

# CAS SECTION LA GRUYÈRE

**Présidente**

Florence Luy  
Le Village 359, 1628 Vuadens / tél. 079 293 53 08  
Case postale 502 - 1630 Bulle  
<http://www.cas-gruyere.ch>  
<http://www.cas-jeunesse.ch.vu>  
[info@cas-gruyere.ch](mailto:info@cas-gruyere.ch)

**Adresse du club****Sites internet****E-mail****Local de la section**

Bâtiment Setam - Ch. de Bouleyres 79 - Bulle  
Tél. 026 912 24 98  
Georgette Maillard / tél. 026 912 87 39

**Rédaction du bulletin**

Lise Ruffieux  
Rue de Vevey 207, 1630 Bulle / tél. 026 913 11 68  
E-mail: [lise.ruffieux@bluewin.ch](mailto:lise.ruffieux@bluewin.ch)

**Photo de couverture**

Dent de Corjon, photo offerte par Eric Barras

**N° 4 avril 2007**

## LE MOT DE LA PRESIDENTE

### Et vous, qu'avez-vous fait sans neige?

L'hiver, c'est: les montagnes recouvertes d'un manteau neigeux. L'hiver, c'est: la glisse dans tous ses états. Oui, mais, quand l'hiver ce n'est ni la neige, ni le ski, que reste-t-il? La déprime, l'exil ou de nouvelles occupations. Allez, optons pour la dernière solution. A l'heure où l'on loue la diversité, ce début d'année nous a donné l'opportunité de nous exercer à des activités variées.

Les sentiers à raquettes sont redevenus des chemins de randonnée, on a redécouvert l'attrait des musées, les jeux de société ont été remis au goût du jour, on s'est initié au «ruisseling» – la marche sur des torrents gelés – ou encore, le shopping en pleine période de soldes s'est avéré fort judicieux, sans oublier que les bains font du bien (Charmey

bien sûr...). En d'autres termes: il a été possible de vivre un début d'hiver printanier avec sérénité. Contrairement aux Québécois, qui ont plongé dans le marasme à cause de ne pouvoir gretotter.

L'hiver ne doit pas être réduit à la neige, au risque de se trouver fort dépourvu quand elle ne vient pas. La montagne reste là, avec la beauté de ses paysages, permettant toutes sortes d'activités sportives et culturelles. N'est-ce d'ailleurs pas avec un tel état d'esprit que nous pouvons envisager sans trop d'appréhension les conséquences d'un éventuel réchauffement climatique? Mais à l'heure où ces lignes seront mises sous presse, il est fort à parier que nous serons sur le point de vivre un début de printemps hivernal...

*Florence Luy*

## Sommaire

Reflets du comité

3

Cabanes

5

Bibliothèque

13

Expé 07

14

Groupement jeunesse

17

Les courses du mois

25

Récits de courses

31

# REFLETS DU COMITÉ

## Candidats

### Paréjas Alain

Grand Rue 7

Bulle

### Werro Carmen

Unterdorf 80

Rechtalten

### Menoud Gaston

Joretta 48

Sâles

### Tercier Christophe

Ruelle de l'Aurore 1

Riaz

### Blanc Didier

La Salla

Echarlens

### Engel Etelvina

La Rotonde

Marsens

### Engel René

La Rotonde

Marsens

### Engel Jonas

La Rotonde

Marsens

### Engel Timothé

La Rotonde

Marsens

### Richoz Vincent (GJ)

La Montagne

Brenles

## Admissions

### Peyraud Laure

Place du Parc 6

Broc

### Piller Florence

Rue des Remparts 15

Bulle

### Jungo Christophe

Rue des Remparts 15

Bulle

### Chablais Stéphanie

Chemin de la Berra

Gumefens

### Oberson Anne

Rue de la Berra 70

Bulle

### Martin Frédéric

Clos de la Chapelle A

Le Pâquier

### Fragnière Michel

Grange de Paille

Le Bry

### Bach Joël

Route de Montmasson 2

Marsens

### Curty Gérard

Rue de Corbières 1

Bulle

## Activités

Date	But	Participants
04.02	Le Rothorn	11
15.02	La Berra	17
18.02	Châtillon	13
22.02	Hundsrügg – Waldweid	17

