

Club alpin suisse

Section Moléson

Groupe alpinisme juvénile

## Programme 2012 AJIENS

### **L'alpinisme juvénile (AJ) en quelques mots**

L'AJ offre aux enfants qui le pratiquent la possibilité de découvrir la montagne par le plaisir, par le jeu et par l'effort librement consenti. L'expérience préalpine et alpine au travers d'un groupe implique d'une part, un esprit de tolérance et, d'autre part, une relation de confiance et d'estime réciproque.

Les activités de l'AJ, outre les joies sportives procurées, permettent à l'enfant de prendre confiance en lui, de développer sa sûreté de jugement, de faciliter ses prises de décision, d'apprendre à se fixer des buts et de renforcer son équilibre personnel.

### **Buts**

Les buts de l'AJ, formulés par le CAS, visent avant tout à :

- contribuer au développement de l'enfant de façon harmonieuse
- offrir la possibilité de découvrir l'alpinisme avant l'adolescence
- promouvoir des comportements axés sur la prévention des accidents

### **Agés requis**

L'âge requis par le CAS pour la pratique de l'AJ est de **10 ans révolus au cours de l'année** où la demande d'adhésion est présentée. La transition à l'OJ (Organisation Jeunesse) devrait se faire de manière souple à 14 ans.

### **Sécurité**

L'application des normes de sécurité est un principe fondamental de la pratique de la montagne. Elle reste donc le souci permanent des responsables de l'AJ. Dans cette optique, la présence **d'un adulte pour 3 enfants** au plus est une exigence formelle non négociable.

### **Assurances**

L'enfant doit être assuré contre les accidents. D'autre part, tous les membres jeunesse deviennent automatiquement et sans frais membre-donateur de la REGA. Ils bénéficieront alors de toutes les prestations de la REGA.

### **Renseignements**

Informations générales : [www.cas-moleson.ch](http://www.cas-moleson.ch)

Antoinette Messner, Marly, téléphone 026/436 23 84 courriel :

[antoinette.messner@bluewin.ch](mailto:antoinette.messner@bluewin.ch) , ainsi que l'équipe d'encadrement se tiennent volontiers à disposition des parents, des enfants et des accompagnants qui souhaitent obtenir des informations supplémentaires en vue de leur participation aux activités de l'AJ.



L'AJ à la Sidelenhütte, été 2011

## Informations concernant les courses

### Inscription

L'inscription doit être effectuée auprès du chef de course (téléphone ou email), **au plus tard le mercredi précédant le jour de la course**. En raison des impératifs liés à l'encadrement et au transport, l'inscription tardive ne pourra en principe plus être prise en considération. Pour le mur d'escalade et pour le Pont de Pérolles, il n'y a pas d'inscription.

**Pour les activités de plusieurs jours, le délai d'inscription figure dans le programme.**

### Conditions de participation aux courses

Les courses et activités sont réparties en 3 catégories et demandent les exigences suivantes :

<b>Tous :</b>	tous les ajiens (groupes à niveau)
<b>Cours de base (CB) :</b>	ajiens ayant participé aux activités des 21 et 22 avril 2012 (weekend du Hohberg) respectivement des 16 et 17 juin 2012 (cours de base haute montagne).
<b>Bon skieur(se) (BS) :</b>	ajiens capables de skier hors piste.
<b>Ajiens expérimentés (AE) :</b>	membre de l'AJ depuis 1 année minimum avec participation <u>régulière</u> aux courses
<b>Année de naissance</b>	les années de naissance sont précisées pour certaines activités (courses de transition AJ/OJ, camp d'été et pont de Pérolles) en fonction des difficultés. <b><u>A respecter SVP</u></b>

### Lieu de rendez-vous et de retour des courses

Pour toutes les courses **sans directive particulière**, le lieu de rendez-vous et de retour est le Parking de la Chassotte. Pour le mur d'escalade de la Porte de Morat, les participants se rendent directement au mur.

L'heure du **retour** sera communiquée aux parents le jour même de la course.

### Météo

Si la météo est incertaine, il y a lieu de se renseigner le matin même de la course auprès **du chef de course**.

### Equipement de base

**Souliers de marche**, chaussons d'escalade ou baskets, habits de montagne, gants et bonnet, sac à dos, pique-nique pour la journée, lunettes de soleil, crème solaire, baudrier, casque, descendeur, anneau de cordelette, sangle, 3 mousquetons de sécurité, guêtres et chaussettes de rechange pour les courses sur neige, bâtons de ski pour les courses en raquettes.

