



LA MONTAGNE ET LE DROIT

**Un garde-chasse se fait
l'avocat des animaux**

**Une autre facette
du BASE jump**

**Aucune paroi ne résiste
à Petra Klingler**

L'ANTRE DU DIABLE

un nouveau terrain de jeu

Avalanches, chutes de pierres, tempêtes: il y a 160 ans, les Alpes étaient encore considérées comme le royaume des esprits, un endroit totalement imprévisible. Puis, des scientifiques et des moines se sont aventurés jusqu'aux sommets. Et ensuite – of course – des Britanniques un peu cinglés.

1336

Le poète Pétrarque gravit le Mont-Ventoux (1912 m): il s'agit de la première ascension dans les Alpes documentée par écrit.

Texte: Matthias Mächler / photo: Bruno Augsburger

1811

Première ascension de la Jungfrau (4158 m).

1857

Création du «Alpine Club» à Londres. Il s'agit de la première association d'alpinisme au monde.

1864

L'hôtelier Johannes Badrutt parie avec des clients du Kulm Hotel à Saint-Moritz que l'endroit leur plairait aussi l'hiver et que dans le cas contraire, il leur rembourserait les frais de voyage. Au printemps, les Anglais, bronzés, retournent à leur brume londonienne. Le tourisme d'hiver est lancé.

1938

Première ascension de la face nord de l'Eiger après les tentatives de 1935 et 1936 qui coûtèrent la vie aux cordées.

2007

Steve Jobs présente le premier iPhone. Début de la saga des smartphones.

1914-1918

La Première Guerre mondiale fait 17 millions de victimes.

1963

Le surfeur américain Tom Sims invente le snowboard.

1865

Première ascension du Cervin par le Britannique Edward Whymper. Quatre de ses compagnons sont victimes d'un accident mortel lors de la descente.

1928

La deuxième édition des Jeux olympiques d'hiver à Saint-Moritz confère à l'Engadine une renommée mondiale.

1996

Le VTT (cross-country) devient une discipline olympique aux JO d'Atlanta.

1330 1740 1750 1760 1770 1780 1790 1800 1810 1820 1830 1840 1850 1860 1870 1880 1890 1900 1910 1920 1930 1940 1950 1960 1970 1980 1990 2000 2010

1744

Des moines de l'abbaye d'Engelberg escaladent le Titlis (3238 m), autrefois considéré comme le plus haut sommet de Suisse.

1789

Début de la Révolution française. George Washington devient le premier président des Etats-Unis.

1848

Naissance de l'Etat fédéral suisse.

1855

La première ascension de la Pointe-Dufour (4634 m) dans le Mont-Rose marque le début de l'âge d'or de l'alpinisme, dont le principal objectif n'est plus d'ordre scientifique mais bien l'aventure en montagne.

1885

L'Allemand Carl Benz invente l'automobile.

1893

Création du premier club de ski de Suisse dans le canton de Glaris.

1904

Quinze associations regroupant 700 membres fusionnent pour devenir la Fédération suisse de ski. Les premiers championnats de ski suisses sont organisés dans le canton de Glaris.

1931

Premiers championnats du monde de ski alpin à Mürren.

1936

Le slalom et la descente font leur apparition aux Jeux olympiques de Garmisch-Partenkirchen.

1976

Premières compétitions avec des vélos transformés. Le premier VTT est attribué à Joe Breeze en 1977.

1948

La cinquième édition des Jeux olympiques d'hiver à Saint-Moritz relance l'intérêt pour les JO.

2016

Sur 2828 personnes secourues dans les montagnes suisses, 113 personnes sont victimes d'un accident mortel, soit 20% de moins que l'année précédente.

1786

La première ascension du Mont-Blanc (4807 m) sans corde ni échelles par le médecin Michel-Gabriel Paccard est considérée comme le point de départ de l'alpinisme.

1832

Le naturaliste soleurois Franz Josef Hugi est le premier à s'aventurer dans les hautes Alpes en plein hiver, au col du Stahlegg.

1863

Création du Club alpin suisse (CAS).

1939-1945

La Seconde Guerre mondiale fait plus de 60 millions de victimes.

1998

Le snowboard devient une discipline olympique.

Chères lectrices, chers lecteurs,

L'appel de la montagne. Elle réclame parfois justice. Et de temps en temps, elle représente un véritable défi, une réalité passionnante que nous connaissons aussi chez Coop Protection Juridique SA. C'est précisément ce qui nous lie à Petra Klingler. Cette athlète d'exception qui fait partie des meilleures grimpeuses mondiales relève chaque jour de nouveaux défis – tout comme nous. Sa réussite sportive et sa nature sympathique nous ont incités, pour la première fois en plus de 40 ans, à entamer un parrainage sportif. Plus d'informations à ce sujet à partir de la page 10.

Il ne s'agit pas que de sponsoring dans ce numéro de CORE. La fascination pour la montagne, qui occupe nos esprits depuis plusieurs mois – notamment de par notre collaboration avec Petra Klingler – y tient aussi une grande place. Nous abordons évidemment la question du droit en montagne, un sujet auquel nous sommes confrontés en permanence et qui peut se décliner sous différents angles, comme en témoignent les portraits que nous vous présentons dans ce numéro: Curdin Florineth, garde-chasse en Engadine qui se considère comme l'avocat des animaux (page 36), le BASE jumper Simon Wandeler qui essaie sans cesse de repousser ses limites (page 18), et Heini Giesker, le «hippie des montagnes» qui déplore le manque de respect des gens vis-à-vis de la nature (page 4).

Vous aussi, partez à la découverte de la montagne!
Je vous souhaite une agréable lecture.



Daniel Siegrist
Coop Protection Juridique SA

Respect, mec!

Le «hippie des montagnes» Heini Giesker exige davantage de respect vis-à-vis de la nature, y compris de sa part.

PAGE 4



Mambo à Mumbai

Aucune paroi ne lui résiste. Et pourtant, Petra Klingler atteint parfois ses limites.

PAGE 10



10 secondes d'éternité

Le BASE jumper Simon Wandeler prend son pied en montagne.

PAGE 18

La demeure des dieux

Les montagnes sacrées de ce monde: au plus près des cieux.

PAGE 24

Un petit pas au mauvais endroit

Notre rédacteur a découvert la fascination du sport – et le revers de la médaille.

PAGE 30

De tout et de rien

Vous trouvez notre travail rébarbatif? Lisez donc ce qui suit.

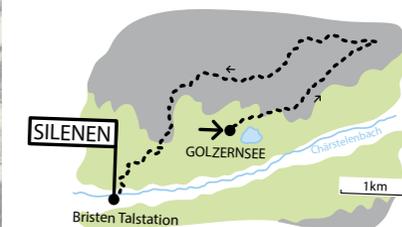
PAGE 34



L'avocat des animaux

Le garde-chasse Curdin Florineth consacre sa vie à la faune de Basse-Engadine.

PAGE 36



Nos randonnées préférées

Les randonnées préférées de nos collaborateurs.

PAGE 42

Des faits et des chiffres

Coop Protection Juridique SA: des montagnes de données à graver!

PAGE 48

Le grand prix de la montagne

Participez à notre concours et vivez une expérience de grimpe inoubliable!

PAGE 50

10 questions à...

Iouri Podlatchikov

Snowboarder et photographe

PAGE 52

Impressum

Editeur: Coop Protection Juridique SA. Responsables du projet: Petra Huser, Sibylle Lanz, Ioannis Martinis, Coop Protection Juridique SA.
Rédaction: Matthias Mächler, www.diemagaziner.ch. Maquette/réalisation: Baldinger & Baldinger AG, Aarau.
Production: Christoph Zurfluh, www.diemagaziner.ch. Impression et expédition: Schwabe Druck, Bâle.
Tirage: D 5000 / F 2000 exemplaires. Parution: une fois par an. Commandes: Coop Protection Juridique SA, Entfelderstrasse 2, Case postale 2502, CH-5001 Aarau, petra.huser@cooprecht.ch. Les informations sur les prestations de service et les produits publiés dans ce magazine ne constituent pas des offres au sens juridique du terme.

RESPECT, MEC!

Hippie des montagnes et freerider espiègle, Heini Giesker est une véritable légende. Passionné de sports extrêmes, il voue un véritable culte aux montagnes et éprouve quelques difficultés dans les relations humaines. Selon lui, les gens auraient perdu le respect de la nature.

4

Texte: Christof Gertsch / photos: Mathias Haehl / portrait: Lukas Lienhard

5

Le respect de la nature: telle est sa devise. «Heini le fou» sur le Steinberg au-dessus d'Engelberg.



«Roi du Titlis» ou encore «snowflake»: tels sont les surnoms qui lui sont attribués dans les articles de presse, sur les pistes ou encore dans la vidéo promotionnelle d'un fabricant de skis américain. Mais aussi charmants et respectueux soient-ils, ces surnoms en disent déjà long. Car dans le monde de Heini Giesker, il n'y a qu'un seul roi du Titlis – le Titlis lui-même. Et même s'il aimerait bien être un flocon de neige, léger comme une plume et infiniment petit, il n'est pas différent des autres, se qualifiant lui-même d'intrus et de fardeau pour la nature.

Si vous lui demandez son âge, le septuagénaire vous répondra qu'il en a 60, persuadé que personne ne le croirait s'il disait la vérité. Même s'il a perdu une partie de ses cheveux, ceux qui lui restent retombent sur ses épaules. Et si la vie l'a aussi marqué, ce fut – et c'est encore – une vie agréable. Il n'a pas l'air de quelqu'un qui a vécu, mais plutôt de bien vivant. La seule chose qu'il partage avec les personnes de son âge, c'est son

6 Avant, il y avait plus de liberté. Aujourd'hui, tout est question de compétition, en montagne aussi.

dos légèrement voûté. Un détail que l'on ne perçoit pas forcément d'emblée. Au premier coup d'œil, on note surtout sa chemise à moitié déboutonnée, non pas par négligence et certainement pas

pour provoquer, mais parce que son corps svelte et bronzé le permet.

Il se sent offensé lorsqu'on le vouvoie. Giesker, c'est Heini pour tout le monde. Heini le fou ou «the crazy idiot», ainsi qu'il se présente aux anglophones. Pas peu fier de sa différence, il cultive aussi un peu son côté excentrique. Mais il apprécierait aussi que les autres lui ressemblent un peu plus, que les personnes de son âge soient un peu plus joyeuses et les jeunes plus respectueux.

Alors, un amoureux de la nature? Une légende? Un excentrique? Difficile de trouver les mots pour décrire Heini. Ou alors des mots qui sont souvent galvaudés, à tel point qu'ils ont depuis longtemps perdu leur sens initial.

«Vous finirez à pied!»

L'histoire de la passion d'Heini pour la montagne a débuté à l'âge de trois ans. C'est à Sörenberg, où ses parents possédaient un petit appartement de vacances mansardé dans une ferme, qu'il est monté sur des skis pour la première fois. Dans la file d'attente d'une remontée mécanique en compagnie de son frère et de son père, ce dernier leur tendit deux ou trois tickets. «Ça devrait suffire pour aujourd'hui. Vous finirez à pied.»

Heini raconte l'anecdote afin d'expliquer pourquoi il n'a jamais utilisé tout l'argent qu'il a gagné plus tard quand il était propriétaire d'une grande chaîne de magasins pour s'acheter une Porsche, une maison avec piscine ou quelque

chose qui refléterait davantage sa situation financière. «Ça doit être une question d'éducation», s'exclame-t-il. Ses parents se contentaient de peu: même s'ils pouvaient se le permettre, ils n'avaient ni voiture ni télévision. «Lorsque nous les aidions à faire la vaisselle, ils nous donnaient cinquante centimes.»

Seul face à la montagne

Heini avait cinquante ans lorsqu'il a vendu ses magasins avec ses partenaires commerciaux. Il faisait partie d'une bande de garnements, selon ses dires, qui a vécu une révolution sur le plan professionnel: il tutoyait les clients à une époque où c'était encore considéré comme le comble de l'impolitesse, et il faisait construire des cabines d'essayage sans cloisons avec de gigantesques miroirs, des cadres dorés et des moulures en bois. Et pourtant, rétrospectivement, il considère cette époque comme une sorte de prélude à ce qu'il a connu depuis: une vie empreinte de liberté, seul face à la montagne. A Zurich, où il vit, il donne un coup de main dans la boutique d'un ami deux jours par semaine; le reste du temps, il s'évade, quitte la ville, skie de novembre à juillet ou ramasse des champignons, pêche des truites et cherche des cristaux à la mi-saison. Quelles que soient les conditions météorologiques, qu'il neige ou que la tempête fasse rage. Anciennement à Andermatt, aujourd'hui principalement dans la région du Titlis, l'entrepreneur Samih Sawiris, propriétaire d'un village de vacances, a incité Heini à quitter la vallée de l'Urseren.



Sa saison de ski dure de novembre à juillet: dans la région du Titlis, Heini Giesker est dans son élément.



Un programme tout en contraste: deux jours par semaine, on retrouve Heini Giesker à la boutique Hudson Surplus à Zurich plutôt que sur le Titlis.

8

Ce que Heini s'inflige, c'est de l'autoflagellation. Non pas dans le but de souffrir, mais dans une volonté d'apprentissage: «Plus on est sévère avec soi-même, plus on est libre et plus la nature nous offre de possibilités.»

Dans le monde de Heini Giesker, il n'y a qu'un seul roi du Titlis: le Titlis lui-même.

Si la civilisation devait disparaître du jour au lendemain, Heini survivrait. Dévoué à la nature, il ne fait cependant pas l'erreur de croire qu'il en fait partie et rien ne le désole plus

que d'y laisser des traces. Pour lui, le moindre pas dans la poudreuse est un pas de trop. En freeride, il fait attention à ne pas faire de trop grandes courbes. Et quand il va pêcher dans un lac de montagne, il prend soin d'effacer les empreintes laissées par ses chaussures afin de supprimer toute trace de son passage. Depuis des dizaines d'années, il s'habille tout en blanc l'hiver, et avec un mélange de marron, gris et vert olive l'été. L'idée lui est venue en cherchant une solution pour ne pas être découvert par les pisteurs et pouvoir rester sur les pistes de montagne après les contrôles.

