

SAMEDI 23 JANVIER 2010

RAIFFEISEN

[www.valerettealtiski.ch](http://www.valerettealtiski.ch)

# VALERETTE ALTI SKI

19<sup>e</sup> édition  
COURSE DE SKI ALPINISME  
individuelle

COURSE POPULAIRE  
COUPE SUISSE

Massongex-Vérossaz  
Valais-Suisse



swiss ski  
mountaineering

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

Organisation:





## BIENVENUE - WILLKOMMEN

### Une course pour la passion du sport!

**Valerette Altiski** est une épreuve de ski alpinisme individuelle faisant partie du calendrier de la Coupe Suisse. Son parcours est rapide et technique. Il comprend 3 passages à plus de 2'000 m au pied des Dents-du-Midi : la Dent de Valerette, le Pain de Sucre et la Pointe de l'Erse.

### Ein Rennen für Leidenschafts-Sportler!

**Valerette Altiski** ist ein individueller Elite- und Volkslauf. Die Strecke ist sehr technisch und schnell. Sie enthält 3 Passagen die über 2000m am Fusse der Dents-du-Midi entlang gehen. Dent de Valerette - Pain de Sucre - Pointe de l'Erse.

## DONNEES GENERALES DE LA COURSE

Parcours	Dénivellation
Dames, Espoirs, Seniors	+1995m /-2360 m
Cadettes - Juniors	+1375m /-1710 m
FUN POP	+1120m /-1510 m

Selon les conditions d'enneigement ou par météo difficile, les organisateurs se réservent le droit de modifier le parcours.

**Catégories Equipement et règlement selon le règlement de la Coupe Suisse [www.sac-cas.ch](http://www.sac-cas.ch).**

**Casque de ski alpinisme obligatoire!**

## INFORMATIONS

Accès route : Autoroute A9 - Sortie Bex - Direction Massongex  
Infrastructure : Dossards - vestiaires - douches - repas à la salle polyvalente de Massongex

## INSCRIPTION sur [www.valerettealtiski.ch](http://www.valerettealtiski.ch)

**Pas d'inscription sur place. Participation limitée à 550 concurrents.**

Délai : Mardi 19 janvier 2010  
Finances : Fr 60.- pour les adultes. / Fr 40.- pour les juniors.  
Prix : Prix souvenir - Repas de midi pour chaque participant, nombreux prix en nature

## PROGRAMME - Samedi 23 janvier 2010

dès 06h30	Distribution des dossards
dès 07h30	Départ des bus avec contrôle du matériel obligatoire
09h00	Départ en ligne des Cerniers
dès 10h30	Arrivée des coureurs
dès 11h30	Massongex: repas chaud servi à la salle polyvalente, stands matériel, projection photos, massage
15h00	Résultats et distribution des prix
dès 17h00	Soirée bénévoles, coureurs, fête du ski alpinisme

**Inscriptions et infos sur [www.valerettealtiski.ch](http://www.valerettealtiski.ch)**

