

BRIEFING

SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

www.sc-cime-est.ch

VALERETTE ALTISKI

course de ski alpinisme individuelle

RAIFFEISEN



FAMSA

Frutiger

Allianz

MOBIVAL

PASSE
MONTAGNE

PO
MO
CA
SWISS MADE

Sport
Liberte Romande

SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS

Club Alpino Svizzero

Schweizer Alpen-Club

Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

BIENVENUE
WELCOME

21^{EME} EDITION
VALERETTE ALTISKI

Située au pied des Dents du Midi, la Valerette est un petit massif qui culmine à 2000 mètres d'altitude.

Located at the bottom of the Dents du Midi, Valerette is a small mountain ranging up to 2000m

BIENVENUE
WELCOME
WILLKOMMEN
BENVENUTI

RAIFFEISEN



FAMSA

Frutiger

Allianz

MOBIVAL



PO
MO
CA
SWISS MADE

Sport
L'Esprit Montagne

SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS

Club Alpino Svizzero

Schweizer Alpen-Club

Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

21^{ÈME} EDITION VALERETTE ALTISKI

Cette épreuve individuelle séduit par son parcours rapide et spectaculaire. Elle comprend quatre montées soutenues, et des descentes techniques.

This individual event captivates with its fast and spectacular track. The race consists of 4 steady ramps and technical slopes.



RAIFFEISEN

 **FAMSA**

Frutiger

Allianz 

MOBIVAL


**PASSE
MONTAGNE**

**PO
MO
CA**
SWISS MADE

Sport
Liberty-Mountain

SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

INFORMATION GENERALE GENERAL INFORMATION

0715

Contrôle du matériel de DVA à l'entrée des cars , embarquement à Massongex

Equipment and DVA control when leaving Massongex by bus



RAIFFEISEN



FAMSA

Frutiger

Allianz

MOBIVAL


**PASSE
MONTAGNE**

**PO
MO
CA**
SWISS MADE

Sport
L'Équipement

SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PROGRAMME GENERAL
GENERAL PROGRAMME
0730 OBLIGATOIRE

Pour tous les coureurs : départ des cars de Massongex
2 cars sont réservés pour les catégories **FUN POP** et juniors
(dossards jaune 500 - 550 / dossards bleu 600 à 699)

Mandatory for ALL competitors: bus departure at Massongex.
2 buses are reserved for fun pop and juniors



Les véhicules des coachs et spectateurs sont parkés à 15 min à pied du lieu de départ. Bus navette à disposition

The vehicles for coaches and spectators are parked at 15 minutes away (on foot) from the departure area. Free shuttle bus available.

RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PROGRAMME GENERAL GENERAL PROGRAMME

Effets personnels à déposer à la sortie du car.

Attention ! Pour le grand parcours A, départ de Vérossaz

0850

Se présenter sur la ligne de départ

Coureurs avec N° rouge sur 1^{ère} ligne

Séniors	1 à 20
Séniors I	165 à 178
Séniors II	340 à 344
Dames	430 à 434
Espoirs	480 à 485



NOUVEAU : Départ de la compétition à pieds sur une distance de environ 700m, skis attachés au sac

RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PROGRAMME GENERAL GENERAL PROGRAMME

0900

Départ coupe suisse – dossard blanc

Parcours A - Vérossaz

0915

Départ des catégories –
juniors – dossards jaune

FUN POP – dossards bleu

Parcours B et C - Les Cerniers

0915

Départ COUPE Cadets - dossards vert

Parcours D - Chindonne

1030

Arrivée des premiers concurrents aux **Cerniers**



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PROGRAMME GENERAL GENERAL PROGRAMME

AIRE D'ARRIVEE

Ravitaillement - Récupération des affaires personnelles



Retour en car à Massongex
Return by bus in Massongex

RAIFFEISEN

 **FAMSA**

Frutiger

Allianz 
MOBIVAL


**PASSE
MONTAGNE**

**PO
MO
CA**
SWISS MADE

Sport
Liberty Mountain

SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PROGRAMME GENERAL GENERAL PROGRAMME

DOUCHE

Dames & juniors : vestiaires et douches salle de gym centre scolaire

Hommes: vestiaires et douches sous-sol salle polyvalente

SHOWER

Women : dressing room and shower at the "Salle de gym"

Men : dressing room and shower at the "Salle polyvalente"

1200

Repas à la salle polyvalente

Massages pour coureurs - avec *sky physio* - *swissmassage*

Warm meals served at the "Salle polyvalente"

Massage for the competitors

RAIFFEISEN

 **FAMSA**

 **Frutiger**

 **Allianz**
 **MOBIVAL**

 **PASSE
MONTAGNE**

 **POMOCRA**
SWISS MADE

 **Sport**
L'Équipe Magazine

SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PROGRAMME GENERAL GENERAL PROGRAMME

Dès 1200

Stands matériels

Tirages au sort des dossards – nombreux prix

1430

Affichage des résultats officiels **Official results display**

1500

Cérémonie de remise des prix

Prix jusqu'à la 15^{ème} place pour certaines catégories

Titles and prizes distribution ceremony

1700

Soirée bénévoles et coureurs - Raclette

Dinner

RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS A - départ Vérossaz 0900
DAMES - ESPOIRS – SENIORS – dossard blanc

PROFIL ELITE RACE

dénivellation

+ 2100 / - 1695 m



Les parcours ne seront ni balisés ni sécurisés jusqu'au jour de la course
Selon les conditions du jour, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours

RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



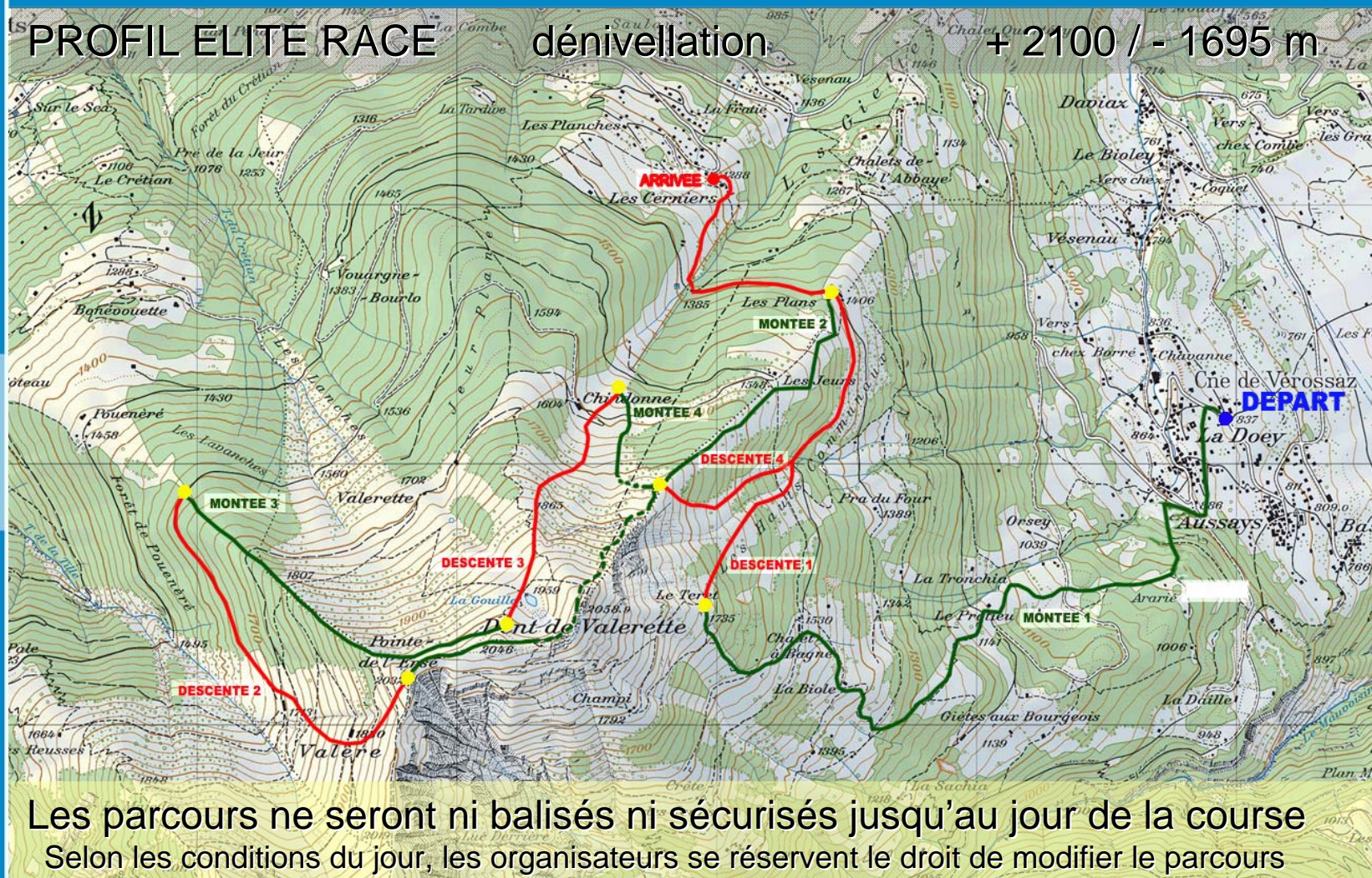
swiss ski mountaineering
Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS A - départ Vérossaz 0900
DAMES - ESPOIRS - SENIORS

PROFIL ELITE RACE dénivellation + 2100 / - 1695 m



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



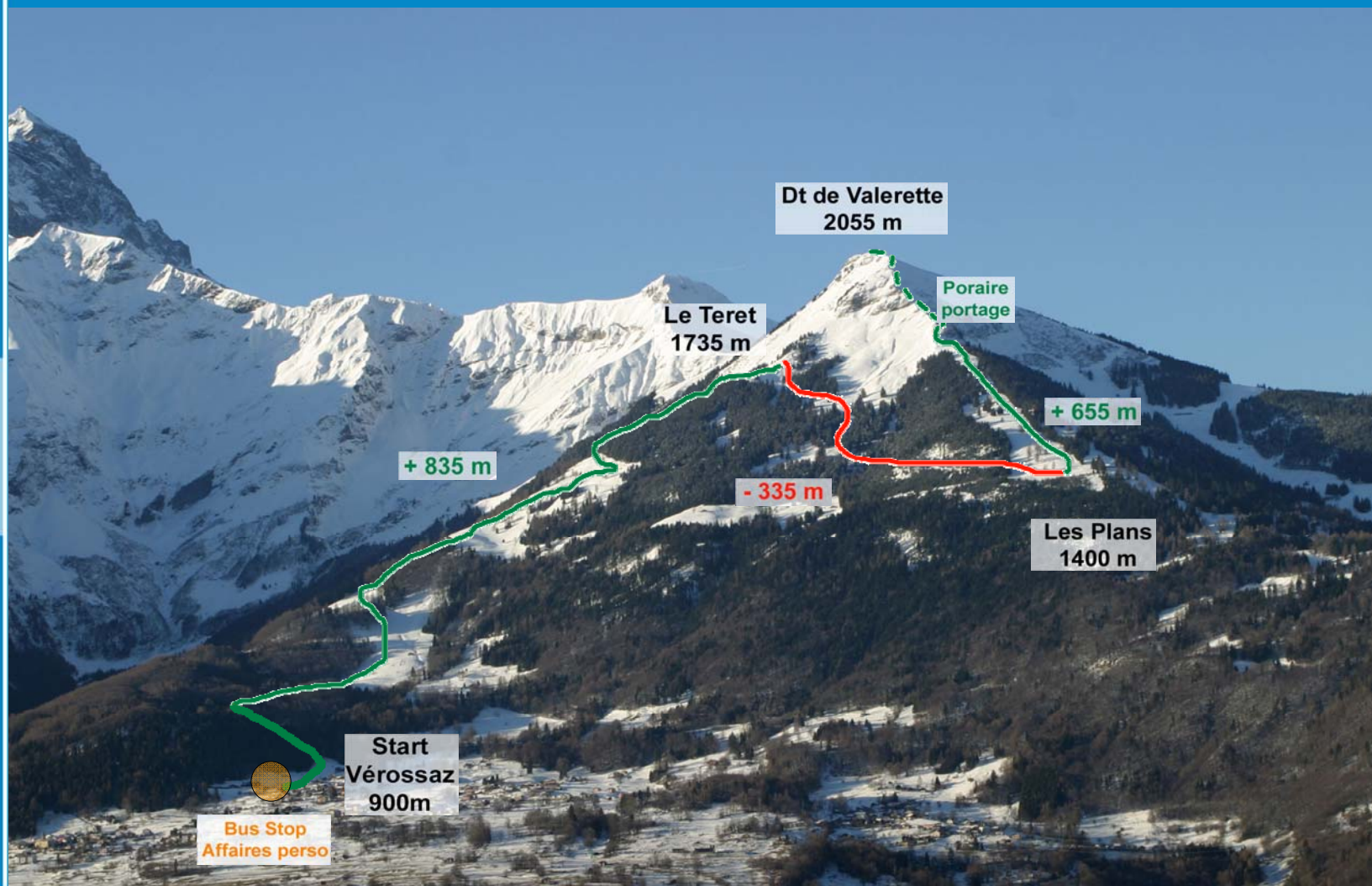
swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS A - départ Vérossaz 0900
DAMES - ESPOIRS - SENIORS