Sa tenue blanche est devenue sa marque de fabrique, grâce à la-

quelle tout le monde le reconnaît, bien qu'il affirme le contraire: Heini veut disparaître dans la neige. «Nous ne sommes nous-mêmes que des traces», déclare-t-il. L'été, quand il est depuis longtemps le seul skieur restant sur le glacier du Titlis, il scrute parfois le sommet en s'imaginant là-haut. Il ne lui faudrait qu'une heure pour y grimper, mais il finit toujours par laisser tomber. Non pas par crainte, mais par respect vis-à-vis de l'intégrité rare du sommet. «Pas une trace, pas le moindre être humain, n'est-ce pas magnifique?»

Les montagnes ont changé depuis que Heini a skié pour la première fois il y a 67 ans. En d'autres

termes, les gens ont changé les montagnes. Et il ne considère pas cela comme un changement positif: «Avant, il y avait plus de liberté, mais les gens savaient aussi mieux gérer une telle liberté.» Pour lui, aujourd'hui, tout est une question de compétition, y compris en montagne. Lorsqu'il prend la première cabine le matin, il lit sur les visages non seulement la joie qu'il partage lui-même, mais surtout de l'empressement. Dès que les portes s'ouvrent, ils se bousculent comme des enrégés pour sortir, comme s'il y avait un prix récompensant le premier à entrer dans la poudreuse. Il avoue pourtant: «J'étais probablement comme eux à une époque. Mais aujourd'hui, c'est en prenant mon temps que je profite davantage de la montagne.»

Absence de limites

Heini affirme aimer profondément les gens et avoir beaucoup d'amis, tout en précisant qu'il n'est pas philanthrope. Il fait ensuite une pause comme pour se concentrer, avant de s'emporter avec une énergie débordante, qu'il est généralement capable de retenir, mais qui remonte subitement à la surface: «Je suis horrifié de voir à quel point l'homme se met toujours au premier plan. Il ne sert que ses propres intérêts. Il ne connaît aucune limite. Il sacrifie les

derniers recoins de nature, mange de la viande. C'est une honte, il en veut toujours plus, fait dans la démesure. L'homme n'est rien d'autre qu'un destructeur.»

La montagne exige le respect

C'est le côté pessimiste de la vision du monde de Heini. Les excès des gens l'exaspèrent, leur manque de respect le dégoûte. Lorsqu'il prend le chemin du marché aux puces très tôt le samedi matin, le long des rives de la Limmat, il se fâche de voir l'équipe de nettoyage municipale faire face à tant d'ordures laissées par les fêtards de la veille et conclut: «Ne pas exister serait encore mieux que de ne laisser aucune trace.»

Le côté optimiste de sa vision du monde repose sur la force de la nature que seuls ceux qui l'étudient de près peuvent percevoir – autrement dit des gens comme lui. Il espère qu'elle commencera bientôt à se défendre et à se sauver par elle-même, surtout en montagne, où elle est particulièrement résistante. Pour Heini le montagnard observateur, «la montagne est escarpée et fait mal. Elle exige à la fois expérience et respect, et sanctionne ceux qui n'en tiennent pas compte.» Il est mieux placé que quiconque pour le savoir.

Le droit en montagne suisse

En Suisse, le droit dit minier est régi à l'échelle cantonale. A l'exception du canton des Grisons, qui a transmis la souveraineté en matière de droit minier aux communes, la régence des mines incombe aux cantons qui l'inscrivent dans leurs législations respectives. La régence des mines régit les intérêts de trois groupes: les droits des propriétaires fonciers, de l'Etat et des usagers.

En vertu du Code civil suisse, la Confédération confère aux cantons la compétence de légiférer sur les ressources du sol. Les cantons peuvent toutefois y renoncer et les céder aux propriétaires fonciers. Les dispositions relatives à la concession d'exploitation des ressources du sol sont définies dans le droit minier.

En outre, il convient de respecter les réglementations en matière de construction et d'aménagement du territoire, ainsi que les études d'impact sur l'environnement et les consignes de sécurité.

9

MAMBO À MUMBAI

Personne ne grimpe aussi vite qu'elle: Petra Klingler est championne du monde de bloc, championne d'Europe d'escalade sur glace et espoir suisse dans la nouvelle discipline olympique de l'escalade sportive. Elle a tout donné lors de la coupe du monde à Mumbai en Inde.

Texte: Denise Fricker / photos: Vladek Zuro





Petra Klingler accède au sommet et remporte le titre de championne du monde de bloc à Paris en 2016.

Juin 2017

A l'aéroport de Mumbai, Petra Klingler doit avant tout digérer le choc culturel. Il y a des gens partout, et autant de parfums. Une chaleur étouffante avec 33 °C et 85 % d'humidité ambiante. Dans deux jours, elle participera à un championnat de bloc dans une salle de sport climatisée devant un public déchaîné, tandis qu'elle gravira la paroi sans corde ni baudrier. Bien que le bloc soit une discipline nouvelle dans ce pays, les Indiens semblent en être totalement fans.

«Je les comprends, c'est une activité qui mêle force, agilité, endurance et intelligence: c'est ce qui rend le bloc aussi passionnant.» Petra hausse pourtant les épaules, car à cet instant-là, son enthousiasme est au plus bas.

Le moindre geste fait mal

Cette sportive de 25 ans préférerait faire marche arrière. Retourner en Suisse auprès de ses amis et de sa famille. Blessée au genou lors d'un entraînement il y a quelques semaines, le moindre faux mouvement sur le mur d'escalade lui fait mal et risque de retarder sa guérison de plusieurs mois. Pour épargner son genou, elle adapte son entraînement et travaille davantage avec les mains. Ses doigts étant fortement sollicités, les ligaments s'enflamment, chaque prise est un

calvaire. Bien que les médecins aient approuvé sa participation au championnat, elle doute qu'elle puisse donner au public ce qu'il mérite. «Dans ces conditions, l'escalade n'est pas une partie de plaisir», assure Petra Klingler, et on peut voir à quel point cela l'affecte.

Pas de place au doute – que du plaisir!

Le championnat à Mumbai est l'une des nombreuses compétitions de la saison de coupe du monde. Petra Klingler a décidé de toutes les disputer pour prouver que son titre de championne du monde remporté à Paris n'était pas un coup de chance. A l'époque, en septembre 2016, elle était au top de ses capacités. Sous les feux de la rampe et devant plus de 10 000 spectateurs, elle avait su résister à la pression et même joué avec le public: «Les gens m'ont littéralement aidée à grimper jusqu'au sommet, c'était une sensation incroyable!» Elle n'avait eu aucune hésitation, aucune attente, simplement le plaisir de grimper.

Même si cela fait longtemps que son talent est reconnu, c'est assez soudainement qu'elle s'est réellement forgé un nom. Considérée aujourd'hui comme une athlète de classe mondiale, son loisir lui permet désormais de gagner de l'argent. Un privilège qui lui



Une ascension fulgurante

Née le 14 février 1992, Petra Klingler grandit dans une famille de sportifs et débute l'escalade très tôt. Elle participe à sa première compétition à l'âge de douze ans, et son talent au bloc est rapidement encouragé. A partir de 2010, elle remporte année après année le titre de championne suisse, puis la coupe du monde de bloc en Chine en 2015, et enfin le titre de championne d'Europe d'escalade sur glace en 2016. La même année, elle devient championne du monde de bloc à Paris. En dehors du sport, elle a un faible pour la cuisine et la pâtisserie. Elle fait la navette entre la maison familiale à Bonstetten (ZH) et sa colocation à Berne, où elle suit un cursus en sciences sportives et psychologie. Petra se donne toujours à fond. Elle aime par exemple plonger dans l'eau à 9,5 °C de l'Aar.

www.petraklingler.ch

permet de passer plus de temps à grimper. Petra Klingler a décidé de repousser ses examens semestriels à l'université afin de se concentrer entièrement sur sa passion. Elle consacre aussi une grande partie de sa vie privée à la saison d'escalade. Après avoir participé à des championnats aux Etats-Unis, en Suisse, au Japon et en Chine, la fatigue des épreuves de coupe du monde rattrape la bloqueuse, à la fois physiquement et mentalement. Les vols longue distance, le décalage horaire, les émotions, des chambres d'hôtel sobres, des épices inhabituelles: les cultures exotiques que l'on découvre généralement

avec curiosité pendant les vacances représentent de plus en plus de véritables défis pour Petra Klingler. Et tout à coup, elle comprend pourquoi les sportifs de très haut niveau

Davantage de confiance en soi grâce à la présence des proches.

tels que Roger Federer n'aiment pas se déplacer sans leur famille et leurs proches: leur simple présence renforce la confiance en soi. «Personne ne me connaît, ne m'accepte

autant et ne me soutient mieux que mes parents et mes amis. Surtout lorsque je suis sous pression», explique Petra. Pour eux, la sportive de 25 ans n'est pas seulement un prodige du bloc. Ensemble, ils parlent de tout et de rien, des anniversaires à venir, ils plaisantent, le sport est relégué au second plan. «Etre entourée de mes proches est primordial pour moi. Ils sont un élément décisif et me poussent à donner le meilleur de moi-même.»

En tournée, elle doit cependant se débrouiller autrement. Son entraîneur devient son unique et principal soutien. Mais il ne peut pas

s'occuper de tout. C'est pourquoi Petra Klingler consulte un préparateur mental trois à quatre fois par an. Ces séances portent davantage sur les problèmes quotidiens et l'agenda que sur des exercices de respiration, afin de l'aider à concilier escalade, université et vie privée.

La pression qui repose sur les épaules musclées de Petra est un sujet récurrent: son titre de Paris a non seulement fait officiellement d'elle la championne du monde de bloc, mais aussi l'espoir suisse pour les Jeux olympiques de Tokyo en 2020. L'escalade sportive, qui combine le bloc, l'escalade en tête

et l'escalade de vitesse, est l'une des cinq nouvelles disciplines à intégrer le programme du Comité international olympique.

Le genou doit tenir le coup. Et soudain, tout va comme sur des roulettes.

Petra Klingler détient actuellement le titre de championne suisse dans les trois disciplines. Mais lorsqu'il est question des Jeux olympiques, elle reste prudente. Même la

qualification est encore loin. Elle préfère économiser son énergie et se concentrer sur l'amélioration de sa forme physique et sur la coupe du monde.

Se donner à 100% et faire abstraction de tout le reste: malgré ses inquiétudes, elle s'efforce aussi de faire le maximum à Mumbai. Une fois installée à l'hôtel, elle reste fidèle à ses habitudes, y compris sur le plan de l'alimentation, qu'elle amène avec elle, évitant ainsi soigneusement toute expérience culinaire. Après une bonne nuit de sommeil, les entraînements

A photograph of Petra Klingler, a professional rock climber, climbing a dark, textured rock face. She is wearing a red tank top and purple shorts. Her right leg is extended upwards, with her foot on a rock ledge. Her hands are gripping the rock. The background shows more of the rock face and some green foliage. The number '14' is visible in the bottom left corner of the page.

Garder la tête froide, même dans les situations critiques: Petra Klingler à l'œuvre dans la région du Gothard.

La coordination s'apparente à une danse, les endorphines sont en ébullition.

confirment son excellente forme physique. Finalement, debout sur le tapis de cette salle de sport sous le mur d'escalade, elle étudie le parcours. Elle sent le public dans son dos – ses attentes et les siennes. Elle s'efforce d'oublier son genou, de respirer calmement et d'avoir confiance en elle. Puis elle se lance: une première prise, une deuxième, une troisième. Elle se rend compte que son genou résiste. Et soudain, tout va comme sur des roulettes.

Le corps comme en apesanteur
Elle enchaîne des mouvements répétés des centaines de fois. Ses mains se verrouillent dans une prise optimale. La coordination s'apparente à une danse. Son corps semble être quasiment en apesanteur. Elle voit son parcours se dessiner clairement devant ses yeux et dans sa tête, les endorphines sont en ébullition – mambo à Mumbai! Petra Klingler peut compter sur son instinct et sa lucidité, et trouve des solutions surprenantes sur le mur.

Le public est sous le charme. Elle est à nouveau sûre d'elle. La Suisse se qualifie pour les demi-finales, puis pour la finale. Et bien qu'elle ait raté de peu une place sur le podium à Mumbai, elle repartira infiniment plus sereine qu'à son arrivée. Elle a réussi à se concentrer et sait que tout est possible, y compris le titre olympique. Seul son genou doit encore guérir.



Un modèle auquel s'identifier: Petra Klingler avec Daniel Siegrist, CEO de Coop Protection Juridique SA, lors de la présentation du partenariat de sponsoring.

LE JEU DES PRÉFÉRENCES

Six questions à Petra Klingler

La montagne ou la mer?

Les deux! Je suis irrésistiblement attirée par la montagne et les rochers. Mais de temps en temps, j'ai besoin de voir la mer, et surtout cette étendue infinie.

Poisson ou escalope?

Escalope. Je n'aime pas le poisson, j'adore la viande.

Rivière ou lac?

Lac: enfant, je préférerais les bords de lac. Néanmoins, je préfère un joli ruisseau de montagne à un lac ou une rivière.

Twitter ou Instagram?

Instagram: je ne suis pas sur Twitter.

Aperol Spritz ou bière?

Aucun des deux. Ce que je préfère, c'est le Campari orange.

Le jour ou la nuit?

Le jour – j'aime par-dessus tout le lever du soleil en été.

LES DISCIPLINES D'ESCALADE

L'escalade en tête est la discipline la plus connue. Assurés par une corde, les athlètes grimpent des voies sur des murs de compétition. Force, endurance et tactique sont les principales qualités recherchées dans l'escalade en tête, dont le but consiste à atteindre le plus haut point d'une voie dans un temps délimité ou avant les autres concurrents.

Le bloc est une forme athlétique et dynamique d'escalade. Les grimpeurs évoluent de prise en prise sans corde, un matelas au sol assurant la sécurité en cas de chute. Le but consiste à maîtriser des parcours complexes. Une discipline qui demande de la force, de l'agilité et de la souplesse, une excellente condition physique et un esprit rusé.

Qui arrivera le plus vite au sommet? **La rapidité** et une bonne technique de prise sont requises pour l'escalade de vitesse. Une fois arrivés au sommet de leur voie, les grimpeurs doivent actionner un buzzer qui interrompt le chronométrage. Les épreuves de vitesse sont assurées par une corde fixée en haut du mur de grimpe.