**Des baskets ne sont pas** des chaussures adaptées pour la montagne. Le chef de course peut **refuser** de prendre un enfant mal équipé.

Les enfants effectuant leur 3ème et 4ème année d'AJ doivent être en possession de leur propre équipement de base.

### Emprunt de matériel

Les enfants effectuant leur **1ère** ou **2ème** année et participant régulièrement aux activités de l'AJ peuvent emprunter pour

- o **la saison d'hiver :**

Le matériel prêté durant la saison d'hiver est composé de 2 blocs-fixations et de 2 peaux (prix de 20.-, caution de 100.-). Le matériel pourra être obtenu à la réunion de parent le mardi 10 janvier 2012 au local OJIENS (chalet d'ARSENT) et est ramené à notre adresse (Antoinette Messner, rte de Pfaffenwil 11, 1723 MARLY) au plus tard le 25 mars 2012, date de la dernière course à ski.

- o **la saison d'été :**

Le matériel prêté durant la saison d'été est composé d'un baudrier, de 3 mousquetons à vis, d'une cordelette, d'une sangle « Mammüt » (prix de fr.20.-, caution de 100.-). Ils pourront l'obtenir le **vendredi 09 mars 2012 au mur de grimpe à 18:00**. Ce matériel sera restitué **le vendredi 16 novembre 2012 au mur de grimpe**. Quelques casques et des chaussons d'escalade sont disponibles (demande à faire lors de l'inscription au chef de course).

Par sa signature, le représentant légal endosse la responsabilité du matériel emprunté et le respect de son utilisation. En effet, le matériel emprunté ne doit être utilisé que par l'enfant qui en a fait la demande et uniquement pour les activités organisées par l'AJ Moléson, ou encore, pour d'autres activités sous la responsabilité d'un moniteur compétent reconnu par notre section.

## **Groupe d'escalade sportive**

Dans le cadre de la section Moléson du CAS, un entraînement hebdomadaire est organisé au mur d'escalade de la porte de Morat.

Cet entraînement est ouvert aux ajiens et ojiens membres depuis une année, sur recommandation du responsable AJ ou OJ.

Une fois l'enfant inscrit, sa participation régulière aux entraînements est exigée.

Une finance d'inscription supplémentaire de 200.- est demandée pour participer à cette activité.

**Cette activité est indépendante de l'AJ, la personne de contact est :**

**Jean-Michel Gardaz** (gardaz.cottier(at)bluewin.ch). L'inscription se fait par email.

## **REUNION D'INFORMATION POUR LES PARENTS**



**Une réunion d'information pour les parents**, présentant les activités de l'AJ, aura lieu :

**Le mardi 10 janvier 2012 à 19h30**

Chalet d'Arsent, local OJ  
(rte d'Arsent 3, Fribourg)

N.B. : lors de cette réunion, **une distribution de matériel d'hiver** est également prévue (peaux et blocs de fixation)

## PROGRAMME AJIENS 2012

### BOURSES DE MATERIEL DE MONTAGNE POUR ENFANTS

**Le mardi 10 janvier 2012**

au chalet d'ARSENT (local OJ)

entre 19h30 et 21h

**ET le vendredi 27 avril** (local OJ)

entre 18h et 19h

Ces bourses offrent la possibilité de vendre du matériel inutilisé et bien sûr de se procurer du matériel d'occasion.

**Chers Ajiens chevronés, nous attendons donc vos :**  
chaussures de randonnées, chaussons d'escalade, baudrier, casque, sac à dos, guêtres, souliers de ski, ski de rando, habits spécifiques à la montagne...