## Coin de la sympathie

Nous présentons nos sincères condoléances et assurons de notre amicale sympathie les personnes touchées par les décès de:

**Marie-Claude**, épouse de Jean-Pierre Bonte

**Bernard**, papa de Daniel Sturny

# INFO CABANES

**Cabane des Clés - samedi 5 mai**

---

Invitation à toutes et à tous à la  
**soirée d'ouverture du printemps**

Au menu  
**Fondue moitié-moitié** ou **Fondue au vacherin**  
ou **Macaronis de chalet**

**Prix 17.-**  
par personne, café et thé compris

**Renseignements et inscriptions**  
chez Eric Sudan (tél. 026 915 10 49) et Gilbert Berset (tél. 026 411 34 49)

## **Infos Bounavaux 2007**

---

**Les gardiens qui désirent profiter de l'hélicoptère  
pour transporter leurs cartons sont priés de les déposer  
jusqu'au mercredi 16 mai chez :**  
**Charly Girard au Pâquier (079 391 35 20)**

*Les responsables*

**CARROSSERIE Gérard Spicher**

**1731 Ependes**

Tél. 026 413 23 14

Tél. à Marsens 026 915 19 64

Natel 079 214 25 54

*Devis à domicile*

*Voiture de remplacement*

# GARDIENNAGES DU MOIS

## Gardiennage des Portes

---

Avril	31-1	Christophe et Maryline Gremaud
Avril	7-8	Jean-François Vienny
Avril	14-15	Monmon Descloux
Avril	21-22	Myriam Kolly
Avril	28-29	Marmy, Bobonne et Colliard

**Veillez prendre les clés chez Yves Kolly**, Rte des Gottes 58, à Marsens.  
Tél. 026 915 19 21 ou 079 465 79 37

**Responsable adjoint:** Serge Dupasquier, Village d'Enhaut 475, à Vuadens.  
Tél. 026 912 90 87

*Pour les arrêts en semaine, veuillez vous adresser à Yves Kolly.*

## Gardiennage de l'Oberegg

---

Avril	1	Zweidler Otto - Brandini Michel
Avril	8	Siffert Nadia
Avril	15	Jaquier Canisia
Avril	22	Rigolet Frédy - Bapst Noël
Avril	29	Aubry Georgette - Bossel Marie-Rose

*Veillez prendre les clés chez Otto Zweidler - 026 921 14 52*

### Création graphique

Logos et papèterie

Plaquettes et prospectus

Libretto, flyers et affiches  
pour vos manifestations



**Stéphane Piller**  
**1627 Vaulruz**

**Renseignements**  
**026 913 87 77**

# GARDIENNAGES DES MARINDES

<b>Mai</b>	Week-end	19-20	Ouverture/Transports - Aubonnet Bernard
	Semaine	21-25	Libre
	Week-end	26-27	Agnès Limat, Mathilde Auer et Denise Dupasquier
<b>Juin</b>	Semaine	28-01	Libre
	Week-end	02-03	André Sciboz
	Semaine	07-08	Jean et Florence Barras + famille
	Week-end	09-10	Jean et Florence Barras + famille
	Semaine	11-15	Edouard Krattinger
	Week-end	16-17	Edouard Krattinger
	Semaine	18-22	Libre
	Week-end	23-24	Seydoux, Descuves et Pasquier
Semaine	25-29	Libre	
<b>Juillet</b>	Week-end	30-01	Libre
	Semaine	02-06	Bernard Aubonnet
	Week-end	07-08	Marcel et Fabienne Gobet
	Semaine	09-13	Sonia Menoud
	Week-end	14-15	Libre
	Semaine	16-20	Chantal Pythoud
	Week-end	21-22	Jean-Marie Grivel
	Semaine	23-27	Henri-Paul Gillon
Week-end	28-29	Jean-François Forney	
<b>Août</b>	Semaine	30-03	Jean-Marie Sciboz
	Week-end	04-05	Baeriswyl, Feyer et Yerly
	Semaine	06-10	Etienne Pasche
	Week-end	11-12	Etienne Pasche
	Semaine	13-17	Pierre-André Jaquet
	Week-end	18-19	Véronique Clément
	Semaine	20-24	David Sciboz
	Week-end	25-26	Martial Rouiller
Semaine	27-31	Martial Rouiller	
<b>Septembre</b>	Week-end	01-02	Les responsables - week-end chasse
	Week-end	08-09	Edouard Krattinger
	Semaine	10-14	Edouard Krattinger
	Week-end	15-16	René Krattinger
	Week-end	22-23	Jean-Luc Poffet
	Week-end	29-30	Bernard Aubonnet
<b>Octobre</b>	Week-end	06-07	Dénervaud Eric