NOTRE ENGAGEMENT

Depuis le printemps 2017, Coop Protection Juridique est le principal sponsor de Petra Klingler. Pour Daniel Siegrist, CEO de Coop Protection Juridique SA, «Petra est parfaitement en ligne avec notre philosophie. Que ce soit sur le plan technique, tactique ou mental, elle fait à la fois preuve de force, de puissance et de rapidité. Et comme pour nous, la mobilité et la flexibilité sont essentielles à son succès.» Petra Klingler n'est pas seulement la figure de proue de Coop Protection Juridique SA, mais aussi un modèle pour les collaborateurs. Le parrainage durera au minimum jusqu'aux JO de Tokyo en 2020.

Gagnez un cours de bloc avec Petra Klingler! S.50

Une mauvaise prise, et l'entraînement peut devenir une expérience douloureuse malgré les tapis en caoutchouc.



00

SECONDES

d'éternité

Pour un BASE jumper, le plus important n'est pas le kick, mais tout est une question de flow. Dans le cerveau de Simon Wandeler, il se passe la même chose que dans celui d'un pianiste lors d'un concert ou d'un moine en pleine méditation.

Texte: Florian Leu / photos: Gian Marco Castelberg



Avec plus de 4000 sauts à son actif, Simon Wandeler a vu le monde en miniature depuis un nombre incalculable d'avions et d'hélicoptères. Il s'est aussi élancé plus de 2000 fois depuis des rochers, des tours, des ponts, et après quelques secondes, voire minutes, qui lui paraissent durer une éternité, il finit par atterrir. Une fois au sol, il regarde le ciel avec une sensation difficile à décrire.

Les psychologues parlent de flow

Les scanners du cerveau montrent que l'état des BASE jumpers est proche de celui des pianistes, des soldats d'élite, des danseurs ou encore des moines. Pour décrire cet état d'esprit, les psychologues parlent de flow, autrement dit une sorte d'euphorie. Les auteurs Jamie Wheal et Steven Kotler évoquent quant à eux un mélange d'abnégation, d'intemporalité, d'aisance et de richesse. Lorsqu'une personne danse, chante, court, aime, prie ou s'envole d'une montagne, elle se plonge entièrement dans ce qu'elle fait, à tel point qu'elle perd conscience d'elle-même le temps d'un instant. Toute notion de durée, habituellement rythmée par les secondes et les minutes, s'estompe: le présent semble s'étirer. L'aisance implique en revanche une certaine dextérité, et il est nécessaire de pratiquer au préalable. Quant à la richesse des perceptions, étant

donné que l'ego n'intervient plus et que le temps a cessé de s'écouler, le corps se déplace comme s'il avait été programmé et perçoit clairement des détails jusqu'alors ignorés. L'ancien terme pour désigner le flow est l'extase, un terme grec signifiant au-delà de soi-même. On peut bouger pour suivre le rythme d'une musique de danse, se plonger dans la méditation, surfer sur les vagues, se dépasser au sein d'une unité de soldats, ou s'élancer dans le vide comme Simon Wandeler: dans le cerveau, le phénomène est le même.

Et l'attrait du vide ne date pas d'hier. Marco Polo rapportait déjà dans ses carnets de voyage de Chine que des amateurs d'acrobaties aériennes s'élançaient depuis des tours avec des ombrelles de soie et touchaient terre indemnes. Le BASE jump tel que Simon le pratique existe depuis un peu plus d'un siècle. En 1912, équipé de l'ancêtre d'un wingsuit, l'Autrichien Franz Reichelt s'élançait de la tour Eiffel et s'écrasait au sol. Depuis lors, des BASE jumpers trouvent constamment de nouvelles opportunités de voler: une paroi rocheuse de la Cima Piccola dans les Dolomites, le Burj Khalifa, plus haut bâtiment du monde qui culmine à 828 mètres, ou encore la statue du Christ à Rio de Janeiro.

L'imprudence, une erreur fatale

Tu n'es qu'un fou suicidaire qui n'est jamais vraiment devenu adulte: lorsque Simon parle de sa passion, il doit se défendre contre des préjugés comme celui-ci. Il est vrai que des gens meurent parfois en s'élançant du sommet d'une tour

ou d'une montagne. C'est un sujet qu'il préfère ne pas aborder. Les gens insoucians ne rendent pas service à son sport. Lorsqu'il saute, que ce soit seul, avec des amis ou des élèves, il respecte quatre règles d'or: lorsque l'altitude permet de réaliser trois sauts périlleux, il n'en fait que deux. Lorsque les conditions météorologiques ne sont pas favorables, il reste à la maison ou redescend. Il boit occasionnellement de l'alcool, mais toujours après, jamais avant. La mise en condition pour un saut commence par une rapide préparation mentale la veille au soir. Tout comme il vérifiait autrefois mentalement l'état des flancs d'une montagne avant une séance de grimpe, il passe aujourd'hui en revue les trajectoires de vol avant d'aller se coucher.

Le jeu en vaut-il encore la chandelle?

Il y a toujours une certaine part de danger. En fin de compte, beaucoup estiment cependant qu'une baignoire présente davantage de risques qu'un saut réalisé par un professionnel. Depuis quelque temps, Simon Wandeler se demande malgré tout parfois si le jeu en vaut

encore la chandelle. Jusqu'ici, il est toujours arrivé sain et sauf. Dans un avenir pas si lointain, il sait qu'il s'élançera, touchera terre et décidera d'en rester là. Il existe suffisamment d'autres moyens de provoquer le flow. Mais il sera difficile

Il se pourrait bientôt qu'il s'élançe, touche terre et décide d'en rester là.

de trouver quelque chose d'aussi poétique et intense pour entrer en communion avec la nature.

En janvier dernier, par exemple, Simon s'est rendu en Finlande avec des amis pour voler à la lumière des aurores boréales. Ils ont sauté plusieurs fois des tours d'une mine désaffectée, quelque part dans le no man's land près du cercle polaire. Et au Cap, il y a quelques années, Simon allumait sa lampe frontale à cinq heures du matin, découvrait les premiers rayons de soleil au sommet de la montagne de la Table, puis redescendait en ville en wing-

Sport extrême: attention!

En règle générale, toute personne victime d'un accident de sport est couverte pour les frais occasionnés par son assurance-accidents ou son assurance-maladie. Attention toutefois: seuls les accidents susceptibles de survenir lors de la pratique de sports populaires tels que le football ou le tennis sont assurés. La pratique de sports spéciaux comme le BASE jump est particulièrement risquée. La compagnie d'assurance parle de sport à risque ou à haut risque et peut, en cas d'accident, réduire considérablement les indemnités, voire refuser de verser quoi que ce soit. Cela peut coûter très cher! Notre conseil: si vous pratiquez un sport à risque, renseignez-vous impérativement sur votre couverture en cas de sinistre, et changez de couverture si nécessaire.

suit. Les rencontres sont toujours enrichissantes à ces occasions: un soldat polonais, un pilote de ligne allemand, un courtier américain.

Une sensation de rémanence

C'est une sensation difficile à décrire. Lorsque Simon Wandeler s'allonge brièvement après l'atterrissage pour regarder en direction du ciel, il lui arrive de penser que cela ne le gênerait pas vraiment si sa vie prenait fin du jour au lendemain. Puis il se relève, essuie la poussière de sa tenue, puis rentre chez lui avec une sensation de rémanence et n'y pense plus. Ou alors il va

boire un verre avec ses nouvelles connaissances et redescend progressivement sur terre – c'est la deuxième phase de l'atterrissage.

Simon raconte ses vols avec circonspection, les pieds sur terre, tout en avalant une cacahuète de temps en temps. Il a 42 ans, mais en paraît plutôt 24. Et son charisme n'est pas sans rappeler Bouddha. C'est probablement l'effet à long terme de ses sauts, plaisante-t-il, ou la troisième phase de l'atterrissage. Les gens lui disent souvent combien il a l'air détendu, à quel point il est difficile de lui faire perdre son calme. C'est

simple: Simon est aussi stressé qu'un chasseur à l'âge de pierre. Il lui arrive de croiser la route d'un lion, mais sinon sa vie est plutôt calme et sans trop de distractions. Le stress n'est pas dangereux en soi, il faut juste savoir doser. Des études montrent que de toute façon, quiconque est déjà monté sur des montagnes russes ou a déjà regardé un film d'horreur le sait: le stress est positif à petites doses, mais il ne faut pas en abuser.

Chute libre

Avant d'apprendre à voler, Simon Wandeler était adepte de l'esca-

lade: grimpeur professionnel, sa passion l'emmenait partout dans le monde. Il a arrêté l'escalade pour se consacrer à la chute libre. Après toutes ces heures de vol, il a envie de retrouver la position verticale, d'être plaqué contre la paroi, de ressentir l'éternité et de suivre les fissures formées au fil des siècles. Il avale une autre cacahuète et conclut en riant que la montagne est source de bonheur.

Les sauts de Simon sur Internet: core-magazin.ch/fr/thejump



Plonger dans le vide

Le mot «BASE» est un acronyme des termes anglais Buildings, Antennas, Spans et Earth désignant quatre catégories de points fixes servant de départ aux sauts. Les adeptes de cette discipline s'élancent ainsi du sommet de bâtiments, d'antennes, de ponts et de falaises avec un parachute et atterrissent peu après. Beaucoup d'endroits interdisent ces sauts sans autorisation, mais les exceptions sont nombreuses: à Lauterbrunnen et à Chamonix, on n'a pas besoin d'autorisation pour voler. Aux Etats-Unis et en Norvège, il existe également beaucoup de possibilités de voler sans autorisation préalable.

Infos: swissbaseassociation.ch

Un saut dans le bonheur: BASE jump de Simon Wandeler à Muotathal.

LA DEMEURE DES DIEUX

Au plus près des cieux, les montagnes sacrées de ce monde sont terrifiantes et entourées de mythes.

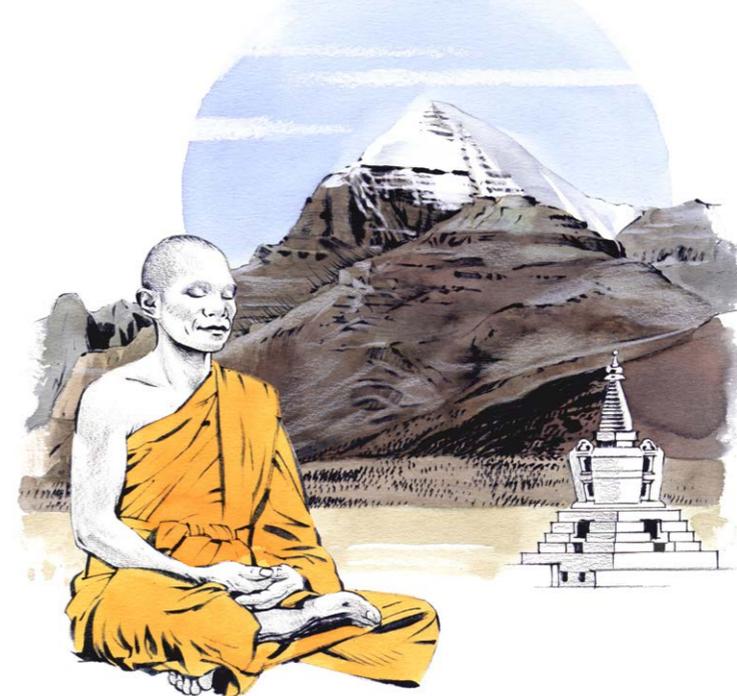
Texte: Manfred Sax / illustr.: Roland Vorlauffer

24

Si les dieux existent, c'est sûrement là-haut qu'ils résident. Au plus près des cieux. Dans les montagnes, sur les sommets des énormes formations rocheuses, difficilement accessibles au commun des mortels. Les montagnes sacrées sont appréciées et vénérées, parce que l'eau qui en jaillit permet aux hommes de vivre.

Elles suscitent peur et superstitions, car elles nous prennent au dépourvu ou nous donnent du fil à retordre. On parle de colère divine quand elles déclenchent des avalanches ou crachent du feu. Dans les anciennes civilisations, des offrandes régulières étaient censées les apaiser. Le poète Homère fit jadis de l'Olympe le terrain

de jeu des dieux, où Zeus, régnant sur le ciel, détenait la foudre et le tonnerre, et annonçait le retour de la paix au peuple en faisant briller un arc-en-ciel, manifestation de la déesse Iris. A chaque montagne sacrée correspond un mythe, forgé par les hommes tombés sous son charme.



Mont-Kailash au Tibet

Le sommet de la spiritualité

Le Mont-Kailash à l'ouest du Transhimalaya n'a encore jamais été gravi. Selon le proverbe tibétain, «seul celui qui est libre de tout péché y parviendra». Tout le reste ne serait que blasphème.

Le gouvernement chinois proposa à Reinhold Messner de tenter l'ascension au milieu des années 1980, mais le vieux renard refusa. Cette anecdote rappelle cependant le drame qui se joue à proximité du géant de 6638 mètres: le Mont-Kailash se situe dans la région autonome du Tibet. Or la Chine,

qui ne craint pas vraiment les dieux, y est au pouvoir. Quatre religions considèrent le Mont-Kailash comme la montagne la plus sacrée. Les hindous croient que le dieu Shiva, le destructeur des illusions, réside au sommet et cohabite donc peut-être avec Bouddha Chakrasamvara selon les croyances des bouddhistes tantriques. Chaque année, des milliers de personnes font un pèlerinage au Mont-Kailash, parcourant 52 kilomètres autour de la montagne.

Depuis l'ouverture de la Chine au tourisme, de nombreux étrangers s'y rendent. Jusqu'à récemment, le Mont-Kailash était difficile à atteindre, puisqu'éloigné d'environ 1300 kilomètres de l'agglomération tibétaine de Lhasa. Mais depuis l'ouverture de l'aéroport de Ngari-Gunsa à seulement 200 kilomètres de distance et la construction d'une route nationale, le Mont-Kailash, qui signifie «cristal» en sanskrit, est relativement facile d'accès.

25

Altitude: 6638 mètres

Localisation: Tibet (République populaire de Chine)

Montagnes: chaîne de Gangdisé dans le Transhimalaya

Statut: cette montagne est tenue pour sacrée par les hindous, les bouddhistes, les jaïns et les bönpos. Au 12^e siècle, le

yogi bouddhiste Milarépa et le maître bönpo Naro se seraient défiés dans une ascension jusqu'au sommet.