RAIFFEISEN

FAMSA



SAMEDI
25 JANVIER
2014



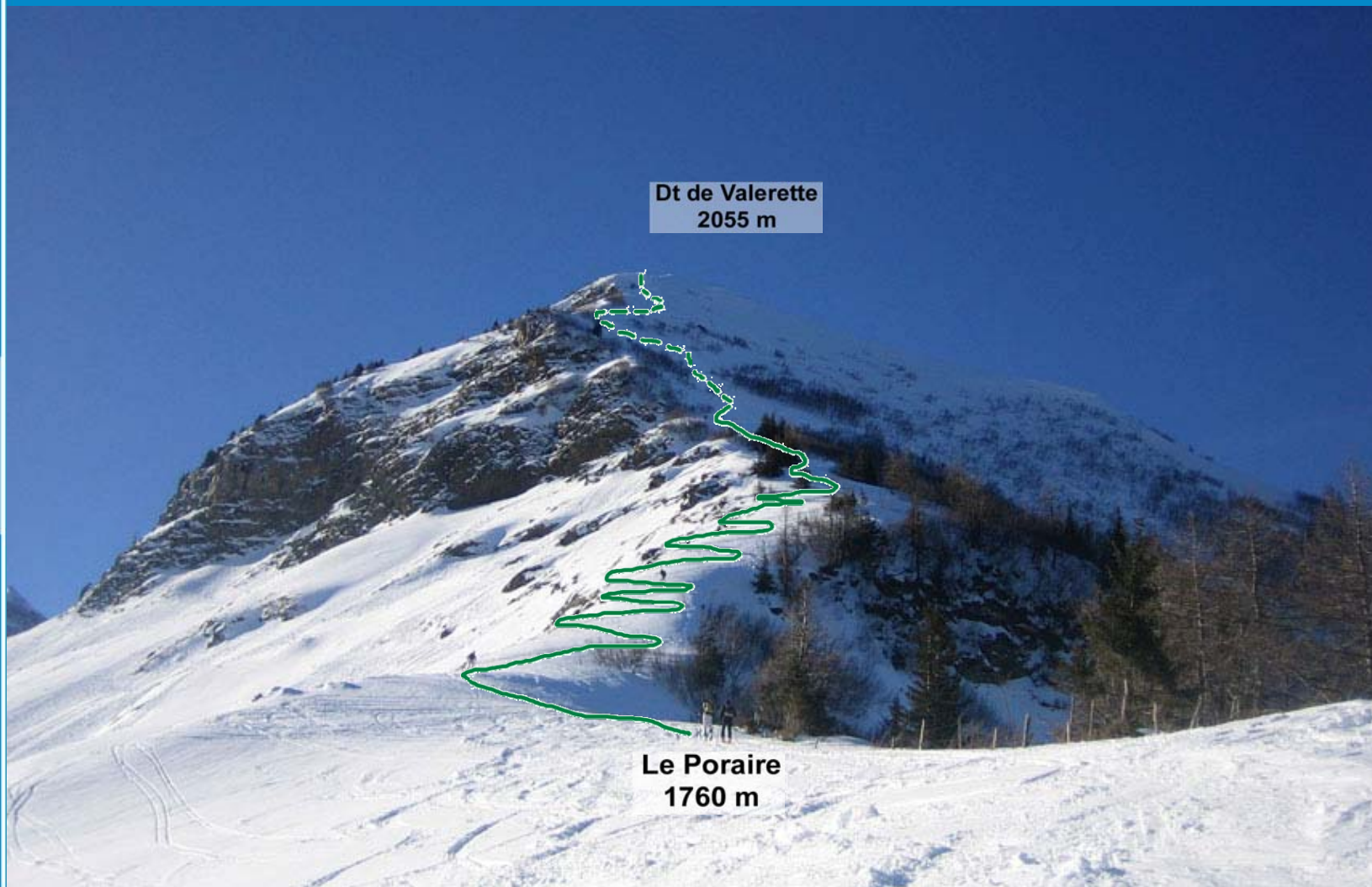
swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS A
DAMES - ESPOIRS - SENIORS



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS A DAMES - ESPOIRS - SENIORS



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS A DAMES - ESPOIRS - SENIORS



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS B départ Les Cerniers 0915
JUNIORS Garçons et Filles – 18- 20 ans – dossard jaune

PROFIL

dénivellation

+ 1315/ -1365m

2200

Valerette 2055 m
Pointe de l'Erse

Pin de Sucre 2050 m

2000

1800

Poraire 1760 m

1600

1630 m
Valère d'en bas

Chindonne
1600 m

1400

ARRIVEE Les Cerniers
1290 m

1200

DÉPART Les Cerniers 1340 m

1000

900

0

2

4

6

8

10

12

Les parcours ne seront ni balisés ni sécurisés jusqu'au jour de la course
Selon les conditions du jour, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours

RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering
Club Alpino Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpino Svizzer



www.sc-cime-est.ch

www.valerettealtiski.ch

PARCOURS B départ Les Cerniers 0915

JUNIORS Garçons et Filles – 18- 20 ans – dossards jaune

PROFIL

dénivellation

+ 1315/ -1365m



Les parcours ne seront ni balisés ni sécurisés jusqu'au jour de la course
Selon les conditions du jour, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours

RAIFFEISEN

FAMSA

Frutiger

Allianz
MOBIVAL

PASSE
MONTAGNE

PO
MO
CA
SWISS MADE

Sport
L'Équipe Magazine

SAMEDI
25 JANVIER
2014



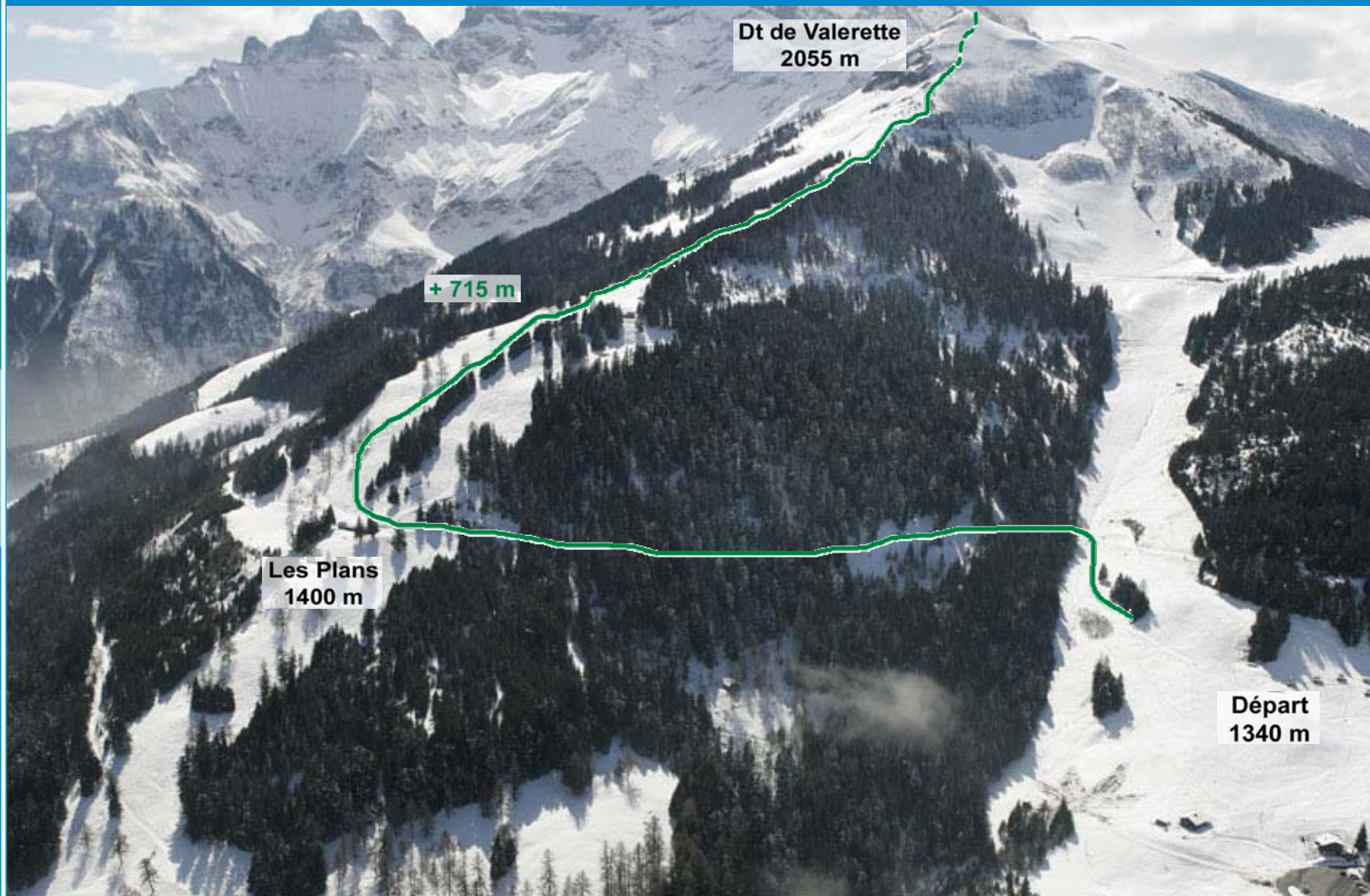
swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS B - départ Les Cerniers 0915
JUNIORS Garçons et Filles / 18- 20 ans / dossards jaune



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS B
JUNIORS Garçons et Filles / 18- 20 ans / dossards jaune



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering
Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS B