Les clefs sont à prendre chez Antoine Barras (l'appeler au 079 753 61 08)

Les personnes intéressées au gardiennage sont priées de s'annoncer auprès de Jean Barras, responsable, au 026 915 31 07 (le soir) ou 079 751 88 85.

Les personnes qui gardiennent la semaine peuvent apporter leurs cartons jusqu'au jeudi 17 mai chez Jean Barras, à Hauteville.

# GARDIENNAGE DES CLÉS

<b>Avril</b>		FERME, pas de gardiennage
<b>Mai</b>	05 - 06	Les responsables
	12 - 13	Patrick Monney
	19 - 20	Libre
	26 - 27	Stéphane Vionnet, Marc Risse
<b>Juin</b>	02 - 03	Libre
	07 - 10	José Romanens
	16 - 17	Eric Sudan
	22 - 23	Isabelle Gremaud
	29 - 30	Daniel Schaffer
<b>Juillet</b>	07 - 08	Jean-Daniel et Babette Chenux
	14-15	J-Marie Zosso
	21-22	Roland Berset et famille
	28-29	Christophe et Claire-Lise Gremion
<b>Août</b>	04 - 05	Gilbert et Manu Berset
	11 - 12	Martial Rouiller
	18 - 19	Roland Dervey
	25 - 26	Meyer - Krattinger
<b>Septembre</b>	01 - 02	Bruno Yerly
	08 - 09	Denise Jaquier
	15-16	Daniel Hanni
	22-23	Libre
	29-30	Libre
<b>Octobre</b>	06 - 07	Libre
	13 - 14	Marcel et M-Jo Mettraux
	20 - 21	Mme Tena
	27 - 28	Eric Sudan, fermeture
<b>Décembre</b>	15-16	Ouverture du gardiennage 2008

Pour les personnes qui souhaitent garder aux Clés, prière de s'adresser à Eric Sudan, tél. 026 915 10 49 ou Gilbert Berset, tél. 026 411 34 49

