samedi 18h et départ pour la partie officielle
Samedi : Repas du soir 20h.
Dimanche : Petit déjeuner et repas 13h
Prix : Environ Frs 180. — sans les boissons.
Samedi et dimanche : Toutes les options sont envisagées selon météo et enneigement (ski, peau de phoque, raquettes, marche).
Inscriptions : Aux assemblées ou auprès de Th. Lentillon 079/654.84.24, WhatsApp ou mail Thierry.lentillon@gmail.com
Dernier délai 16 novembre 2025 (hôtel très fréquenté)
Les organisateurs : J.D Imesch, Gilbert Anthoine, Thierry Lentillon



Des Gouttes & Cie SA **Agence Partenaire AXA Winterthur**

Route de Chêne 5
1207 Genève
Tél.: 022 737 19 19

geneve.desgouttes@axa-winterthur.ch

RESTAURANT CLAIRE - VUE **CHEZ ELENA et FREDERICO RIZZETTO**

21 Av. François-Besson
1217 MEYRIN
Parking à disposition
Fermé tous les jours entre 14h et 17h

Fermé le dimanche
Tél.: 022 782 35 98
Email: claire-vue@bluewin.ch

 **VOIROL**
OPTIQUE

Optométrie, Lunetterie, Lentilles de contact



30 Bd Carl-Vogt
1205 Genève
Tél.: 022 328 56 86
Fax: 022 328 56 08
Mail: info@voirolo.ch

Rue de Carouge 72-74
1205 Genève
Tél.: 022 320 12 75
Fax: 022 320 12 74
Mail: ppisanello@voirolo.ch



LES MANIFESTATIONS 2025

Janvier

- Groupe 2 Mercredi 8 - dès 19.00h Stamm - Hôtel Calvy - Choucroute et verre de l'Amitié - Le Comité
Groupe 2 Vendredi 17 – Repas des aînés : Le Clair Vue – Meyrin – Le Comité
Groupe 1 Samedi 18 - Skieurs-raquettes : Megève - Gilbert ANTHOINE
Groupe 1 Samedi 25 - Ski rando : Roc des Tours – Aiguille Verte – Jean-Daniel IMESCH

Février

- Groupe 2 Mercredi 5 - 20.30 h - Assemblée - Hôtel Calvy
Groupe 2 Samedi 15 – Raquettes – marcheurs – Marchairuz – André GARDEL
Groupe 1 Dimanche 16 – Ski rando : Mont Ouzon – depuis Col du Corbier - Michel BUGNON
Tous Mercredi 19
Balade Clair de Lune : Chalet Reculet – Jean-Daniel IMESCH – André GARDEL

Mars

- Groupe 1 + 2 Mercredi 5 - dès 19.00h Stamm - Hôtel Calvy
Groupe 1 + 2 Samedi 15 ou Samedi 22 - Ski rando, ski piste, marcheurs – Combes de la Clusaz
André GARDEL

Avril

- Groupe 1 Mercredi 2 - 20.30 h - Assemblée - Hôtel Calvy
Groupe 1 Samedi 12 - Dimanche 13 – Ski rando, raquettes, marcheurs : Gemmi Pass
Géraldine et Yves LAMBERT
Groupe 2 Dimanche 27 – Marcheurs : Au pied des Aravis – Dominique OGER

Mai

- Groupe 2 Mercredi 7 - dès 19.00h - Stamm - Hôtel Calvy
Groupe 2 Samedi 10 – Marcheurs – Samoëns – Silvio KOFMEL
Groupe 1 Samedi 24 – Marcheurs : Chamonix – Montenvers – Plan de l'Aiguille et retour
Marie-Jeanne BUSSAT – Philippe DUBOST

Juin

- Groupe 1 + 2 Mercredi 5 - 20.30 h - Assemblée - Hôtel Calvy
Groupe 1 + 2 du Vendredi 13 au Dimanche 15 - Marcheurs : Abondance – Thierry LENTILLON

Juillet

- Groupe 1 + 2 Mercredi 2 - dès 18.00h - Assemblée en campagne, pétanque – Avusy – Dominique OGER
Groupe 1 + 2 Samedi 5 – Marcheurs : Lac Bénit – Stan VARIN

Août

- Groupe 1 + 2 Dimanche 17 – Marcheurs : Dent du Chamois – Freddy BOURQUIN

Septembre

- Groupe 1 + 2 Mercredi 3 – 20.30 h – Assemblée – Hôtel Calvy
Groupe 1 + 2 du Jeudi 11 au Dimanche 14 - Marcheurs : But à déterminer – Jean-Paul DELISLE

Octobre

- Groupe 1 + 2 Mercredi 1 – dès 19.00h - Stamm - Hôtel Calvy
Groupe 1 + 2 Samedi 11 - Marcheurs : Roc des Tours – Marie-Jo DUBAS

Novembre

- Tous Mercredi 5 – 20.30 h - Assemblée - Hôtel Calvy
Tous Dimanche 9 - Sortie d'automne – Le Salève – L'Observatoire – Le Comité

Décembre

- Tous Mercredi 3 - 20.30 h - Assemblée générale - Hôtel Calvy - Le Comité
Tous Samedi 13 - dimanche 14 - Course de Noël : Les Diablerets –
Gilbert ANTHOINE - Jean-Daniel IMESCH - Thierry LENTILLON

Remise des textes pour le Piolutien N°6 – Janvier / Février 2026, avant le 20 décembre 2025 par courriel à : willy.goetschmann@sunrise.ch. (Document Word, Arial 12 sans interligne)

En couverture : L'Arche, 2^{ème} jour à Die (photo de CM).