Rituel: les pèlerins fervents, en méditation permanente, parcourent un chemin long de 52 km.

Tourisme: vol pour New Delhi ou Lhasa, correspondance pour Ngari-Gunsa, puis

bus. Le trek s'effectue généralement à pied, mais peut aussi se faire à dos de poney.

A faire: essayer de faire le tour du Mont-Kailash en seulement une journée

A éviter: essayer d'atteindre le sommet
Inspiration: illumination pour s'attirer les bonnes grâces du royaume des cieux.

Mont-Fuji au Japon

L'honorable

Un proverbe japonais dit qu'un homme sage gravit le Mont-Fuji une fois dans sa vie, mais que seul un fou essaie une deuxième fois. Chaque année, en période estivale, jusqu'à 300 000 randonneurs tentent leur chance, mais ils ne sont que 40 000 à atteindre le sommet. Ils l'appellent Fujisan, autrement dit l'honorable Fuji. Le Mont-Fuji est la plus sacrée des trois montagnes sacrées du Japon. C'est un volcan actif dont la dernière éruption remonte à 300 ans, mais qui a causé il y a quatre ans un tremblement de terre de magnitude 6,2. Le Fuji est situé à 100 kilomètres au sud-ouest de Tokyo, d'où on peut l'apercevoir clairement par beau temps. Le volcan tire son nom de la déesse du feu bouddhiste

Fuchi. Les shintoïstes ont construit au sommet un sanctuaire dédié à leur déesse Sengensama. Le shintoïsme – la religion nationale du Japon – est une religion d'action; la répétition assidue d'exercices permettrait de rétablir le lien avec l'origine du pays qui, d'après la mythologie, découlerait de l'affrontement entre un dieu et une déesse d'antan. Le Mont-Fuji est aujourd'hui un terrain de jeu très prisé par les amateurs de sensations fortes, et notamment les adeptes du deltaplane qui s'élancent de son sommet. Etant cependant aussi considéré par les bouddhistes comme une porte s'ouvrant sur un autre monde, le taux de suicide y est exceptionnellement élevé.



Altitude: 5895 mètres
Localisation: Tanzanie, Afrique de l'Est
Montagnes: stratovolcan constitué de trois sommets de forme conique
Statut: demeure sacrée de nombreux dieux qu'il vaut mieux ne pas mettre en colère
Rituel: chercher la vache sacrée
Tourisme: de nombreux prestataires organisent des circuits au départ de la Suisse.

Le trek le plus populaire dure entre trois et cinq jours.
A faire: éviter de réveiller la colère des dieux
A éviter: chanter la chanson de Bob Geldof «Do They Know It's Christmas? ...there won't be snow in Africa...» (Savent-ils que c'est Noël? Il n'y aura pas de neige en Afrique...)
Inspiration: la montée d'endorphines après un trek diablement épuisant

Kilimandjaro en Tanzanie

Les neiges d'antan

Ce n'est qu'au 19^e siècle qu'un Européen put constater qu'il y avait bien de la neige en Afrique, à savoir sur le Kilimandjaro en Tanzanie. Et pour cause, puisqu'il culmine à près de 6000 mètres. Puissant stratovolcan constitué de trois sommets de forme conique, l'origine de son nom alimente encore de nombreuses hypothèses, la plus probable étant qu'il signifie «montagne de la splendeur». Après sa «découverte», il fut gravi dans la foulée par l'Autrichien Ludwig Purtscheller (1889).

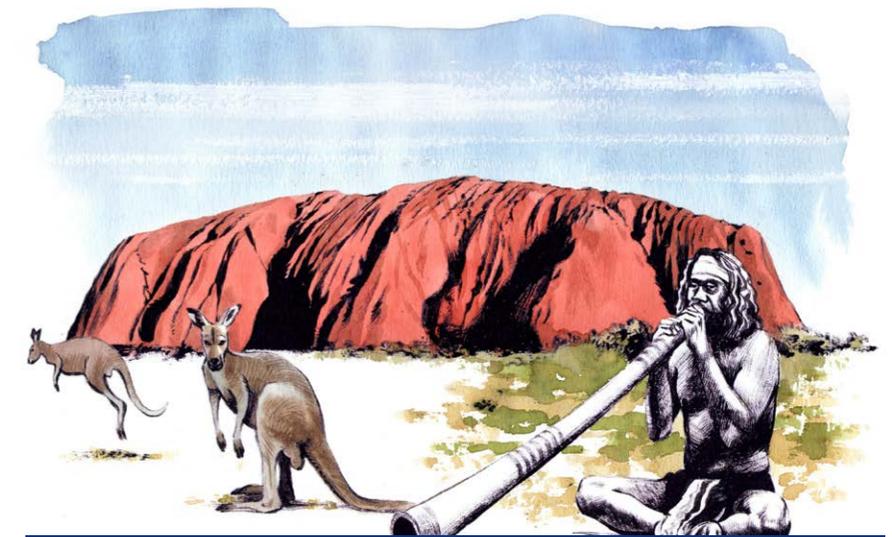
La montagne est habitée par des dieux qui inspirent la crainte. Transmise de génération en génération par le peuple Chagga, la légende raconte qu'un homme nommé Tone y provoqua un jour le dieu Ruwa, ce qui engendra une famine dans tout le pays. La montagne serait également habitée par une vache sacrée appelée Rayli, dont les mamelles secrètent une graisse miraculeuse. Cependant, quiconque tente de voler l'un de ses pis doit faire vite, sous peine de ne plus jamais quitter la montagne. De nombreuses autres légendes entourent le Kilimandjaro... Le Kilimandjaro est particulièrement touché par le réchauffement climatique: 85% de la couche de glace ont fondu au cours des 100 dernières années.

Uluru en Australie

La montagne des ancêtres

Lorsque l'explorateur australien William Gosse aperçut Uluru en 1873 et qu'il rebaptisa le lieu Ayers Rock en hommage au politicien sud-australien Sir Henry Ayers, les aborigènes d'Australie en furent profondément offensés. Ce n'est qu'en 1993 qu'une politique de double dénomination fut adoptée, consistant à accoler le nom traditionnel de la montagne sacrée des aborigènes au nom utilisé par les étrangers. Culminant à 863 mètres au-dessus du niveau de la mer et à 348 mètres sur la plaine du Territoire du Nord, la formation de grès prend une teinte rouge flamboyante au lever et au coucher du

soleil. C'est le site le plus sacré du peuple Anangu, habité par les esprits de leurs ancêtres. Plusieurs sources jaillissent de la montagne, dont la roche est ornée de nombreuses peintures rupestres très anciennes. Les Anangu prennent le mot «sacré» très au sérieux et expliquent les nombreux tabous aux touristes. Quiconque tente de ramener une pierre d'Uluru chez lui s'expose à une malédiction. Les photographes sont mis en garde afin d'éviter que les esprits des ancêtres ne soient capturés. Les ancêtres sont vénérés parce qu'ils communiquent avec leurs descendants lors du «Dreamtime Trek».



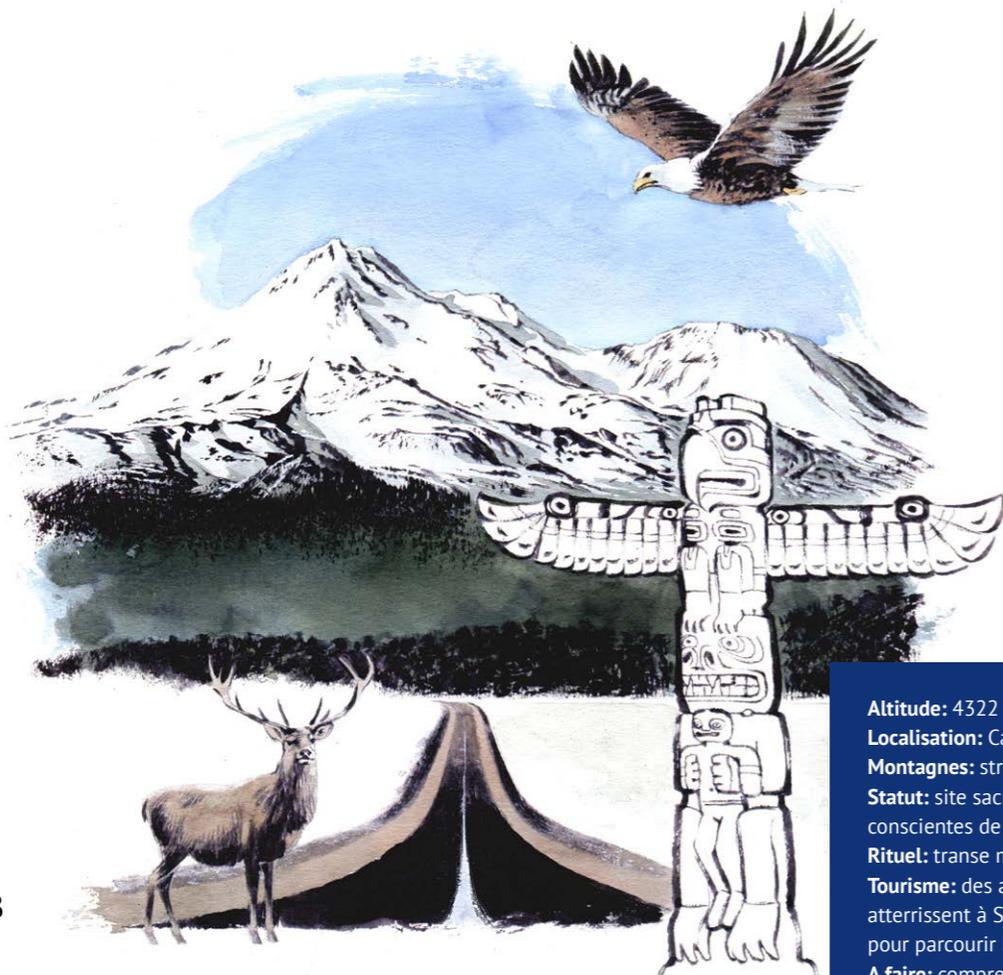
Altitude: 863 mètres
Localisation: Territoire du Nord, Australie
Montagnes: inselberg en grès
Statut: site sacré des ancêtres des Anangu, à l'origine du monde.
Rituel: Dreamtime Trekking
Tourisme: le village touristique Yulara est situé à 18 km de distance de l'Uluru,

l'aéroport Connellan à proximité est accessible depuis Sydney.
A faire: appeler Ayers Rock «Uluru»
A éviter: ramasser des pierres d'Uluru et photographier des lieux sacrés
Inspiration: le lever et le coucher du soleil éveillent les sens.



Altitude: 3776 mètres
Localisation: Ile de Honshu, Japon
Montagnes: stratovolcan
Statut: montagne sacrée des shintoïstes et des bouddhistes – un moine anonyme aurait été le premier à le gravir en 663.
Rituel: ascension de nuit pour admirer le lever du soleil depuis le sommet au petit matin
Tourisme: excursion organisée à la journée en

bus au départ de l'hôtel de votre choix et retour avec le train à grande vitesse Shinkansen.
A faire: gravir le Mont-Fuji une fois dans sa vie
A éviter: gravir le Mont-Fuji une deuxième fois
Inspiration: le Fuji permet une connexion spirituelle avec ses ancêtres



Altitude: 4322 mètres
Localisation: Californie, Etats-Unis
Montagnes: stratovolcan
Statut: site sacré pour les personnes qui sont conscientes de n'être que des invités sur cette planète
Rituel: transe méditative
Tourisme: des auto-stoppeurs non américains qui atterrissent à San Francisco et choisissent l'autoroute pour parcourir les 300 kilomètres restants
A faire: comprendre que nous ne sommes que des invités sur cette planète
A éviter: manquer de respect envers la nature
Inspiration: voyage méditatif aux confins des galaxies

Mont-Shasta en Californie

Haut-lieu historique et spirituel

Les indigènes d'Amérique du Nord ne partagent pas les croyances des aborigènes d'Australie: Dieu – alias «le Grand Esprit» – créa le Mont-Shasta, puis le reste du monde. Cinquième plus haut sommet de Californie, le stratovolcan culmine à 4322 mètres. Des découvertes archéologiques démontrent que la région était déjà occupée il y a 7000 ans. Les indigènes avaient

développé un système de croyances fort, attribuant des puissances surnaturelles à certains objets. La nature ne devait donc en aucun cas être perturbée ou violée. Arrivèrent ensuite les immigrants européens en quête d'or, une catastrophe pour les tribus établies dans les environs. L'être humain n'a pas compris qu'il n'est que de passage sur cette planète. Haut-lieu d'Amérique du

Nord, la montagne attire aujourd'hui les adeptes de l'idéologie New Age et les sportifs amateurs: escalade en période estivale, randonnée à ski dans l'arrière-pays pendant l'hiver. De quoi alimenter les controverses entre «tribus» de Shasta et représentants de la société industrielle.

Gamskogel au Tyrol

La colère de Dieu

«Petit» sommet à l'échelle autrichienne, le Gamskogel culmine à 2813 mètres d'altitude dans les Alpes de Stubai dans l'Ötztal. Mais selon les chercheurs en aéronautique britanniques Mark Hemsell et Alan Bond, il n'est pas exclu qu'il ait jadis atteint 3000 mètres. D'après une simulation informatique de la trajectoire suivie par un astéroïde le 29 juin 3123 av. J.-C. sur la base d'indications fournies par un astronome sumérien, l'astéroïde en question aurait «frappé de plein fouet le sommet du Gamskogel», provoquant l'éboulement de Köfels, qui reste aujourd'hui encore un véritable casse-tête pour les géologues. Le nuage de poussière généré par l'explosion de l'astéroïde aurait alors scellé le sort de Sodome et Gomorre – sur ordre du Seigneur, selon l'Ancien Testament. L'Autriche aurait donc elle aussi une mon-

tagne sacrée à caractère biblique, exposée à la colère de Dieu. Pour les chercheurs anglais, les morceaux de roche inhabituels à l'aspect de pierre ponce trouvés dans les environs de Köfels et baptisés «Köfelsit» sont un indice supplémentaire en faveur de leur théorie. Ils estiment qu'une telle pierre n'a pu être produite que par la chaleur

engendrée par l'explosion. Elle est très appréciée des autochtones, qui s'en servent comme matériau nettoyant et abrasif.