© www.pistes2012.fr

Date	Ho-raire	Prix	Condi-tions	Lieu	Chef course Tél. pour inscriptions	Description de l'activité
27-28 décembre 2011 (mardi-me)	8 :00	50.-	tous	Chalet du Hohberg	Dominique Delaquis 079/3728737 dolby@bluewin.ch	<b>Camp de Noël 2011</b>
10.01.12 mardi	19.30		Parents et Ajiens	Chalet d'Arsent, local OJ (rez-de- chaussée) Rte d'Arsent 3, Fribourg	Antoinette et Toni Messner 026/4362384	<b>REUNION D'INFORMATION</b> pour les parents présentant les activités de l'AJ  <b>DISTRIBUTION MATERIEL HIVER</b> (BLOCS DE FIXATION ET PEAUX) Reddition 25 mars 2012 (rte de Pfaffenwil 11, 1723 Marly)  et <b>BOURSE</b>
Prendre <b>CHF 120.-</b> , (prix 20.- et caution 100.-) pour le matériel prêté						
13.1.12 vendredi	18.00 20.00	-	Tous	<b>Mur d'esca- lade porte de Morat</b>	Laurent Gardoni	Entraînement et escalade sur une paroi artificielle
15.01.12 dimanche	à fixer	15.-	Tous		Nicolas Rueger 026/4666063 famille.ruegger@bluewin.ch	<b>Cours avalanche</b> avec la section et OJ. Ski de randonnée ou raquettes <b>Rendez-vous selon bulletin du club</b>
29.1.12 dimanche	08.00	15.-	BS	<b>Course à ski. Lieu à définir</b>	Claude Monney 026/401 77 48 claud.monney@bluewin.ch	Randonnée à ski.
03.02.12 vendredi	18.00	10.-	Tous	<b>Raquettes et fondue au clair de lune</b>	Laurent Nyffenegger 026/413 43 44 yolosala@bluewin.ch	Raquettes. <b>Ne pas oublier les bâtons de ski ! RV au parking du restaurant du PRoTennis à Marly</b>
04.02.2012	08.00	15.-	AJ/OJ	<b>Initiation à la cascade de glace</b>	Thomas Martinson 026/422 22 25 martinson@bluewin.ch	A prendre des <b>souliers de skis</b> , vos <b>crampons, casque, et piolet. Habits chauds et imper- méables</b> . Ne pas oublier les <b>gants</b> .
10.02.12 vendredi	18.00- 20.00		Tous	<b>Mur d'escalade porte de Morat</b>	Alain Rime	Entraînement et escalade sur une paroi artificielle
18-19- 20.02.12	8 :00 (same- di)	170.-	Bon skieur ! AJ/OJ	<b>Mini camp de peau de pho- que :</b> Lieu à définir	Responsable à définir (si aucun responsable n'est trouvé, <b>le camp n'aura pas lieu</b> )	Une liste de matériel vous sera envoyée en temps voulu. <b>Inscription jusqu'au 15 janvier 2012)</b>
28.02.2012	19 :30		moni- teurs, accom- pa- gnants et guides	<b>Soirée fondue au chalet d'ARSENT</b>	Antoinette Messner  079/5122109	Bonne humeur !
09.03.12 vendredi	18.00- 20.00	-	Tous	<b>Mur d'esca- lade porte de Morat</b>	Toni Messner	Entraînement et escalade sur une paroi artificielle

Date	Ho-raire	Prix	Condi-tions	Lieu	Chef course Tél. pour inscriptions	Description de l'activité
10-11 mars 2012 samedi et dimanche	09.00	40.-		Région du Gantersch	Alain Rime 026/401 40 62 famille.rime@bluewin.ch	Nuit dans un igloo et course à ski  <b>Matériel supplémentaire</b> : gants, chaussettes de rechange, pantalon chaud, pique-nique pour 2 repas de midi, thermos de thé chaud. Sac de couchage et matelas Therm-a-Rest. <b>Inscription</b> : jusqu'au 3 mars au plus tard
25.03.12 dimanche	08.00	-	BS	Lieu à définir	Nicolas Rueger 026/4666063 famille.ruegger@bluewin.ch	Course à ski
21-22 avril 2012 samedi et dimanche	13.00	30.-	Tous	Cours de base Chalet Hoh-berg	Bénédicte Gardoni 026/4363829 laurent.bene@bluewin.ch	Randonnée et exercices d'encordement et d'orientation  <b>Matériel supplémentaire</b> : training, trousse de toilette, gants, guêtres, chaussettes de rechange, pantalon imperméable, pique-nique pour le repas de midi (le souper et le petit-déjeuner sont pris au chalet)
27.04. 2012 vendredi	18.00 20.00	-	Tous	Local OJ Matériel et BOURSE	Toni Messner	<b>DISTRIBUTION MATERIEL ETE ET REDDITION MATERIEL HIVER</b>  <b>BOURSE</b> : vente et achat de matériel à bas prix
04.05.2012 vendredi	18.00 20.00	-	Tous	Mur d'escalade, porte de Morat	Claude Monney	Entraînement et escalade sur une paroi artificielle
12-13 mai 2012 samedi et dimanche	08.30	40.-	Tous	Week-end surprise	Bernard Muheim 026/4930364 bernard@une-bonne-idee.ch	Escalade ou randonnée et camping. Surprise(s) du guide et des monos OJ  <b>Matériel supplémentaire</b> : training, trousse de toilette, sac de couchage, pique-nique pour les repas de midi (le souper et le petit-déjeuner sont organisés) <b>Inscription</b> : jusqu'au 2 mai 2012 au plus tard
25.05.12 vendredi	18.00 20.00	-	Tous	Escalade au Pont de Pérolles (côté Marly)	Thomas Martinson	Entraînement et escalade sur une paroi artificielle. <b>Rendez-vous directement sous le pont</b>
03.06.12 dimanche	08.30	15.-	Tous	Escalade extérieure. Lieu à définir	Stéphane Cosandey 026/ 475 48 50 st.cosandey@bluewin.ch	Escalade extérieure
<b>Matériel supplémentaire</b> : carte d'identité et attestation écrite des parents autorisant le déplacement de leur enfant avec le groupe						