Vous saurez tout sur la vie du club en visitant le site www.le-piolet.ch



MP Immo

Nous sommes à votre service depuis 2010 et chez nous CHAQUE CLIENT EST IMPORTANT

Marie-Paule Lentillon
34, route des Muverans
CP Tourbillon 450
1911 Ovronnaz

Mobile: +41 (0)77 475 22 04
mailto:info@mpimmo.ch
www.mpimmo.ch



LACHENAL
SOURCE D'INSPIRATION

*Rideaux, Stores intérieurs,
Revêtements muraux, Parquet,
Moquette, Lino, Décoration*

Au 25 rue de la Servette

*Du lundi au vendredi
7h30-12h00 et 13h30-18h30
www.lachenal.ch*



PRINT@TIME.CH

print / web / design



Imprimerie **POT** sàrl

Avenue des Communes-Réunies, 78
1212 Grand-Lancy

Tél. : +41 22 794 36 77

www.print-on-time.ch

welcome@print-on-time.ch



Rando par temps chaud

Faut-il se couvrir pour rester au frais ?

Quand le soleil tape fort, surtout en montagne, la tentation est grande d'enfiler un short et un t-shirt. Pourtant, mieux vaut parfois se couvrir le corps que de le découvrir.

Ce débat revient fréquemment lors de sorties ensoleillées, alors voici, quelques explications :

Couvrir sa peau pour avoir plus ou moins chaud ?

À première vue, un vêtement long pourrait sembler plus chaud qu'un vêtement court. Mais en réalité, un habit long, léger et ample protège la peau du rayonnement direct du soleil, limitant la montée en température de la peau. Celle-ci peut dépasser les 45°C à l'air libre sous un soleil de plomb. Un tissu respirant, lui, filtre une partie de cette chaleur et permet une meilleure régulation thermique du corps.

Clairs ou sombres ; est-ce que la couleur joue un rôle ?

Les couleurs sombres absorbent la chaleur, tandis que les couleurs claires la réfléchissent. Ainsi, un vêtement noir retiendra plus la chaleur qu'un blanc, surtout s'il est serré. L'idéal est donc des vêtements amples, clairs et si possible respirants.

Des vêtements plutôt amples ou moulants ?

Un vêtement ample laisse circuler l'air, favorise l'évaporation de la sueur et limite la sensation d'étouffement. À l'inverse, un vêtement moulant, même léger et clair, garde la chaleur piégée contre la peau.

Conclusion

Pour une randonnée par temps chaud, des vêtements longs clairs, amples et respirants sont souvent plus efficaces contre la chaleur que des habits courts. Se couvrir, en randonnée est aussi un moyen de se protéger des UV, des tiques, des piqûres d'insectes, des morsures, des égratignures ou encore de la rosée. Parfois, pour rester au frais... il vaut mieux mettre plus que moins !

Sources :

- OMS (Organisation mondiale de la santé) : Recommandations sur la protection contre les UV.
- Institut national de la recherche en santé et sécurité au travail (INRS).
- Étude « Influence des vêtements sur la température cutanée en climat chaud » – Revue internationale de biométéorologie.
- Mountain Safety Council (NZ) : Conseils d'équipement par conditions climatiques.
- Avec le concours de l'intelligence artificielle générative.

Cédric Goetschmann



P.P.
CH- 1200 Genève 2
LAPOSTE 

Adresse de retour à pour le Piolet club
Revidor SA pour le Piolet club de Genève, Place de Pont Rouge 5 – 1212 Gd. Lancy



 **REVIDOR SA**
SOCIETE FIDUCIAIRE

- Comptabilité
- Révision – Audit
- Expertise
- Administration
- Fiscalité
- Gestion de sociétés

Place de Pont Rouge 5
1212 Gd. Lancy
www.revidor.ch
email : info@revidor.ch

Tél.: +41(0) 22 707 04 10
fax: +41 (0) 22 736 41 14



 **V. GUIMET FILS SA**
Entreprise de vidange hydraulique
depuis 1873

Canalisations – Travaux publics
Transports de matières dangereuses
Nettoyage de colonnes de chute
Contrôle des canalisations par TV

info@guimet.ch
<http://www.guimet.ch/>
Urgences 24h sur 24h

Rue des Buis 12
CH-1202 Genève
Tél. 022/906 05 60
Fax 022/906 05 66