# GARDIENNAGE DE BOUNAUAUX

<b>Mai</b>	17 – 20	Team Bounavaux
	26 – 28	Team Bounavaux (26 mai : messe et soupe de chalet)
	29 – 31	Candide et Marie-Thérèse Michaud
<b>Juin</b>	01	Candide et Marie-Thérèse Michaud
	02 – 03	Bernard Bussard – Willy Audergon – D. Cosandey
	04 – 06	Frédy Wyssmüller – Henri Jaggi – Marcel Morel
	07 – 10	Familles René Piller – Gilbert Berset – Patrick Monney
	11 – 15	Denise Jaquier – Jean-Louis Romanens
	16 – 17	Georgette Aubry – Odette Crottaz – Marie-Rose Bossel
	18 – 22	Georgette et Riquet Maillard – Jean-Marie et Marthe Liard
	23 – 24	Antoine Buntschu – Jacqueline Wehren
	25 – 29	Serge et Georgette Dupasquier
	30	Pâteux – Le Rouge – Kiki - Gérald
<b>Juillet</b>	01	Pâteux – Le Rouge – Kiki - Gérald
	02 – 06	Martial et Agnès Rouiller
	07 – 08	20 ans de CAS à Bounavaux
	09 – 13	Famille Jean-Marc et Lucienne Delaquis
	14 – 15	Dodo – Lili – Otto - Maguy
	16 – 20	Jean-Louis Willems
	21 – 22	Robert et Babette Neuhaus
	23 – 27	Geneviève Bovigny – Rachel Pugin
	28 – 31	Pierrot & Myriam Roulin
<b>Août</b>	01 – 03	Pierrot & Myriam Roulin
	04 – 05	René et Manou Vallélian – Eugène et Madeleine Pittet
	06 – 10	Jean-Pierre Wehren – Myriam Kolly – Nicolas et Claudine Gremion
	11 – 15	Famille Charly Girard – Denise Jaquier – Jean-louis Romanens
	16 – 17	Daniel Boschung – Raoul et Carine Ruffieux – Bertrand Ruffieux
	18 – 19	Familles Eric Ducrest et Stéphane Ducrest
	20 – 24	Nathalie Charbonnier – Rose-Marie Egger – Helen Vionnet
	25 – 26	Les responsables - Week-end du bois
	27 – 31	Nathalie Charbonnier – Rose-Marie Egger – Helen Vionnet
<b>Septembre</b>	01 – 02	Emmanuel Egger – Dominique Dumas
	03 – 07	Bernadette Gysel
	08 – 09	Claude Sallin – Thomas Brügger
	15 – 16	Famille Gérald Rumo – Daniel Schafer
	22 – 23	Famille Jo Esseiva
	29 – 30	André Geinoz – Jean-Louis Vial
<b>Octobre</b>	06 – 07	Denyse Dupasquier – Mathilde Auer – Agnès et Francis Limat
	13 – 14	Team Bounavaux (Fermeture)
Week-end :	du samedi 10h00 au dimanche 16h00	
Semaine :	du dimanche 16h00 au samedi 10h00	

# BIBLIOTHÈQUE

## Nouveaux livres à la bibliothèque du stamm

### Randonnées alpines - Objectif cabane

Guide culturel de 50 cabanes du CAS ; Dres Balmer; 272 pages, nombreuses photos en quadrichromie. Aux éditions CAS, 2007

### Courses en raquettes 1 - De Montreux au Lac de Thoune

De E. Ackermann et A. Wandfluh, 200 pages env. description détaillée et cotation itinéraires, 136 photos en couleur. Aux éditions CAS, 2007

### Courses en raquettes 2 - Crêtes du Jura et Préalpes franco-suissees

De Didier Cassany, 220 pages env. Aux éditions CAS, 2007

## ANNONCE

### A VENDRE

#### 1 paire de souliers Scarpa (Berguel),

N° 36 1/2, très bon état

Conrad Magnin, Auges 5, 1635 La Tour-de-Trême, 079 512 77 01



[www.morand-vins.ch](http://www.morand-vins.ch)

**Négociants - Eleveurs**  
*depuis 1926*

**Visitez notre**  
*Dinothèque*

du Lu a.m. au Sa matin.



# RUBRIQUE EXPE 07

## **Résumé de la course Chumigalm le 11 février**

---

7h00 du matin, tout le monde arrive un peu mal réveillé, tout le monde, sauf Joël et la famille Folly qui étaient sûrs que le rendez-vous était à 7h30 (ce n'est peut-être qu'une excuse). Enfin, nous embarquons le matos et les participants parmi les chaussures de ski, dont les odeurs nous rendorment pour le reste du trajet. Arrivés à Zweisimmen, nous commençons par une petite marche qui nous réveille pour de bon cette fois. Après ça, nous pouvons enfin chausser les skis et sous la direction de M. Grivel nous commençons le tour du Chumigalm. Nous nous arrêtons pour manger un petit quelque chose. Nous nous faisons prendre par la tempête. Le temps n'est pas extraordinaire mais il y a de la neige et vu les conditions en Suisse, c'est génial. Nous enfilons nos vestes pour ne pas geler sur place. Un peu plus tard la tempête s'installe pour de bon. Arrivés à un petit col, Frédéric se tape le genou et doit redescendre avec Emilie, Jonas et Stéphanie. Quant au reste de l'équipe, elle continue en direction du Fromatgratt.