Altitude: 2813 mètres
Localisation: Ötztal, Tyrol
Montagnes: Alpes de Stubai
Statut: colère divine
Rituel: simulation informatique
Tourisme: la montagne emblématique de Längenfeld offre une vue panoramique à couper le souffle sur les géants de glace des Alpes de l'Ötztal, ainsi que des points de vue spectaculaires sur la cuvette de Längenfeld.
A faire: se retrouver autour d'un verre dans le bistrot du coin le dimanche après l'église
A éviter: croire tous les scientifiques
Inspiration: aide au nettoyage.



UN PETIT PAS AU MAUVAIS ENDROIT

30

31

Notre rédacteur a découvert à quel point le sport peut être captivant, lors d'une randonnée en raquettes au pied du Piz Buin, et le revers de la médaille en route pour la Bernina, où un ami l'a forcé à faire demi-tour. Et pour cause...

Texte: Thomas Wyss / photo: U. Perreten

Moi qui méritais un zéro pointé en sport et doutais de mes capacités quelques semaines plus tôt, j'étais devenu un as des raquettes!

Elle sourit, affirmant en substance que les hommes choisissent souvent l'un de ces deux extrêmes: soit ils essaient par tous les moyens possibles et imaginables de concrétiser leurs rêves, soit ils développent une ambition presque malade, vivant dans l'illusion et se poussant sans cesse vers l'aventure. Lorsque je lui ai demandé laquelle de ces deux options elle me recommanderait, elle a répondu: «Aucune des deux. Mais évade-toi, profite de la nature et teste des sports, sans pour autant dépasser tes propres limites. Si tu y parviens, tant mieux. Sinon, tu finiras chez moi comme patient!»

Pour célébrer mon anniversaire et marquer ce compte rond, j'ai décidé de faire une courte pause professionnelle. Début décembre,

j'ai pris le train pour Pontresina, où j'avais loué un appartement pour six semaines. La première semaine, je suis allé me balader, j'ai fait du patinage et j'ai suivi des cours de ski de fond pour débutants. Ça m'a fait du bien, je me suis bien amusé. Mais ce qui manquait, c'était le grand frisson. Je suis donc allé à l'office de tourisme, où l'on m'a fait deux propositions: escalade sur glace ou randonnée en raquettes. L'escalade me paraissant un peu trop risquée, j'ai opté pour une randonnée guidée en raquettes. Le lendemain, je me retrouvai au sein d'un groupe de débutants dans la poudreuse sur le col de la Bernina, la respiration haletante. Bien qu'ayant rapidement atteint mes limites sur le plan physique, j'ai vraiment adoré et renouvelé l'expérience à plusieurs reprises.

Le calme avant la tempête

Les groupes sont devenus de plus en plus petits, les pistes toujours plus raides. Deux semaines après ma première tentative, j'ai fait une excursion ambitieuse de deux jours au pied du Piz Buin, seul avec un guide. J'ai beaucoup appris: sur les changements soudains de météo, sur la façon de «lire» la neige, sur le comportement à adopter en cas d'avalanche. A la fin de l'excursion, je ne m'étais pas senti aussi en forme physiquement et mentalement depuis des années. Quelques semaines auparavant, je méritais encore un zéro pointé en sport et doutais de mes capacités. A ce moment-là, j'étais devenu un as des raquettes, faisant un doigt d'honneur (pardon!) à la crise de la cinquantaine.

J'ai donc écrit à mon ami Walter, passionné de sports d'hiver, pour savoir s'il voulait venir faire des raquettes avec moi. Il me répondit: «Toi le sportif du dimanche, tu te décides à bouger? J'aimerais bien voir ça!» Deux jours plus tard, il était au rendez-vous. Nous avons pris le chemin de fer rhétique jusqu'à la gare de Diavolezza et chaussé nos raquettes – l'objectif était d'atteindre l'hospice du col de la Bernina en quatre heures. Le soleil avait une teinte laiteuse, et nous fûmes bientôt en proie à de fortes chutes de neige. Même avec nos lunettes de protection spéciales, nous ne distinguions plus grand-chose. J'ai pensé: «Cool, une vraie aventure!»

Il vaudrait mieux retourner au bistrot

Après une demi-heure, nous atteignons un petit point culminant. Je connaissais cet endroit, car j'y avais fait l'une de mes premières sorties. Malgré un balisage à peine reconnaissable, j'étais donc sûr de

Si la route avait été correctement balisée, Erwin serait peut-être toujours en vie.

la route à suivre. J'étais sur le point de m'attaquer à la pente encore vierge lorsque Walter s'exclama: «Trop risqué! Je ne pense pas que ce soit une bonne idée, faisons marche arrière.» Je lui répondis en riant: «On fait des raquettes,

pas un pique-nique. Allez, viens!» Ne trouvant pas cela amusant, il décida de faire demi-tour d'un ton catégorique et irrité. De retour au point de départ, Walter commanda une bière au bistrot. Je fis une remarque pour détendre l'atmosphère: «La bière a beau ressembler à du Rivella, je ne savais pas que c'était une boisson isotonique.» Il acquiesça, mais le programme sportif étant fini, cela n'avait plus d'importance. «Fini? Comment ça, fini?» Il dit calmement: «D'ici notre prochaine sortie ensemble, tu as encore beaucoup de choses à apprendre.» Je sirotai mon espresso en silence. «Je vais maintenant te raconter une histoire triste», dit Walter, sachant que je comprendrais mieux sa réaction.

Le droit et la justice

L'histoire concernait un compagnon de longue date de Walter, également adepte des sports de montagne: «Il s'appelait Erwin, et il a perdu la vie lors d'une sortie en raquettes il y a deux ans.»

Me doutant qu'il allait me faire la morale, je fis profil bas: «En prenant un risque inutile?» Walter secoua la tête. «Pas du tout! Erwin cherchait simplement la balise suivante, c'est là que c'est arrivé – il a été emporté suite à la rupture d'une plaque de neige.» Le regard de Walter était vide. «Juste un coup de malchance. Il n'a pris aucun risque, n'a commis aucune imprudence ou négligence. Juste un petit pas au mauvais endroit, et voilà. En plus, cela s'est passé sur le Flügenspitz au-dessus du lac de Walenstadt, un terrain préalpin qui ne présentait aucun

danger pour ce sportif chevronné adepte des activités de montagne.» J'étais déconcerté. Même si faire des raquettes avait été une activité vraiment épuisante pour moi jusqu'à présent, elle ne m'avait pas semblé dangereuse.

Walter but une gorgée de bière: «Erwin a laissé derrière lui sa femme, Adele. Ils étaient mariés depuis 30 ans. L'assurance sociale a réduit de moitié sa rente de veuve, Erwin ayant été reconnu seul responsable de l'accident selon le rapport de police. Il se serait arrêté hors de la route balisée, prenant ainsi un risque inutile. De plus, il n'était équipé d'aucun matériel de sécurité en cas d'avalanche.»

Adele a pris un avocat, qui mandata un spécialiste des accidents de montagne pour clarifier l'incident et rédiger une expertise juridique. «L'expert a conclu que l'avalanche prétendument déclenchée par Erwin aurait résulté de la rupture d'une corniche sur une doline d'effondrement», m'expliqua Walter. «Cette masse de neige a emporté, enseveli et étouffé Erwin. Aucun équipement de sécurité au monde n'aurait pu le sauver.» L'expertise a également précisé qu'Erwin se trouvait clairement en dehors de la doline, où il aurait été impossible de trouver le moindre appui.

Un piège atypique

«Qu'aurait pu faire Erwin?» soupira Walter en secouant la tête. Il voulait seulement trouver la balise suivante. Aucun ruban de balisage ni panneau ne signalait la doline: «Si la route avait été correctement

balisée, Erwin serait peut-être toujours en vie.»

Une citation de Goethe me traversa l'esprit: «La nature n'entend pas les plaisanteries; elle est toujours vraie, toujours sérieuse, toujours sévère; elle a toujours raison, et les fautes et les erreurs sont ici toujours de l'homme.» Comme s'il avait lu dans mes pensées, Walter souleva: «Un petit pas peut avoir des conséquences fatales... J'ai appris récemment que le Tribunal fédéral avait statué en dernière instance la réduction de moitié de la rente de veuve.» Le droit n'est malheureusement pas toujours synonyme de justice. Il paya la tournée et me proposa de faire un tour en ski de fond: «Nous serons du bon côté.»

Mémento de la randonnée en montagne

L'histoire d'Erwin nous a touchés. Nous partageons la souffrance de ses proches et comprenons l'exaspération suite au jugement du Tribunal fédéral. Dans pareil cas, il est difficile pour les personnes concernées de comprendre un tel jugement. Car le jugement de chacun repose sur ses propres sentiments et conceptions, selon le principe du «bon sens». Le sens personnel de la justice peut différer de la jurisprudence, qui repose uniquement sur des dossiers et les lois en vigueur. Afin d'avoir la loi de son côté dans la mesure du possible, il convient de respecter les consignes locales. La campagne «La montagne en sécurité» propose sur son site www.rando-en-securite.ch un mémento complet de la randonnée en montagne ainsi que de nombreux liens utiles.

DE TOUT & DE RIEN

Notre quotidien est beaucoup moins rébarbatif que vous ne le pensez. En effet, Coop Protection Juridique SA est constamment confrontée à des demandes très particulières: 7 cas spéciaux.

Le prix fort

Il a eu de la chance dans son malheur: notre client avait acheté pour sa randonnée en montagne un sac à dos anti-avalanche équipé d'un airbag pour la coquette somme de 1000 francs. Lorsqu'il a atterri dans une plaque de neige, le sac à dos s'est effectivement «enclenché», mais il ne s'est pas ouvert. Grâce à Dieu, l'homme a pu être sauvé. Outre le choc lié au manque de fiabilité du sac à dos, il était contrarié par son prix d'achat élevé. Nous lui avons conseillé de faire vérifier la cause du défaut par le service spécialisé du Club Alpin Suisse (CAS) afin de déterminer l'indemnité à laquelle il pouvait prétendre: le prix d'achat du sac à dos lui a été remboursé et pour lui, l'affaire était réglée.

34



La faute à pas de chance

Lors d'une randonnée en groupe, un client s'est fait voler son sac à dos. Il a signalé l'incident à l'assurance bagages de la société organisatrice, qui a refusé de prendre en charge les dommages. Pour une fois, nous ne pouvions que confirmer cette décision, l'incident engageant uniquement la responsabilité de notre client: en effet, il avait laissé son sac à dos sans surveillance dans un abri devant un restaurant.



Pour qui sonne le glas

Vivre à la campagne n'est pas toujours évident: notre client vivait certes dans un environnement idyllique, mais le bruit des cloches dans les pâturages jouxtant sa maison le rendait quasiment fou. Il ne dormait plus d'une traite la nuit et était donc constamment fatigué au travail. Une discussion avec l'éleveur et ses démarches auprès de la commune n'ont rien donné: en effet, le bruit des cloches n'étant pas réglementé dans l'ordonnance sur la protection contre le bruit, il s'est adressé à nous. Nous avons attiré l'attention de l'éleveur sur l'art. 684 du Code civil relatif aux rapports de voisinage. Comme nous l'avons souligné, mettre des cloches aux vaches dans une zone d'habitation n'est pas absolument nécessaire, les animaux pouvant difficilement se perdre. Les cloches sont cependant une source de bruit excessive. Quelques semaines plus tard, notre client nous a recontactés par e-mail: «La situation s'est nettement améliorée. Deux adorables petits veaux portent encore des cloches, mais ce n'est absolument pas dérangeant. Nous sommes très satisfaits.»



Au saut du lit

Lors d'un voyage scolaire, le fils d'un client a séjourné dans une cabane du Club Alpin Suisse (CAS). Ayant l'habitude des lits superposés, il a sauté d'un coup de «l'étage» supérieur. L'ancien plancher en bois a cédé. Le gardien de la cabane a fait valoir le dommage du sol défoncé. Nous avons transmis la demande: heureusement, l'école était bien assurée et a pris les dommages en charge.

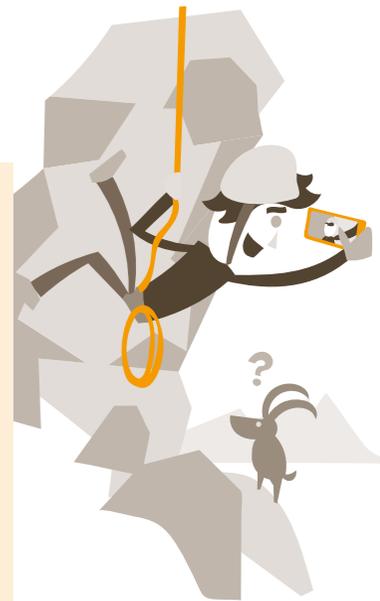


Dommages causés par des animaux

«J'exploite un terrain en tant que métayer», nous expliqua un client. «Depuis des années, je gare ma voiture sur le bas-côté quand je transporte du matériel. A mon retour, elle avait été totalement endommagée, à l'exception du toit et du capot. Le coupable: un taureau devenu complètement fou! Son propriétaire a signalé le dommage à son assurance responsabilité civile. Après de longues tergiversations, l'assurance a cependant décidé de ne rien verser, un tel incident étant prévisible dans une prairie.» Nous avons contacté la compagnie d'assurance, soutenant que le propriétaire de l'animal a enfreint son devoir de diligence en omettant de prendre les mesures de protection nécessaires pour un taureau. Nous avons soutenu que la voiture était très mal garée contre l'ouverture de la clôture, de sorte que les animaux devaient constamment en faire le tour. Les parties ont cependant réussi à trouver un accord amiable et l'indemnité convenue a été versée à notre client.

Selfie en pleine escalade

Faire de l'escalade n'est déjà pas évident en soi, mais faire un selfie en même temps peut avoir des conséquences fatales. C'est précisément ce qui est arrivé à notre client, qui a chuté en voulant prendre la pose lors d'une descente en rappel. Outre ses blessures au dos et au pied, sa principale inquiétude concernait la saisie de son matériel par la police. Il nous a demandé s'il allait récupérer son appareil photo et son équipement d'escalade. Nous l'avons rassuré: le ministère public lui rendra le tout à l'issue de l'enquête initiée d'office.