JUNIORS Garçons et Filles / 18- 20 ans / dossards jaune



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer

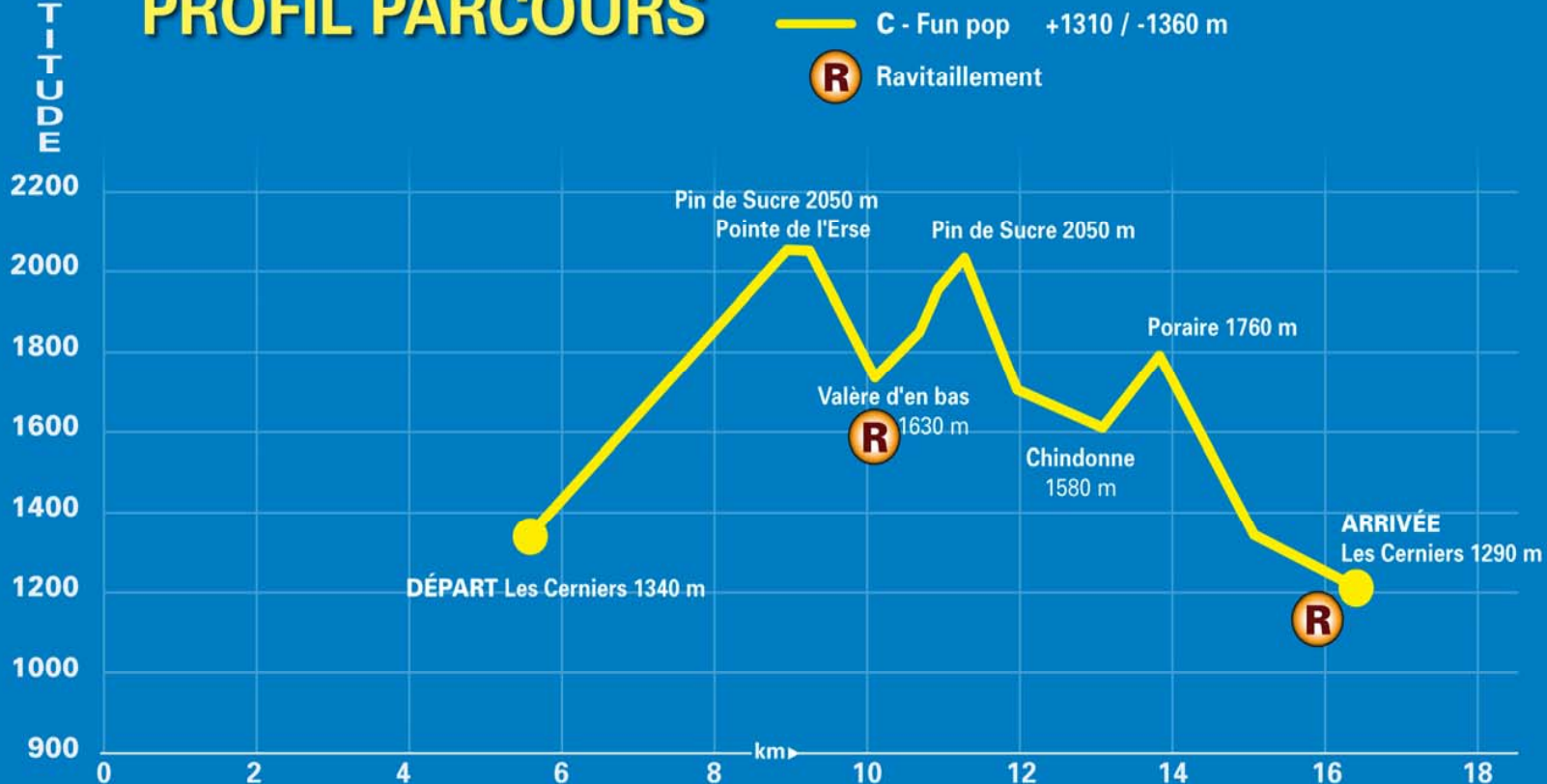


www.valerettealtiski.ch

PARCOURS C départ Les Cerniers 0915
FUN POP – dossard bleu

ALTITUDE

PROFIL PARCOURS



Les parcours ne seront ni balisés ni sécurisés jusqu'au jour de la course
Selon les conditions du jour, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours

RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



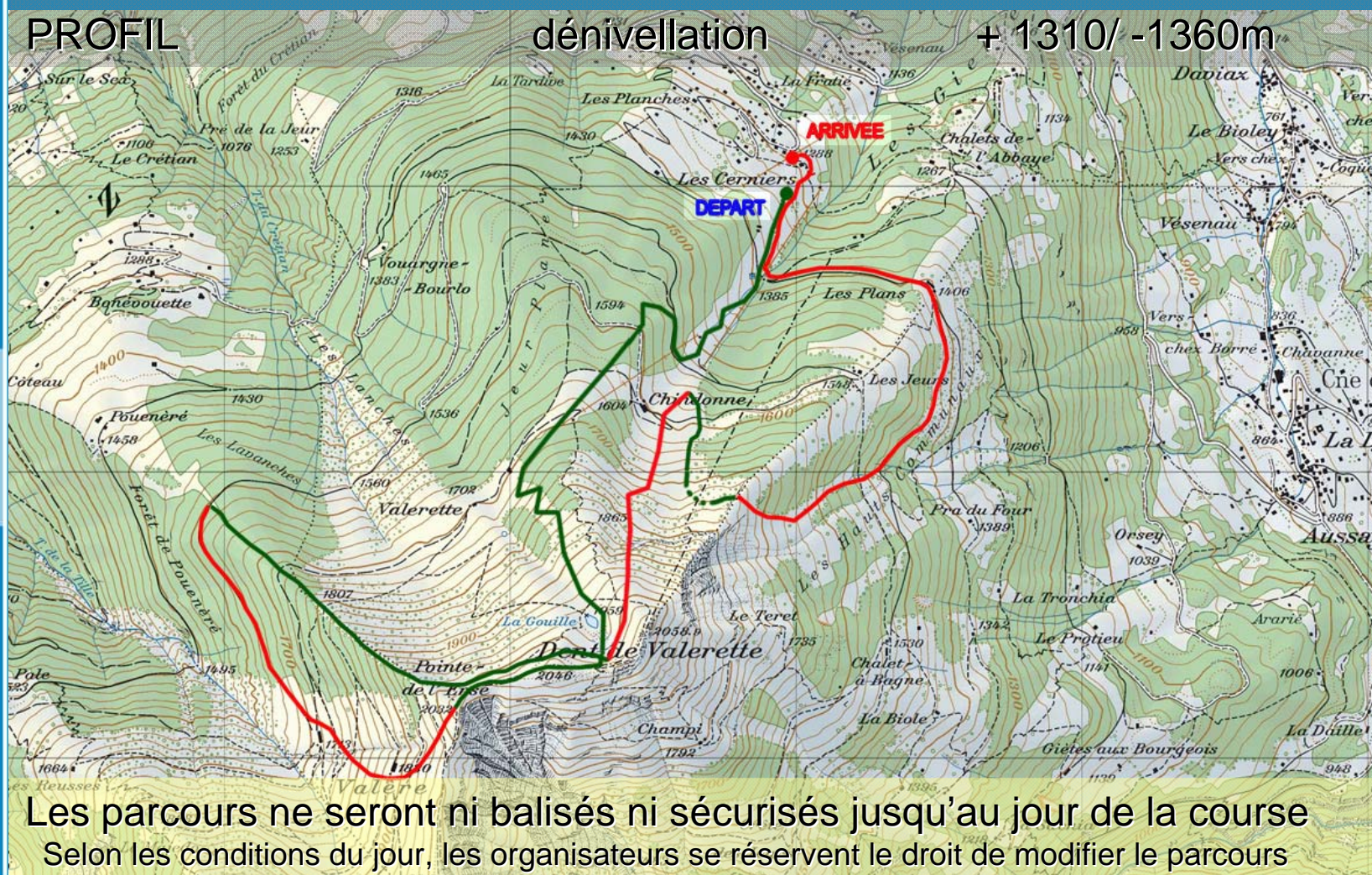
www.valerettealtiski.ch

PARCOURS C départ Les Cerniers 0915
FUN POP – dossard bleu

PROFIL

dénivellation

+ 1310/ -1360m



Les parcours ne seront ni balisés ni sécurisés jusqu'au jour de la course
Selon les conditions du jour, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours

RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



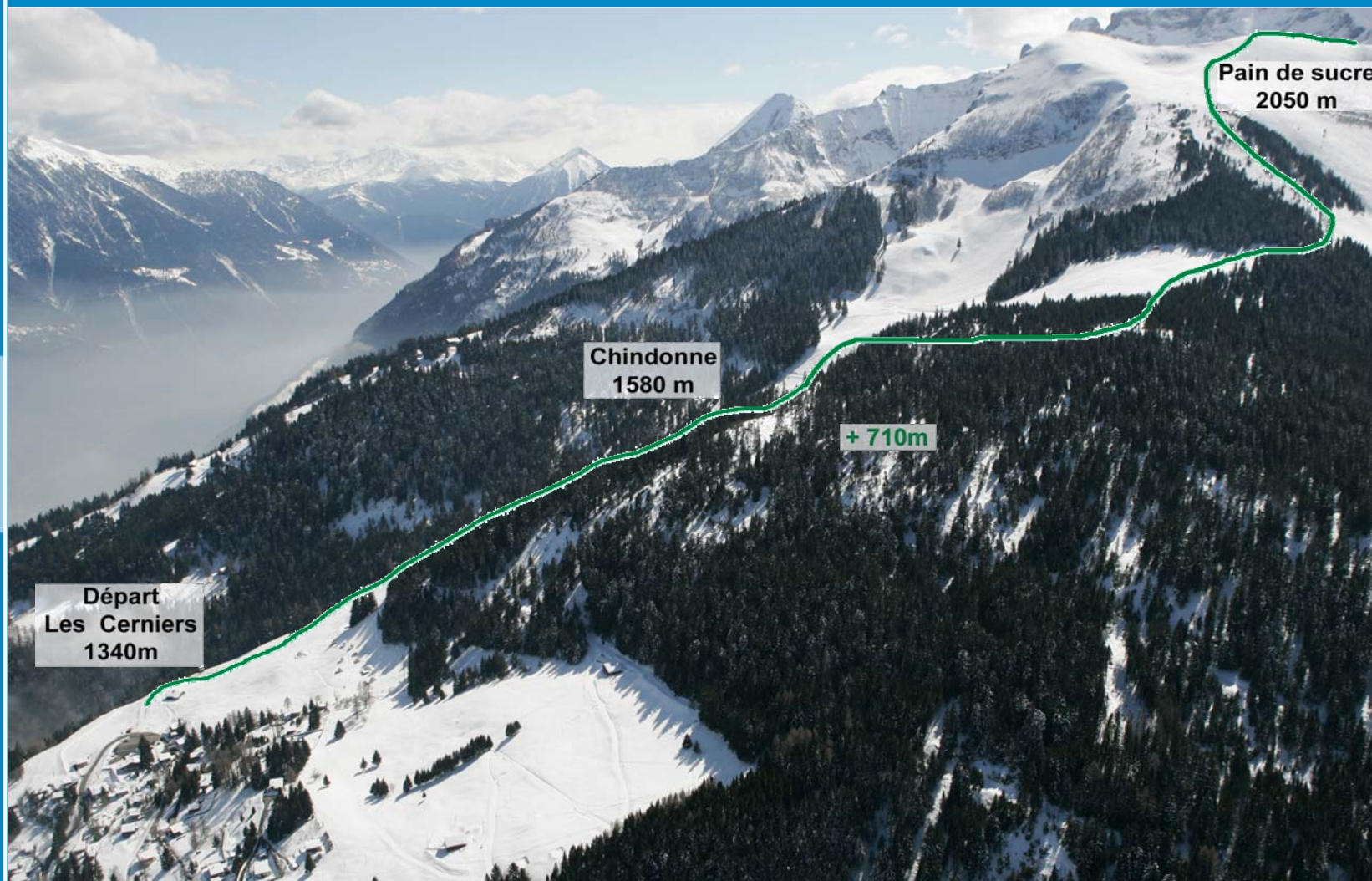
swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS C départ Les Cerniers 0915
FUN POP – dossard bleu



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



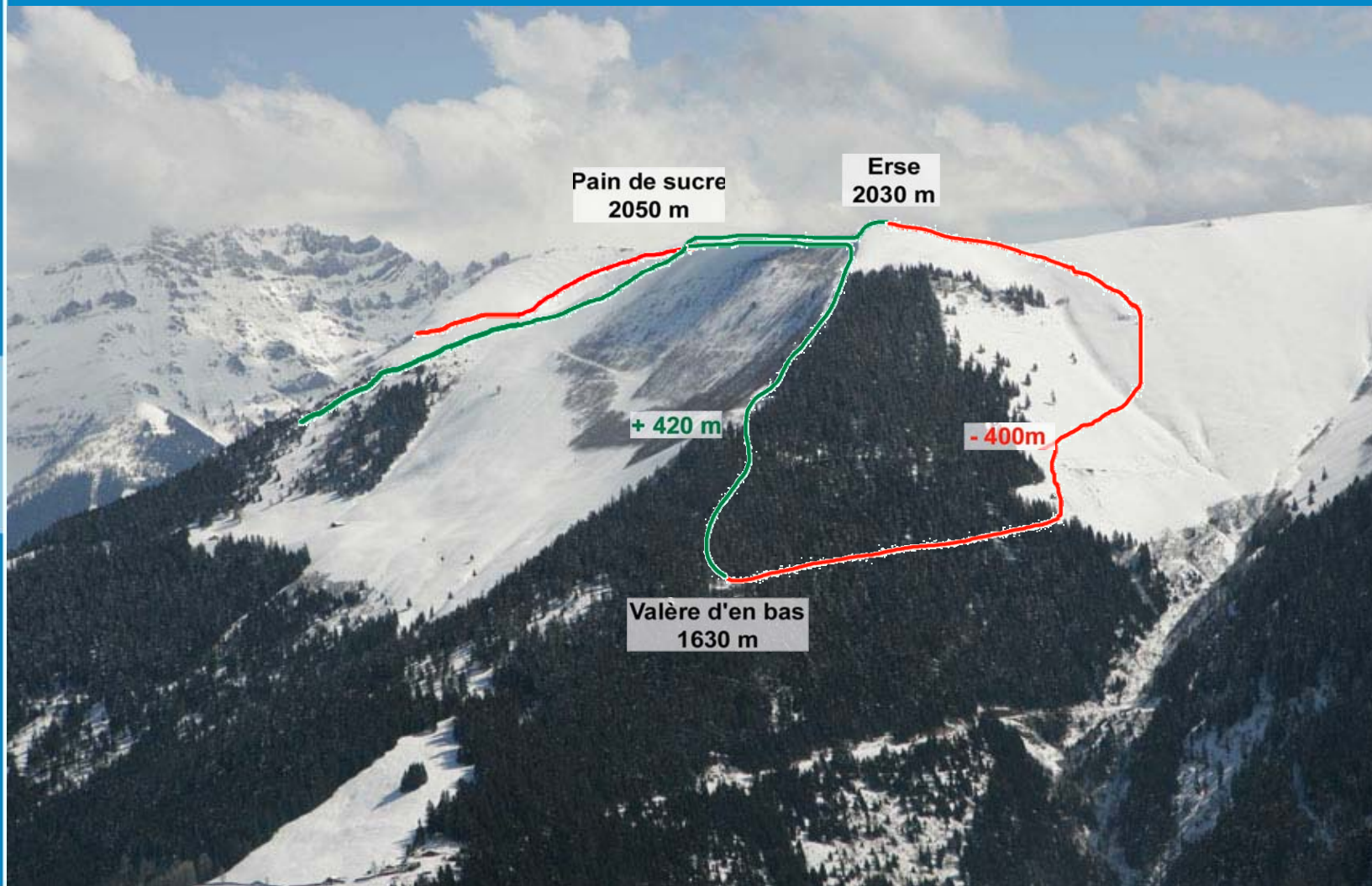
swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpino Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS C départ Les Cerniers 0915
FUN POP – dossard bleu