Mais après un petit bout dans le blizzard, nous nous rendons compte que nous devons nous mettre à l'abri, nous pique-niquons donc dans un petit chalet bien au chaud et au sec. Un gobelet de thé à la main, nous mangeons nos sandwiches pendant que les autres se gèlent dehors. Quant à la descente, elle était chouette, bien qu'un peu brumeuse. Après une petite remontée, nous continuons la descente. Enfin arrivés au bus, réchauffés par le soleil qui brille enfin (on aurait dû partir 3 heures plus tard) nous rentrons chez nous, dans notre belle Gruyère.

## **Résumé de l'assemblée du 2 mars**

---

### **Au programme du jour :**

- exposé de Stéphanie, Emilie et Julien sur la santé et les différentes maladies au Ladakh.
- démonstration de l'emploi du caisson hyperbare grâce à Guillaume (le testeur !)
- organisation du souper de soutien du 9 mars et distribution des différentes tâches.

Du boulot et une super soirée en perspective !

# GROUPEMENT JEUNESSE

## Mercredis d'escalade pour débutants

---

### Date de la course

18 avril, 2 et 30 mai, 13 juin

### Lieu et heure de départ

13 heures au stamm

### Situation / altitude

Divers lieux d'escalade de la région, en fonction de la météo

### Difficulté et cotation

Débutants

### Matériel

Matériel et chaussons d'escalade; possibilité d'emprunter baudrier, mousquetons, casque, etc.

### Coût approximatif

Transport

### Renseignements et inscriptions

Manu Illan 026 912 40 03

### Délai d'inscription

Jusqu'au mardi soir

### Remarque

Nombre de participants limité

## Camp de Pâques - Escalade

Du lu 9 au sa 14 avril

---

### Lieu et heure de départ

7h30 au stamm

### Situation / altitude

Saoû, Drôme

### Difficulté et cotation

Tous

### Matériel

Matériel d'escalade; matériel de camping (1 tente pour 2 personnes), carte d'identité

### Subsistance

Pique-nique pour le premier jour

### Coût approximatif

Fr. 220.-

### Renseignements et inscriptions

Manu Illan 026 912 40 03

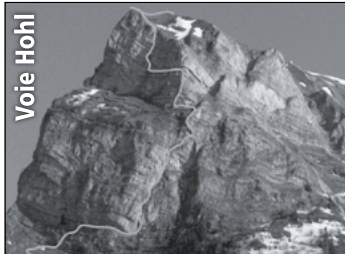
### Délai d'inscription

30 mars

### Remarque

Les participants recevront le programme ainsi que la liste de matériel via e-mail

Voie Hohli



**Via ferrata Moléson**  
**Accès gratuit**  
**à tous les membres**  
**de la section «La Gruyère»**

### **Lieu et heure de départ**

Stamm à 5h30

### **Situation/altitude**

Selon conditions d'enneigement

### **Itinéraire choisi**

Haute-Savoie

### **Difficulté et cotation**

S2

### **Matériel**

Crampons, piolet, matériel de ski de randonnée y compris barryvox, pelle et sonde

### **Subsistance**

Pique-nique, thermos (au moins 1 litre)

### **Coût approximatif**

Fr. 20.-

### **Renseignements et inscriptions**

Pascal FOLLY 026 413 37 47 (le soir)

### **Délai d'inscription**

Jeudi 12 avril

### **Remarque/descriptif**

Course obligatoire pour les membres Expé07

**PRENDRE UNE CARTE D'IDENTITE**

## **Ski de rando au Bishorn Samedi 21 et dimanche 22 avril**

### **Lieu et heure de départ**

Stamm 6h30, retour dimanche en fin de journée

### **Situation/altitude**

Bishorn, 4159 m

### **Itinéraire choisi**

1<sup>er</sup> jour montée jusqu'à la cabane Tracuit (3256 m) / 2<sup>e</sup> jour montée au Bishorn

### **Difficulté et cotation**

S2/S3

### **Matériel**

Ski de randonnée, couteaux, peaux, pelle, DVA, sonde, baudrier, prusik, 2 mousquetons, crampons, piolet, habits chauds, paire de gants de rechange et corde pour ceux qui en ont une.