35



Frustration au sommet

Notre client a organisé une expédition à l'Everest et payé toutes les factures d'avance. Chaque participant a convenu contractuellement de prendre en charge sa part des coûts. Malheureusement, ils n'ont pas tous atteint le sommet de l'Everest. Frustrés et déçus, ils ont refusé de payer. Bien entendu, les choses ne sont pas si simples: aucun contrat de voyage ne peut garantir le fait d'atteindre ou pas un sommet. Le montant est donc dû.

L'AVOCAT DES ANIMAUX

36 En montagne, la pression sur les animaux augmente. Mais l'homme n'est pas seul responsable, affirme le garde-chasse Curdin Florineth. Les maladies se propagent aussi plus rapidement.

Texte: Carole Koch / photos: Bruno Augsburger

37

Quel lieu de travail! Curdin Florineth en patrouille en Basse-Engadine, avec vue sur les «Dolomites de l'Engadine».

La moindre trace d'animal, le moindre son: rien n'échappe aux sens aiguisés de Curdin Florineth.

garde-chasse en Basse-Engadine. Il exerce ce métier depuis assez longtemps pour savoir que les choses se déroulent rarement comme prévu. La flexibilité fait partie de son quotidien, au même titre que sa tenue vert sapin. Au lieu de patrouiller trois heures dans le Val Plavna, il décide à mi-chemin d'aller voir les chamois avant de mettre le cap sur S-charl l'après-midi, dans la vallée dite des ours.

Peu après six heures, le Grison monte en direction de Schafsberg sous un ciel crépusculaire. Il tient en laisse un chien blond qui ressemble à tout sauf à un chien de

chasse: c'est Aika, un brachet de Styrie à poil dur.

On n'entend pas un bruit dans cette vallée à la fois sauvage et romantique, qui rappelle les œuvres du peintre Caspar David Friedrich, avec ses rochers déchiquetés, ses gorges sauvages et ses forêts denses. Engiadina Bassa, c'est ainsi que les locaux appellent la Basse-Engadine en romanche. Dans la cuvette, l'Inn coule en direction de Brail, Zernez, Ardez, Tarasp et Martina à la frontière autrichienne. Du côté gauche de la vallée s'étalent les pâturages des paysans, et en face une partie des chaînes de montagnes du Parc national suisse.

La moindre trace d'animal, le moindre son: rien n'échappe aux sens aiguisés de Curdin Florineth. Ici, il repère une sittelle déambulant sur un arbre la tête en bas. Là, il entend un casse-noix moucheté. Emblème du parc national, cet oiseau cache des graines d'aroles et veille au développement des arbres nouveaux au niveau de la canopée.

Comme dans un film de terroir Après une demi-heure, nous atteignons le pâturage alpestre où 70 moutons paissent en été. La scène a l'air de sortir tout droit d'un film de terroir: une cabane magnifique,

des prairies verdoyantes et le bruit d'un ruisseau en arrière-plan. Mais le lieu n'est pas toujours idyllique. «L'ours est aussi venu y faire un tour», nous explique le garde-chasse. Précisément cette fois où la neige tomba en plein été et que les moutons quittèrent les pentes arides pour se réfugier sous les arbres. «Si les chiens de berger perdent le fil, l'ours a beau jeu.»

Un espace toujours plus réduit Néanmoins, le garde-chasse considère les grands prédateurs comme un enrichissement. Les dommages qu'ils causent sont très faibles proportionnellement à leur nombre, déclare le Grison. Et quoi qu'il en soit, il se considère comme l'avocat des animaux et les défend tous, du scarabée au loup, quoi qu'il arrive. Il se voit comme un intermédiaire entre les humains et le gibier. Qu'il s'agisse de marmottes qui ont retourné des jardins privés ou de photographes amateurs qui font fuir le gibier avec leurs drones, il cherche des solutions cohérentes pour tous. Ce type de conflit est typique de la région, où l'espace de chacun est de plus en plus réduit. Y compris sur les hauteurs, où les Dolomites se rapprochent du ciel au cœur d'un paysage archaïque. Le problème, c'est que l'humain empiète de plus en plus sur l'espace

Avocat des animaux, il représente toutes les espèces, du scarabée jusqu'au loup, quoi qu'il arrive.





L'objectif: veiller au bien-être des animaux. Des heures entières peuvent s'écouler avant que Curdin Florineth en ait vu assez.

vital des animaux, par exemple les amateurs de randonnées à ski ou les freeriders. Le travail de Curdin Florineth consiste donc aussi à surveiller les zones de tranquillité pour la faune et à maintenir le calme à titre préventif. Une priorité

Il sait bien l'agitation qui régnerait si les gens apprenaient qu'un loup rôde dans le coin.

en hiver notamment. Lorsque les animaux doivent se débrouiller pour trouver de la nourriture, toute dépense d'énergie inutile peut se révéler fatale pour eux.

Mais les gens ne sont pas les seuls à faire monter la pression. Plus les espaces vitaux sont réduits, plus les

maladies se propagent rapidement. C'est la raison pour laquelle des contrôles de routine sont effectués, comme c'est le cas à cet instant, à 2400 mètres d'altitude, un lieu d'où l'on peut apercevoir le Val Sampuoir voisin et la moitié de la Basse-Engadine jusqu'au col de la Flüela. Exposé au vent rude de la montagne, le garde-chasse installe ses jumelles. Sa chienne Aika se roule en boule sur sa veste. Elle sait que les choses risquent de durer un certain temps. «Pour apercevoir des animaux, il faut savoir prendre son temps», explique le Grison, qui passe souvent de longues heures dans des endroits comme celui-ci. Il vient d'apercevoir un gemsbok à l'œil nu. «Il est encore un peu maigre. Sa mue n'est pas encore terminée, cela lui demande beaucoup d'énergie.»

Il passe les heures qui suivent à guetter le couloir à peine deux

mètres en contrebas afin de savoir combien d'animaux s'y trouvent (27), couchés, broutant ou jouant, et notamment combien de chèvres (13), de chevreaux (10) et d'éterles (3). Cet élément est essentiel pour connaître l'évolution des cheptels. Le garde-chasse cherche aussi à déceler d'éventuelles croûtes au niveau des yeux, signe d'une kérato-conjonctivite dans les colonies de chamois. Cette irritation peut également toucher les bouquetins, mais elle n'est pas nécessairement fatale. «Les chamois sont incroyablement résistants. Certains se remettent même de fractures aux pattes. Mais si leurs yeux sont crevés, je dois délivrer les animaux de leurs souffrances.»

Un sujet délicat

Une tâche qui fait également partie du quotidien de Curdin Florineth, qui a toujours son fusil avec lui.



Vue sur la Basse-Engadine: les alpages à gauche, le parc national à droite, et l'Inn en plein milieu.

C'est une partie importante de ce travail extrêmement varié. Hier, explique le Grison en route pour le Val S-charl, il assistait à une réunion à Berne. Membre d'une commission spécialisée, il a participé à la gestion du programme de formation de garde-chasse. Demain, au bureau, il étudiera les rapports d'analyse des carcasses de moutons. Ce qui nous ramène au sujet qui fâche: l'ours, le loup.

«Canis Lupus»

Lorsque Curdin Florineth met le cap sur la haute vallée en Landrover vers 14 heures, la température est estivale. L'ours, dont le dernier spécimen a été abattu en 1904, est de retour. Un ours «particulièrement futé», selon Curdin. L'animal se déplace inaperçu dans les environs depuis un certain temps et a attrapé deux moutons dans la vallée latérale, d'où se dégagent

des odeurs d'aroles et qui abrite l'Alp Plazér louée depuis plusieurs générations par un paysan de la plaine. Ce dernier accueille le garde-chasse avec ses chiens, un café et une surprise: «Canis Lupus», déclare-t-il à peine assis. Désormais, c'est comme s'ils parlaient en utilisant des codes secrets, sans jamais prononcer son nom, car ils

savent bien l'agitation qui régnerait si les gens apprenaient que la caméra de surveillance a filmé un loup. Curdin ne pourra le confirmer que lorsqu'il aura analysé les images sur ordinateur. Une chose est sûre: il ne lâchera pas l'affaire.

La beauté à l'état sauvage

N'oubliez pas vos jumelles! L'automne est le moment idéal pour observer la faune et la nature. Si vous avez la chance de croiser la route d'un garde-chasse ou d'un chasseur, n'hésitez pas à leur demander conseil, ils vous renseigneront volontiers.

Consultez aussi le site officiel du Parc national suisse www.nationalpark.ch. Il regorge d'informations générales et des conseils pratiques sur les sentiers de randonnée, l'état des chemins, les offres actuelles et des visites guidées.

NOS RANDONNÉES

PRÉFÉRÉES



Les collaborateurs de Coop Protection Juridique SA dévoilent leurs randonnées préférées – et ce qu'il ne faut manquer sous aucun prétexte.

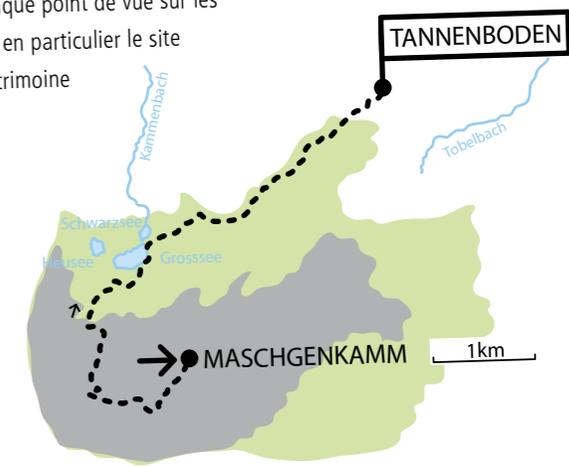


Distance	7 km
Durée	2 heures
Montée	66 mètres
Descente	689 mètres
Conseil	Peu avant le lac Grossee, profitez du coin barbecue pour faire une pause et admirer la vue extraordinaire sur le Seebenalp et les Churfürsten.

Vue sur le patrimoine mondial

par **Franco Faccioli** juriste, expert dans l'équipe des spécialistes

On atteint le Maschgenkamm (2020 m) en télécabine pour quatre personnes. A l'arrivée, on accède directement au circuit du sérac, un sentier aménagé qui traverse de somptueux pâturages en direction d'Alp Grueb. Pendant toute la randonnée, vous bénéficierez d'un magnifique point de vue sur les paysages de montagnes, en particulier le site de Sardona classé au patrimoine mondial de l'Unesco. Un sentier caillouteux bien aménagé descend en direction de Seebenalp (1622 m) et poursuit à travers un paysage magnifique jusqu'à Tannenboden.



Circuit: Maschgenkamm - Tannenboden, Flums (SG)

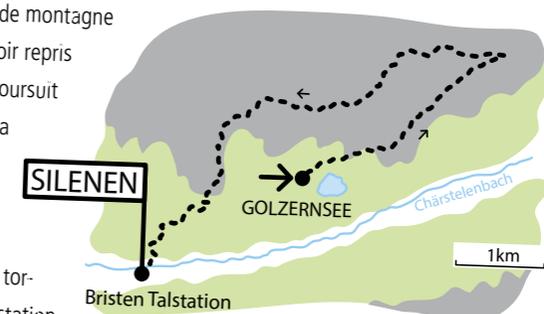


Distance	10 km
Durée	4,5 heures
Montée	711 mètres
Descente	1300 mètres
Conseil	Séjournes dans l'hôtel historique Maderanertal comme Friedrich Nietzsche en 1870.

Dans les paysages sauvages du Val Maderan

par **Kurt Kempf** expert, frontoffice / réseau des courtiers

L'idyllique lac de Golzern, sur les hauteurs du Val Maderan, constitue le point de départ de la randonnée au cœur du canton d'Uri. Le téléphérique Bristen-Golzern épargne deux heures de montée. Depuis le lac de Golzern, on traverse des forêts clairsemées jusqu'à la cabane Windgällen. Ensuite, de la cabane à Balmenegg, le parcours offre des points de vue magnifiques sur le glacier ainsi que sur le Chalchschijen et le Grosswindgällen, deux majestueux sommets qui culminent à plus de 3000 mètres, très prisés des alpinistes. Le sentier bordé de fleurs alpines revient à Balmenegg et à l'hôtel de montagne Maderanertal. Après avoir repris des forces, la route se poursuit jusqu'à l'Alp Stössli (et sa fromagerie d'alpage), puis longe le sentier historique de la vallée et le Chärstelenbach, un torrent sauvage, jusqu'à la station aval du téléphérique.



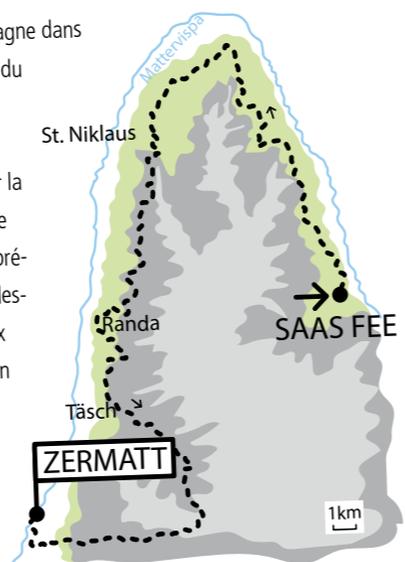
Circuit: lac de Golzern - Bristen (UR)



Face au Cervin

par **Guido Bürle** expert en droit des assurances sociales et gestion de dossiers

Une randonnée de quatre jours en haute montagne dans la vallée de Saas et de Zermatt, dans le canton du Valais, constitue un défi de taille. Les montées et les descentes sont éprouvantes, mais offrent sans cesse des points de vue spectaculaires sur la célèbre chaîne de sommets culminant à plus de 4000 mètres. Nous avons particulièrement apprécié la nuit passée dans la cabane Europa, au-dessus de Täsch: le soir, nous avons pu admirer six bouquetins depuis la terrasse – sans oublier un magnifique coucher de soleil à la limite du kitsch. Nous avons adoré la dernière étape de la Täschhütte à Zermatt en passant par le col de Pfulwe. La vue sensationnelle sur le Cervin depuis le col de Pfulwe nous a fait oublier notre fatigue.