Date	Ho-raire	Prix	Condi-tions	Lieu	Chef course Tél. pour inscriptions	Description de l'activité
16-17 juin 2012 amedi et dimanche	06.00	50.-	Tous	Cours de base Chamonix	Jean-Michel Gardaz 026/4754561 jean-michel.gardaz@bafu.admin.ch	<b>samedi</b> : initiation à la technique sur glacier <b>dimanche</b> : escalade  <b>Matériel supplémentaire</b> : sac de couchage, training, trousse de toilette, chaussons d'intérieur, gants chauds et imperméables, guêtres, chaussettes de rechange, pantalon chaud, piolet et crampons (possibilité d'en réserver à l'inscription), pique-nique pour 2 repas de midi, thermos de thé chaud + <b>carte d'identité et attestation écrite</b> des parents autorisant le déplacement de leur enfant avec le groupe. <b>Inscription</b> : jusqu'au 15 mai 2011 au plus tard
12.06.12 vendredi	18.00 20.00	-	Tous	Escalade au Pont de Pérolles (côté Marly)	Toni Messner	Entraînement et escalade sur une paroi artificielle. <b>Rendez-vous directement sous le pont</b>
1.07.2012 (dimanche)	8.00	15.-	Tous	Escalade extérieure	Alain Rime 026/4014062 famille.rime@bluewin.ch	Escalade extérieure
08.07.12 dimanche	9.00	10.-	Tous	Randonnée dans les Préalpes	Nicolas Rueger 026/4666063 famille.ruegger@bluewin.ch	randonnée
16/17/18/19 août 2012 jeudi au dimanche	A définir	200.-	année de naissance 97/01 CB ou AE*	Cabane du Tourma-gne(VS) Lieu à confirmer	Toni Messner 026/ 436 23 84 toni.messner@bluewin.ch	<b>Camp d'été</b> Escalade, haute montagne  *Un formulaire d'inscription sera envoyé à tous les AJIENS répondant aux conditions de participation.
25-26 août 2012 samedi et dimanche	10.00	50.-	année naissance 97/99 AE OJ/AJ	La Luette	Alain Rime 026/ 401 40 62 famille.rime@bluewin.ch	Haute montagne avec l'OJ  <b>Matériel supplémentaire</b> : idem au cours de base de Chamonix (16-17.6.2012), sans carte d'identité ni attestation des parents <b>Inscription</b> : jusqu'au 20 août au plus tard
31.08.12 vendredi	18.00 20.00	-	Tous	Mur d'escalade, porte de Morat	Sacha Solari 026/3213587 solari@pwnet.ch	Entraînement et escalade sur une paroi artificielle
09.09.12 dimanche	08.00	15.-	année naissance 97/99 AE OJ/AJ	Lieu à définir	Jean-Michel Gardaz 026/4754561 jean-michel.gardaz@bafu.admin.ch	Escalade extérieure
23.09.12 dimanche	8.00	15.-	Tous	Escalade extérieure. Lieu à définir	Laurent Nyffenegger 026/413 43 44 yolosala@bluewin.ch	Escalade extérieure

e	Ho- raire	Prix	Condi- tions	Lieu	Chef course Tél. pour inscriptions	Description de l'activité
28.09.12 vendredi	18.00 20.00	-	Tous	<b>Mur d'esca- lade, porte de Morat</b>	Antoinette Messner	Entraînement et escalade sur une paroi artificielle
07.10.12 dimanche	9.00	-	En famille AJ et pa- rents	<b>Préalpes</b>	Scyboz Pierre 026/ 424 90 52 pierre.scyboz@unifr.ch	Randonnée en famille (attention les frères et sœurs des AJIENS doivent savoir marcher durant quelques heures).
16.11.12 vendredi	18.00 20.00	-	Tous	<b>Mur d'esca- lade porte de Morat</b>	Messner Antoinette	<b>Escalade et REDDITION DU MATERIEL D 'ETE</b>