### **Subsistance**

2 pique-niques - à la cabane demi-pension (prévoir une gourde pour les boissons chaudes)

### **Coût approximatif**

Fr. 120.-

### **Renseignements et inscriptions**

Claude Heckly, 026 928 28 25

### **Délai d'inscription**

15 avril

### **Remarques**

Nombre de participants limité à 15, moniteurs compris

## **Ski de randonnée**

**Samedi 28 et dimanche 29 avril**

### **Lieu et heure de départ**

Rendez-vous au stamm. heure en fonction de la destination

### **Itinéraire**

Du beau ski en haute montagne

### **Difficulté et cotation**

Un bon S2

### **Subsistance**

Pique-nique de midi pour les deux jours, demi-pension en cabane

### **Coût approximatif**

Fr. 70.-

### **Renseignement et inscriptions**

Sébastien Fragnière, 079 342 45 39

### **Délai d'inscription**

Le 20 avril

## **Dent de Broc et Dent du Chamois**

**Dimanche 5 mai**

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 8h00

### **Situation/altitude**

Dent de Broc et Dent du Chamois

### **Itinéraire choisi**

Par le Châtelet

### **Difficulté et cotation**

A1, attention arête exposée

### **Matériel**

Gros souliers

### **Subsistance**

Pique-nique

### **Coût approximatif**

Fr. 10.-

### **Renseignements et inscriptions**

Jean-Paul Ecoffey, tél. 026 921 20 34 (le soir) ou 079 295 56 12

### **Remarque**

Marche d'environ 6 heures, retour vers 17h00 au stamm

Constructions en bois - Menuiserie-Charpente  
**Michel Mooser S.A.**



1637 Charmey  
Tél.: 026 927 12 10  
fax: 026 927 23 93  
michel.mooser.sa@bluewin.ch

Privé tél.: 026 927 24 52  
079 504 23 21

Michel Mooser



**Philippe Andrey**

**INSTALLATIONS  
SANITAIRES & CHAUFFAGE SA**

DEVIS - CONSEILS - RÉPARATION - CHAUFFAGE - DÉTARTRAGE - etc.

Rue du Vieux-Chalet 6  
Tél. 026 912 47 60

1635 La Tour-de-Trême  
Natel 079 634 88 49

# RÉCITS DE COURSES GJ

## Camps de carnaval à Bourg St-Pierre

---

### 19 février

Rendez-vous à 8 heures au Stamm, Emilie arrive bourrée de la veille avec une haleine décoiffante. Le bus démarre !!! Et en route pour le Grand St-Bernard. Montée tranquille à l'hospice où nous pique-niquons au soleil. Descente à travers la galerie suivie d'un freinage intensif pour ceux qui n'ont pas les yeux en face des trous. Remontée au col de Fenêtre d'en-haut. « C'est mal plat par là ». Descente vers le parking du Super Saint-bernard. Une surprise nous attend, le bus ne démarre pas et nous devons le pousser. Arrivés à la « maison St-Pierre » nous apprenons que nous sommes avec l'OJ de Moléson. Emilie et Samuel nous ont préparé de bonnes pâtes à la sauce tomate (un classique !!!).

### 20 février

Réveil à 7 heures, Emilie a déçu. Tous réunis pour le déjeuner nous préparons chacun notre pique-nique, puis nous nous mettons en conditions pour pousser le bus. Nous partons pour la Pointe des Gros Six. Emilie nous guide à sa manière, qui n'est pas trop mauvaise. Michaël a fait 2 ou 3 belles chutes à la descente et d'autres à la montée. Le soir nous mangeons une tartiflette au restaurant. Bien sûr, il fallait un pénible qui se nomma Samuel.