Circuit: Saas-Fee - Zermatt (VS)

Distance	66 km
Durée	24 heures
Montée	4289 mètres
Descente	4481 mètres
Conseil	Une halte au restaurant de montagne Fluhalp lors de la descente en direction de Zermatt (vous pouvez même y passer la nuit!). Un point de vue exceptionnel vous y attend.

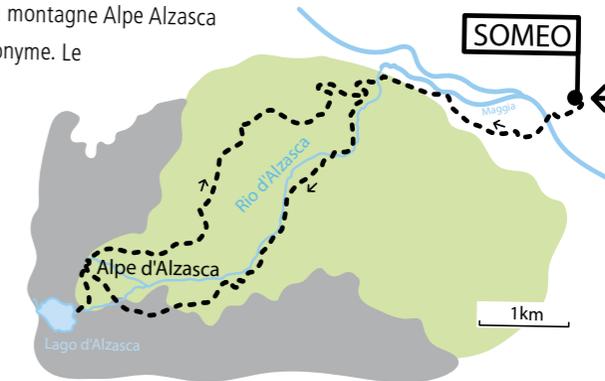
Un morceau de perfection

par **Nicole Säger** spécialiste gestion des risques et contrôle interne

Le pittoresque Lago d'Alzasca se situe sur les hauteurs de la Valle Maggia. Lors de cette randonnée en montagne, l'ascension est raide et très éprouvante: dès le début, il faut avaler un dénivelé de 700 mètres. Le sentier serpente ensuite à travers des forêts de châtaigniers, des prairies de montagne parfumées et des maisons en pierres, dont certaines sont encore habitées. Après plus de quatre heures d'ascension, on peut apercevoir la montagne Alpe Alzasca et la cabane CAS éponyme. Le Lago d'Alzasca se trouve un peu plus haut. Une fois sur place, on n'a qu'une envie: y rester et profiter du calme absolu pendant quelques heures.



Distance	19 km
Durée	8,5 heures
Montée	1670 mètres
Descente	1670 mètres
Conseil	La petite note sucrée des myrtilles sauvages rend la montée un peu moins pénible, de même que le clapotis de l'eau de source rafraîchissante à la fontaine en bois de la cabane du CAS.



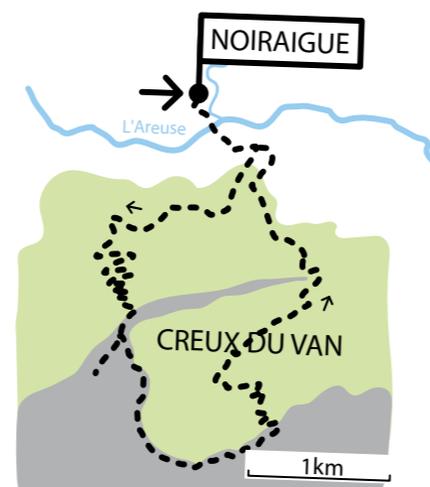
Circuit: Alpe d'Alzasca



Blocs rocheux et bouquetins

par **Stéphanie Thum** juriste au service juridique

Je fais de la publicité pour mon canton d'origine, Neuchâtel. A ne pas manquer: le Creux du Van, un cirque rocheux naturel extrêmement impressionnant de 1400 mètres de large et 200 mètres de haut. Je vous le garantis: cette randonnée restera une expérience inoubliable, notamment les vues à couper le souffle sur cette falaise unique et ses bouquetins. Par ailleurs, le Val-de-Travers est également célèbre pour la fabrication artisanale d'absinthe, à tester impérieusement!



Circuit: Creux du Van

Distance	11 km
Durée	4 heures
Montée	751 mètres
Descente	751 mètres
Conseil	Une halte au restaurant Le Soliat pour déguster un bon plateau de viande et de fromage ou une délicieuse fondue.

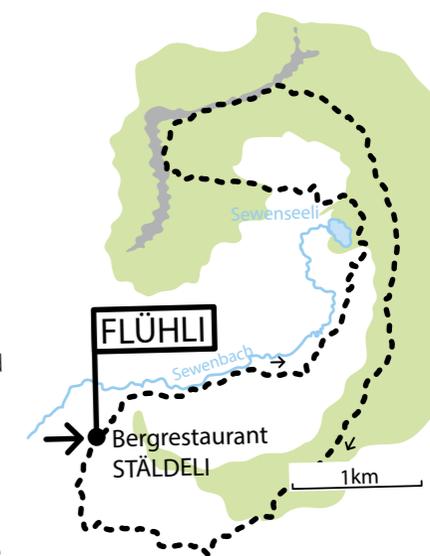
L'horizon à perte de vue

par **Hendrik Menge** juriste, expert dans l'équipe des spécialistes

L'ascension commence derrière le restaurant Stäldeli ob Flüfli dans la vallée de l'Entlebuch et se poursuit sur un sentier caillouteux en direction du lac Sewenseeli. A partir de la chapelle, une pente abrupte mène jusqu'au Fürstein, qui culmine à 2039 mètres et offre une vue panoramique exceptionnelle de l'Oberland bernois à la Forêt-Noire. L'itinéraire se poursuit le long d'un haut-marais et de la crête jusqu'au col du Sattel en passant par Rickhubel, Trogenegg et Miesenegg. Une descente abrupte ramène au point de départ.



Distance	14 km
Durée	5,5 heures
Montée	893 mètres
Descente	893 mètres
Conseil	En hiver, la région est idéale pour les randonnées en raquettes et à ski. Les vététistes chevronnés trouveront aussi de quoi s'occuper.



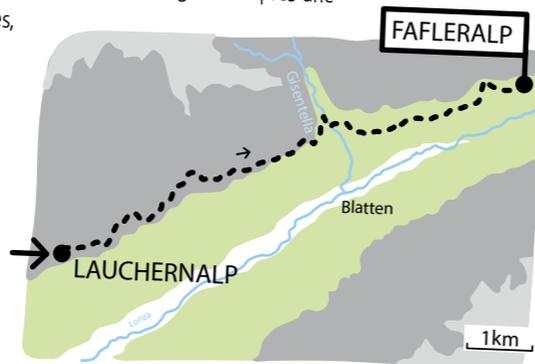
Circuit: Seewenseeli



Sous surveillance

par **Petra Huser** assistante de direction / responsable de la communication

Le chemin de montagne entre Lauchernalp et Fafleralp dans la vallée ensoleillée du Lötschental est un grand classique. Sillonnant le long de magnifiques prairies fleuries et de torrents sauvages, il traverse des forêts parfumées et un paysage alpin envoûtant. Détendez-vous à l'hôtel Fafleralp, mais ne faites pas d'excès avec la délicieuse tarte aux abricots, sinon vous manquerez le sensationnel dîner Stroganoff! Après une nuit tranquille à 1767 mètres, le chemin retourne dans la vallée, offrant sans cesse une vue sur le Bietschhorn, qui culmine à près de 4000 mètres, et traverse de petits villages surveillés par les Tschäggättä, des personnages sculptés typiques du Lötschental.



Circuit: Lauchernalp - Fafleralp dans Le Lötschental (VS)

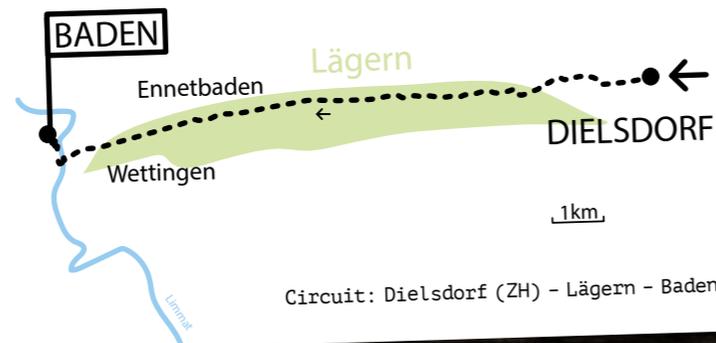
Distance	13 km
Durée	3,5 heures
Montée	227 mètres
Descente	807 mètres
Conseil	Une pause bien-être au Lac-Noir à 1860 mètres: enlevez vos chaussures de randonnée et rafraîchissez-vous les pieds!



A la découverte du chemin des crêtes du Jura

par **Christine Wernli** responsable projets spéciaux / gestion de la qualité

La randonnée de Dielsdorf à Baden en passant par le Lägern est la première des 18 étapes du chemin des crêtes du Jura, qui relie Zurich à Genève. Cette randonnée variée passe par la crête étroite du Lägern et offre des vues impressionnantes sur le Plateau suisse. La pittoresque commune de Regensberg et les ruelles tortueuses de la vieille ville de Baden regorgent d'histoire et de culture. Un surprenant chemin de crête traverse les hauteurs entre la crête du Lägern et Scharfenfels. La prudence est de rigueur, ainsi qu'une bonne paire de chaussures.



Circuit: Dielsdorf (ZH) - Lägern - Baden (AG)

Distance	13 km
Durée	4 heures
Montée	214 mètres
Descente	559 mètres
Conseil	Savourez une bière fraîche à la fontaine du jardin de l'auberge Kurt à Regensberg.

JOURS DE RÊVE EN HIVER

au

MARGNA

PARKHOTEL | SILS | ENGADIN



Offre spéciale
pour les lecteurs du
CORE

Profitez des magnifiques journées d'hiver dans le PARKHOTEL MARGNA **** supérieur à Sils à l'Engadine aux conditions uniques.

Inclus:

3 ou 5 nuits en chambre lambrissée
Buffet de petit déjeuner et dîner à 5 plats au restaurant Grill
Centre de fitness et bien-être, place de parking, Wi-Fi, transports public de la Haute Engadine

Offre spéciale pour 3 nuits :

Chambre double : dès CHF 569 par personne (au lieu de CHF 675)
Chambre simple : dès CHF 634 par personne (au lieu de CHF 750)

Offre spéciale pour 5 nuits :

Chambre double : dès CHF 899 par personne (au lieu de CHF 1125)
Chambre simple : dès CHF 999 par personne (au lieu de CHF 1250)

Forfait de ski à prix spécial

CHF 38 / jour au lieu de CHF 79 / jour (uniquement pour l'intégralité du séjour)

Validité

16-21 décembre 2017 | 5 janvier-8 février 2018 | 19 mars-8 avril 2018

Réservation

Auprès l'hôtel sur mention de l'offre « Offre spéciale CORE »

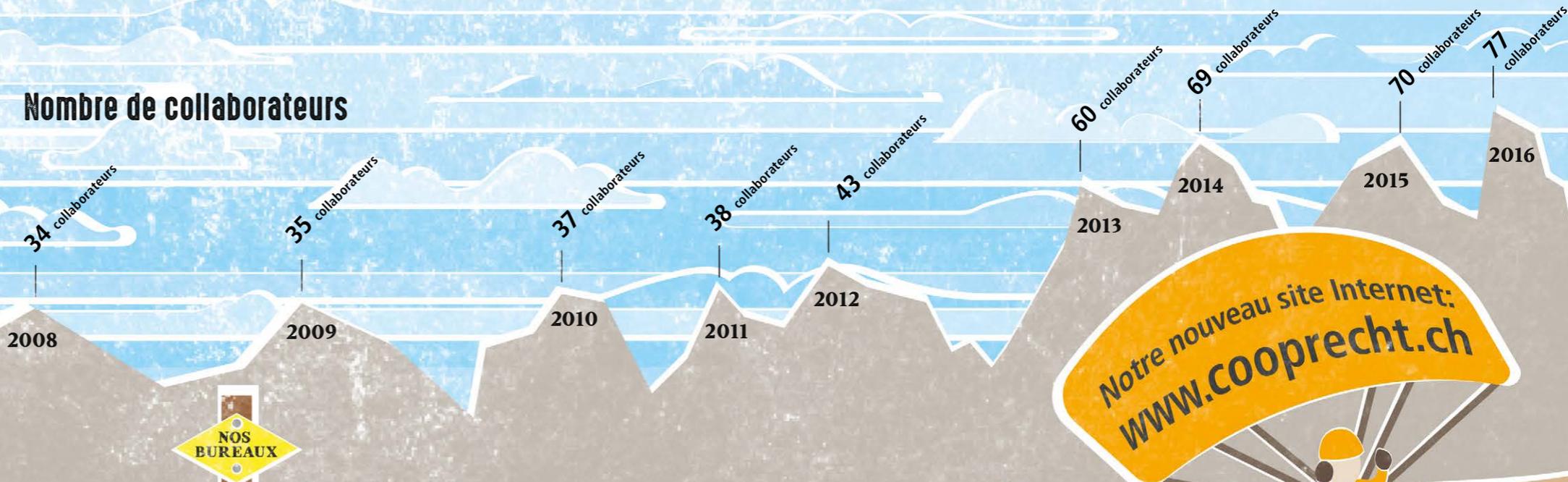
PARKHOTEL MARGNA

Via da Baselgia 27 | CH-7515 Sils-Baselgia
081 838 47 47 | www.margna.ch | info@margna.ch