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS C départ Les Cerniers 0915
FUN POP – dossard bleu



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



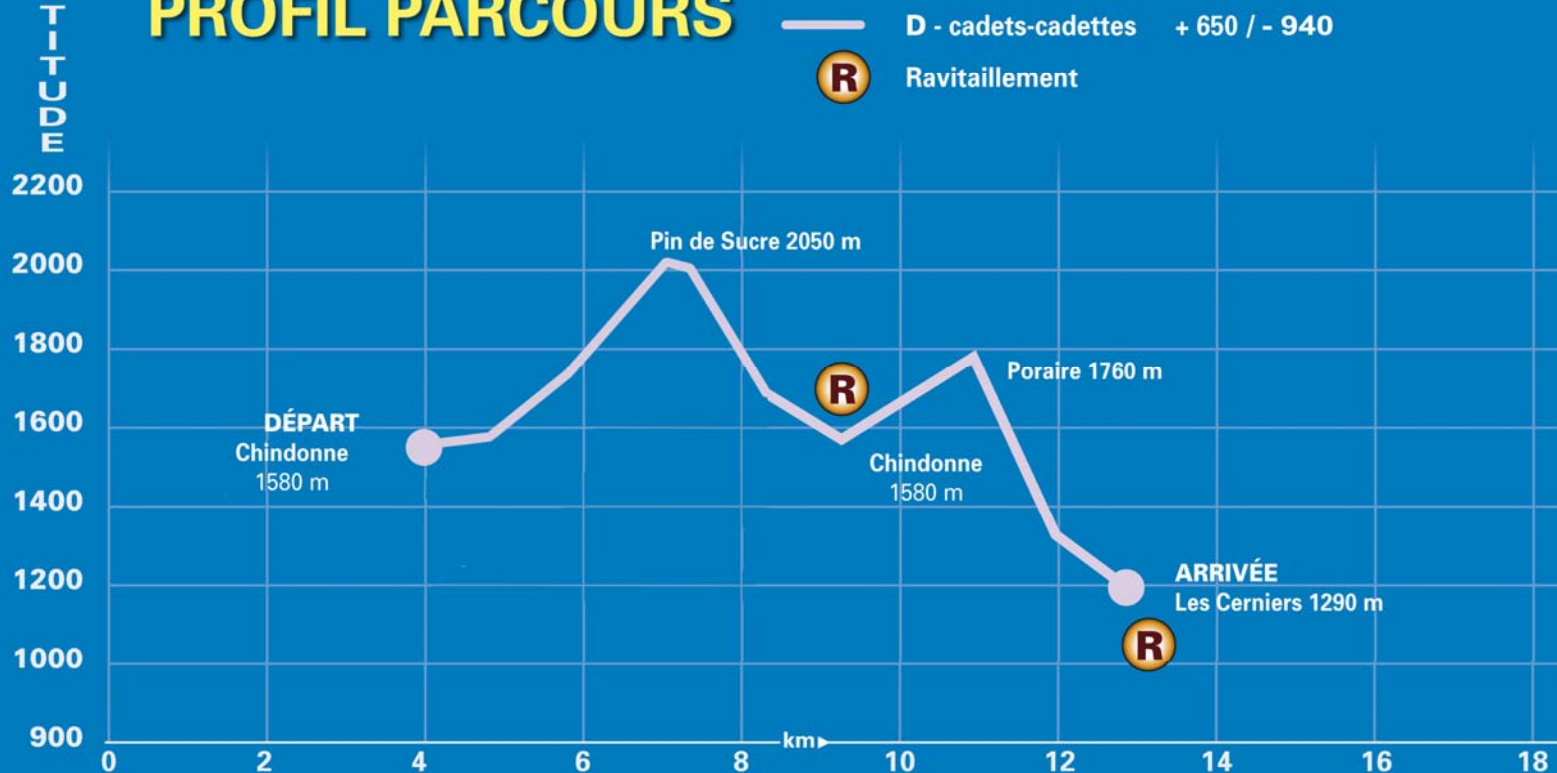
www.valerettealtiski.ch

PARCOURS D départ Chindonne 0915

COUPE Cadets(tes) 15-17 ans Minis 13-14 ans / dossard vert

ALTITUDE

PROFIL PARCOURS



Les parcours ne seront ni balisés ni sécurisés jusqu'au jour de la course
Selon les conditions du jour, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours

RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



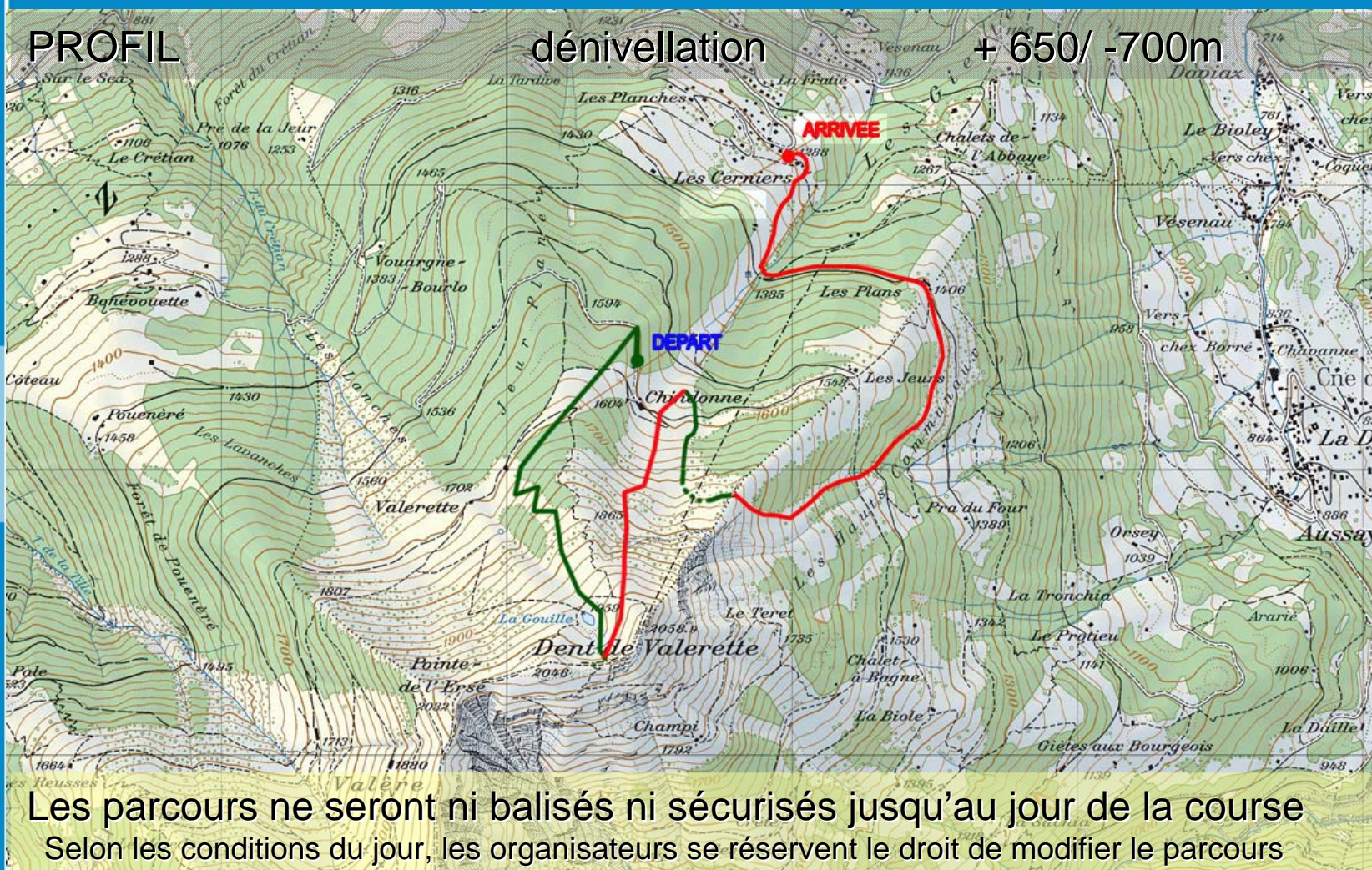
swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS D départ Chindonne 0915
COUPE Cadets(tes) 15-17 ans Minis 13-14 ans / dossard vert



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS D départ Chindonne 0915
COUPE Cadets(tes) 15-17 ans Minis 13-14 ans / dossard vert



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

PARCOURS D départ Chindonne 0915
COUPE Cadets(tes) 15-17 ans Minis 13-14 ans / dossard vert



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering
Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

INSTRUCTIONS INSTRUCTIONS

Port du dossard sur la cuisse droite et sur le sac à dos
Number-card must be worn on the right leg and on the rucksack

Skis attachés sur le sac pour le portage du PORAIRE - obligatoire
Le 2^{ème} portage - *skis sur le sac facultatif*

The ski must be attached on the bag for the portage

Effets personnels à déposer à la sortie du car
Personal belongings to be deposited at the exit car

RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

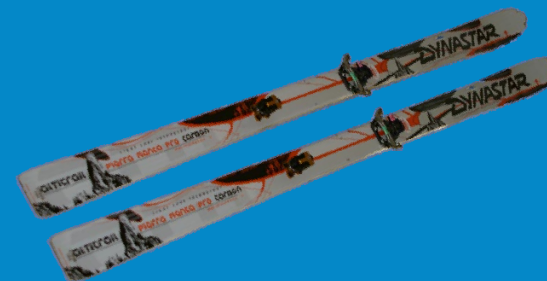
Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

MATERIELS OBLIGATOIRES (1) MANDATORY EQUIPMENT

Skis avec fixations
Skis with bindings



Chaussures



Bâtons
Skis poles



Paire de peaux
Skins



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering
Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

MATERIELS OBLIGATOIRES (2) MANDATORY EQUIPMENT

Vêtements haut du corps manches longues. Minimum 3 couches dont 1 coupe vent

Upper body clothing with long sleeves. Minimum 3 layers incl. 1 windstopper

Vêtements bas du corps. Minimum 2 couches dont 1 coupe vent

Lower body clothing with long pants. Minimum 2 layers incl. 1 wind stopper



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

MATERIELS OBLIGATOIRES (3) MANDATORY EQUIPMENT

DVA 457 Mhz

Pelle à neige avec manche
Snowshovel



Sonde (2.40 m minimum / Ø 10 mm)
Snowprobe



Couverture de survie
Survivalblanket



Casque de ski alpinisme homologué UIAA
Helmet



RAIFFEISEN

FAMSA

Frutiger

Allianz
MOBIVAL

PASSE
MONTAGNE

PO
MO
CA
SWISS MADE

Sport
Liberty Mountain

SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

MATERIELS OBLIGATOIRES (4) MANDATORY EQUIPMENT

Lunettes de soleil
Sunglasses



Gants portés, couvrant la totalité de la main
Gloves on, covering the whole hand till the wrist



Bonnet ou bandeau
Hator similar



Carte d'identité
Identity card



Sac à dos
Rucksack



RAIFFEISEN



SAMEDI
25 JANVIER
2014



swiss ski mountaineering

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.valerettealtiski.ch

BONNE COURSE A TOUS

Voir également règlement 2014 de la Coupe Suisse
www.sac-cas.ch

ENVIRONNEMENT

Chaque concurrent est rendu attentif à la nécessité de ménager
l'environnement

FAIR PLAY

Laisser la trace à un coureur plus rapide

UN GRAND MERCI A NOS PARRAINS
ET NOS PARTENAIRES

RAIFFEISEN



FAMSA