### 21 février

Footing matinal en poussant le bus, mais malheureusement le passage est bloqué par les citadins de l'OJ de Moléson. Montée en comptant les pylônes du télési, puis dans une pente raide où l'on perfectionne nos conversions avec couteaux. Bien sûr pour cela il fallait des couteaux hein Samuel. Tu as de la chance qu'Alexandre t'ait passé les siens. Arrivés au sommet à pied avec un ciel tellement bleu qu'on se voyait presque le dos ! Descente dans la pente raide qui est en faite un half-pipe naturel avec quelques rochers. Alex nous fait un cours de ski en prenant comme mauvais exemple Grivel. Alexandre : « Il ne conduit pas son virage ! » En rentrant, quelques-uns vont faire un tour et même quelques plantées, n'est-ce pas Michaël ? Au souper : couscous avec du poulet et bien sûr il y a de nouveau un pénible qui a droit à une lasagne. Tu es quand même bien gâté Baptiste.

### 22 février

On s'est réveillé à 6 heures et on a poussé le bus comme chaque fois qu'on prend le bus. Deux groupes sont formés pour la journée. Le premier (Christian, Emilie, Noémie, Vincent) va faire la Grande Lui, et le deuxième ira jusqu'à la cabane. La montée à la Grande Lui

est longue avec environ 2000 m de dénivellation et un soleil d'enfer. La descente s'est plus ou moins bien passée avec quelques belles chutes. Le soir, nous avons droit à une belle fondue. Heureusement que l'OJ Moléson avait du gel pour le réchaud. Simon (OJ Moléson) digère mal la fondue ou peut-être autre chose et a posé la quiche.

### 23 février

Baptiste est malade et rentre dans l'après-midi avec Emilie qui doit travailler. Les autres montent aux Monts Tellier. Nous avons droit à une séparation par SMS entre Michaël et \*\*\*\*\*. Nous pouvons suivre heure par heure la fin de cette fabuleuse histoire. La descente se fait en 2 groupes : Vincent et Christian descendent dans la combe nord et les autres par l'itinéraire de montée. Problème : c'est Christian qui a les clés du bus et il n'était pas prévu qu'il repasse par le parking. Conclusion : Christian doit remonter au parking où le deuxième groupe l'attendait. Le soir est humoristique avec l'attribution des tâches de rangement du lendemain.

### 24 février

L'heure du nettoyage est arrivée. Au programme : nettoyage des douches, des lavabos, de la cuisine, de la chambre, des WC, etc. Puis nous partons vers le parking du Super Saint-Bernard où il fait un temps de m\*\*\*\*. Nous entonnons un chant fraîchement inventé sur la musique des marches de l'armée américaine : « On n'est pas des citadins. On est bien des Gruériens. On n'a pas peur des tempêtes. Comme cette bande de p'tites lopettes ». La montée à l'hospice est très animée. La descente se fait dans 10 cm de poudreuse et un beau soleil.

*Ecrit par les participants*

### Merci au guide et au moniteur.

**Participants :** Alexandre Castella (Guide), Christian Bosson (Moniteur), Emilie et Noémie Pugin, Baptiste Spicher, Marion Meyer, Vincent Grivel, Samuel Engel, Michaël Caille.



**Photocopies - Impression  
Librettos - Calendriers...**

Chemin Pauvre Jacques 36 - 1630 Bulle  
Tél. 026 912 50 65 - Fax 026 912 15 75  
E-mail: [toprint@bluewin.ch](mailto:toprint@bluewin.ch)

# LES COURSES DU MOIS

Michel Gremaud sera absent, du vendredi 30 mars  
au dimanche 8 avril compris.