DES FAITS & DES CHIFFRES

Les montagnes de données de Coop Protection Juridique SA

Nombre de collaborateurs



Notre nouveau site Internet: www.cooprecht.ch

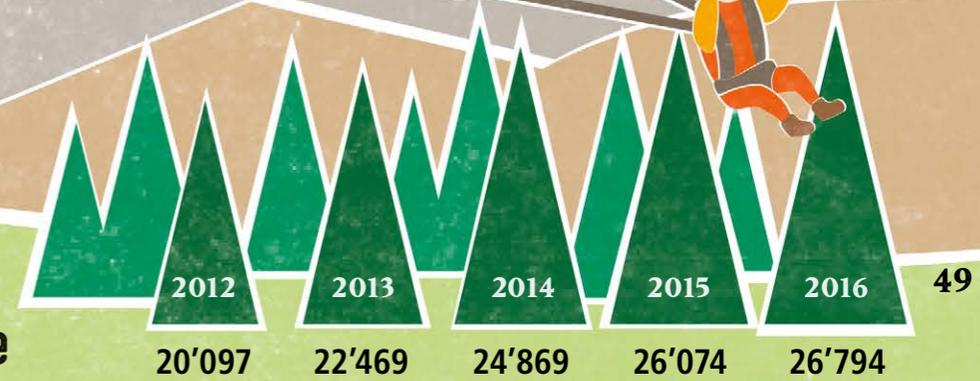
NOS BUREAUX

AARAU

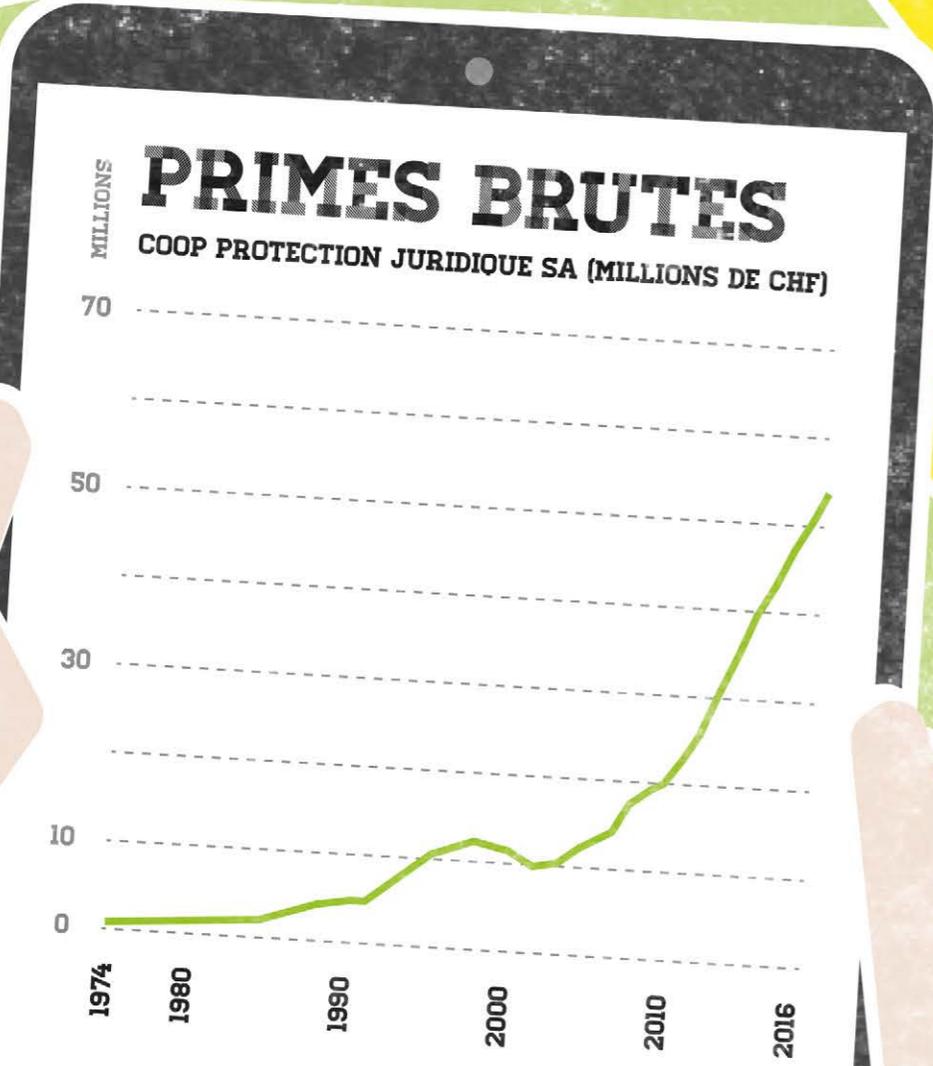
BELLINZONA

LAUSANNE

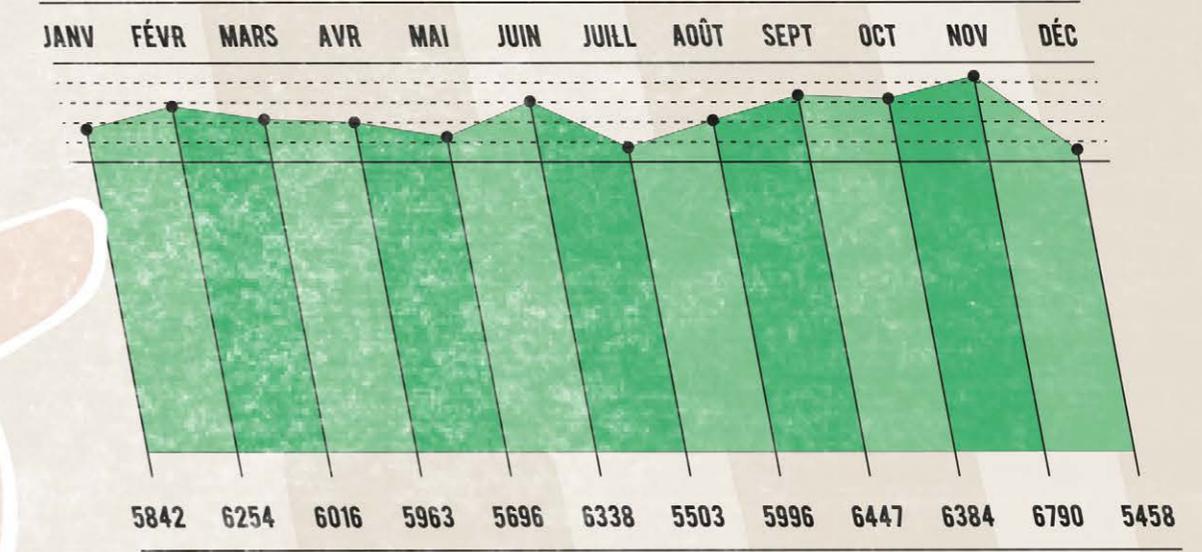
Nombre de cas de protection juridique



48



NOMBRE D'APPELS ENTRANTS PAR MOIS



NOMBRE TOTAL D'APPELS EN 2016: 72 687

49

L'ÉNIGME DES MONTAGNES

C'est très simple: reportez les lettres encadrées dans la grille en bas à droite pour reconstituer le mot-clé. Si vous avez survolé certains articles, un indice vous indique le numéro de page où se cache la réponse...

1

Quel spectacle naturel Stéphanie Thum recommande-t-elle de découvrir?

Indice: page 44

C

Reportez la lettre dans le champ n° 1

2

Dans quelle partie de la vallée suisse de l'Inn le garde-chasse Curdin Florineth patrouille-t-il?

Indice: page 38

G

Reportez la lettre dans le champ n° 2

3

Vous souvenez-vous du nom de famille de notre BASE jumper?

Indice: page 18

W

Reportez la lettre dans le champ n° 3

50

4

Comment Heini Giesker se présente-t-il aux anglophones?

Indice: pages 6, 7

C

Reportez la lettre dans le champ n° 4

5

Dans quel pays exotique Petra Klingler a-t-elle surtout livré un combat contre elle-même?

Indice: page 12

N

Reportez la lettre dans le champ n° 5

6

De quel pays est originaire Ludwig Purtscheller, qui fut le premier à gravir le Kilimandjaro en 1889?

Indice: pages 26, 27

T

Reportez la lettre dans le champ n° 6

7

Quel snowboarder zurichois achèterait volontiers le Cervin s'il le pouvait?

Indice: page 53

P

Reportez la lettre dans le champ n° 7

8

Qu'a déclenché Erwin lors d'une randonnée en raquettes?

Indice: page 33

E

Reportez la lettre dans le champ n° 8

Le grand prix de la montagne!

Vous avez trouvé le mot-clé? Alors donnez-nous la réponse sur notre site www.core-magazin.ch et vous gagnerez peut-être l'un de nos fabuleux prix. Bonne chance!



1^{er} PRIX

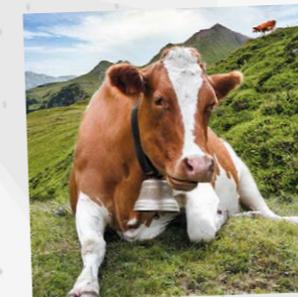
Séance de bloc pour 10 personnes avec Petra Klingler

2 heures de cours d'escalade avec la championne du monde de bloc, un formateur diplômé et 9 amis! Aucune connaissance préalable n'est requise. Juste l'envie d'un peu d'aventure...

2^e PRIX

Bon d'une valeur de CHF 200.- chez Transa

Transa compte huit magasins en Suisse. Tous les magasins Transa proposent une sélection variée d'équipements haut de gamme pour les voyages et les activités de plein air.



3^e PRIX

Abonnement de fromage par kuhleasing.ch

Recevez 1 kg de fromage par courrier pendant 3 mois consécutifs. Le fromage est produit dans les alpages partenaires de kuhleasing.ch.

Date limite de participation:
30 novembre 2017

Les gagnants seront avisés par écrit. Pas de paiement en espèces. Recours juridique exclu. Aucune correspondance ne sera échangée au sujet du tirage au sort. Les collaborateurs Coop Protection Juridique SA et leurs proches sont exclus du concours.

Le mot-clé à trouver est le suivant:

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Il vous suffit de nous indiquer le mot-clé sur www.core-magazin.ch

51

IOURI PODLATCHIKOV

Sacré champion du monde en 2013 et 2015 et champion olympique en 2014, le snowboarder zurichois spécialiste du half-pipe sera également l'un des favoris aux JO de 2018 malgré une rupture des ligaments croisés au printemps. Outre le sport, Iouri poursuit une carrière impressionnante de photographe.

Interview: Christof Gertsch et Matthias Mächler / photo: Lukas Maeder

Que vous apporte la montagne?

Un changement d'air. Non seulement de l'air frais à respirer, mais aussi de l'oxygène pour l'esprit. Et aussi dans le sens d'espace: la montagne est pour moi un espace de jeu. Je m'y sens libre comme l'air!

Quelle est, selon vous, la principale règle à respecter en montagne?

Celle que trop peu de personnes respectent, à savoir ne jamais s'asseoir sur la piste directement derrière un monticule. J'aimerais que tout le monde partage cette logique, mais ce n'est malheureusement pas le cas. C'est pourquoi je ne mers jamais des monticules comme tremplins, même si j'aime ça. Il peut toujours y avoir quelqu'un qui fait une pause derrière et qui risquerait de se faire décapiter.

Et quelle règle faudrait-il inventer?

Pas une règle, mais une application qui fasse vibrer le téléphone lorsqu'on se rapproche trop de quelqu'un sur la piste. Ce serait un outil vraiment très utile en termes de sécurité. Je serais d'ailleurs vexé si quelqu'un concrétisait cette idée sans m'en attribuer toute la gloire. (Rires)

En dehors de votre victoire aux Jeux olympiques, quel souvenir en montagne reste inoubliable?

Les premiers qui me viennent à l'esprit sont vraiment affreux. La chute qui a obligé mon frère à mettre fin à sa carrière. Toutes les chutes dont je suis sorti avec des blessures. Mais il y a un autre souvenir important: la fois où j'ai sauté d'un hélicoptère sur un sommet dans le nord

du Canada dont personne n'était encore jamais descendu. Quelle sensation incroyable! La crête était si étroite que j'avais la trouille de tomber – jusqu'à ce que je chausse mon snowboard. Sur un snowboard, aucune piste n'est trop raide, il suffit de se mettre en travers.

Quelle montagne achèteriez-vous si vous le pouviez?

Le Cervin. C'est comme la tour Eiffel: elle dégage une sorte de magie à laquelle je ne peux pas échapper. J'ai vu beaucoup de montagnes,

«SUR UN SNOWBOARD, AUCUNE PISTE N'EST TROP RAIDE.»

mais aucune ne m'a autant ouvert l'esprit et les yeux que le Cervin.

Que vous offre la montagne en été qui n'est pas possible en hiver?

Elle me libère de tout. C'est peut-être possible aussi en hiver, mais je n'y pense pas. En ce qui me concerne, l'endroit idéal pour une résidence d'été ne serait pas au bord de la plage, mais en montagne. On monte, on fournit des efforts, puis on se détend, le néant. L'idée de n'avoir à faire que du feu et lire un livre tout là-haut est très bénéfique pour moi.

Et que vous apporte la ville que la montagne ne vous donne pas?

La culture. Avant, je pensais que les régions montagneuses avaient

vingt ans de retard sur les villes. Aujourd'hui, je dirais plutôt quarante.

Qu'est-ce qui vous agace en montagne?

Ce retard de quarante ans, justement. En montagne, les gens sont davantage éprouvés par la météo, l'environnement ou la montagne elle-même que par d'autres personnes. J'ai l'impression que beaucoup de personnes y sont trop épuisées par le travail physique pour faire travailler aussi leur esprit.

Quand avez-vous eu peur pour la dernière fois en montagne?

Cela arrive plus souvent qu'on ne le pense. Dans mon activité, la moindre rafale de vent peut être dangereuse. Et il arrive qu'une qualification pour une compétition dépende d'un calendrier serré, même si la météo

n'est pas propice. C'est bizarre à dire, mais j'ai peur du vent. Une fois, je me suis cassé la figure dans le half-pipe. Pourtant, je n'avais commis aucune erreur, comme le montra la vidéo ultérieurement. La faute à une rafale de vent qui m'avait fait faire un quart de tour de trop en l'air.

Etes-vous plutôt surassuré ou sous-assuré?

Plutôt surassuré. Je suis un peu tête en l'air, il y a certaines choses dont je ne me soucie pas. Je pourrais certainement faire des économies, mais je n'ai pas envie de m'en occuper. De toute manière, je préfère être surassuré que sous-assuré: au moins je peux dormir sur mes deux oreilles.

Merci!

Chères lectrices, chers lecteurs,

Depuis de longues années, Coop Protection Juridique SA a la chance de pouvoir compter sur des partenaires de premier plan. Sans eux, notre entreprise ne serait pas ce qu'elle est.

Nous aimerions donc remercier: Employés Suisse, Atupri, Beobachter, Coop, Européenne Assurances Voyages, Syndicat du personnel de la douane et des gardes-frontière garaNto, Helsana, Helvetia, CPT, ASLOCA du canton de Berne MVB, ÖKK, Association du personnel de la Confédération APC, Association du personnel de la Suva, Association suisse des employés de banque, Syndicat du personnel des transports SEV, Association suisse des artistes de scène, smile.direct, Organisation suisse des patients OSP, SWICA, Sympany, Syna, syndicom, Unia, Association transports et environnement ATE, Syndicat des services publics SSP.

coop protection juridique
tout simplement différente.

Coop Protection Juridique SA

Entfelderstrasse 2, Case postale 2502, 5001 Aarau
T. +41 62 836 00 00, info@cooprecht.ch
www.cooprecht.ch, www.core-magazin.ch