**Les gens qui désirent emprunter du matériel peuvent le faire  
jusqu'au jeudi 29 mars au soir et le rendre dès le 8 avril.**

Michel Gremaud  
Roulema 11 - 1632 Riaz  
026 912 37 35 ou 079 724 60 22

## La Videmanette

**Jeudi 12 avril**

### Lieu et heure de départ

Stamm à 7h30

### Situation/altitude

La Videmanette, 2120m

### Itinéraire choisi

Sur la piste de la Videmanette

### Difficulté et cotation

TS

### Matériel

De randonnée (pelle, barryvox, sonde)

### Substance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Jules Bulliard, tél. 026 912 93 43

### Délai d'inscription

Mercredi 11 avril

## La Pinte du Pralet



**Spécialités  
de la Gruyère**

Mai à octobre: lundi fermé

Novembre à avril: ouvert du vendredi au dimanche

MOTÉLON • 026 921 15 82 • 079 380 79 81

www.cavebiolles.ch  
E-mail: cavebiolles@bluewin.ch



Stéphane Solliard  
Rue des Caves 17  
1964 Conthey / Valais

Tél. 027 346 24 30  
Fax: 027 346 67 75  
Natel 079 412 81 48

## **Tournelon Blanc**

**Samedi 14 et dimanche 15 avril**

### **Lieu et heure de départ**

Place du stamm à 8h30

### **Situation/altitude**

Tournelon Blanc, Val de Bagnes, 3700m

### **Itinéraire choisi**

Voie normale par la cabane F.-X. Bagnoud (2645m)

### **Difficulté et cotation**

BSA. 1<sup>er</sup> jour, montée de Fionnay à la cabane (env. 4h). 2<sup>e</sup> jour, sommet (env. 7h au total)

### **Matériel**

De randonnée à ski (pelle, barryvox, sonde) + équipement glacier + crampons

### **Subsistance**

Pique-nique pour 2 jours et 1/2 pension à la cabane

### **Coût**

Transport et cabane

### **Renseignements**

Auprès des chefs de courses Florence Luy et Gérald Clément

### **Inscriptions**

SEULEMENT les 9 et 10 avril jusqu'au soir au 079 293 53 08

### **Remarque/descriptif**

Course limitée à 8 participants

## **Région Arolla**

**Jeudi 19 et vendredi 20 avril**

### **Lieu et heure de départ**

7 heures au stamm

### **Situation/altitude**

Pigne d'Arolla (3790m)

### **Itinéraire choisi**

En deux jours avec nuit à la Cabane des Vignettes

### **Difficulté et cotation**

BSA

### **Matériel**

Matériel complet de randonnées à ski (pelle, barryvox, sonde) + piolet et crampons

### **Subsistance**

Tirée du sac + souper à la cabane

### **Coût**

Transport, cabane, souper

### **Renseignements et inscriptions**

François Pythoud (026 912 68 40) ou Pierre Martignoni (026 912 65 31)

### **Délai d'inscription**

Lundi 16 avril à 14 heures

### **Remarque/descriptif**

La course n'aura lieu que par bonnes conditions



**Entreprise de bâtiments**

**CLAUDE NOLL SA**

**Maçonnerie, béton armé, rénovations, échafaudages**

**Crépis de finition, chapes, carrelages, aménagements extérieurs**

Tél. + Fax 026/912 53 52

Les Bruyères 5

Natel 079/635 15 92

1635 La Tour-de-Trême



## Petit Vélán

Samedi 21 avril

### Lieu et heure de départ

Place du stamm à 6 h 30

### Situation/altitude

Petit Vélán, région du Grand St-Bernard

### Itinéraire choisi

Couloir ouest, depuis Super St-Bernard

### Difficulté et cotation

BSA. Dénivellation montée de 1300 m dont un couloir en S4 sur 300 m

### Matériel

De rando à ski (pelle, barryvox, sonde) + piolet/crampons

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Auprès de la cheffe de courses Florence Luy au 079 293 53 08

### Délai d'inscription

18 avril

### Remarque

Course limitée à 8 participants

## Unterjansegg

Mercredi 25 avril

### Lieu et heure de départ

Charmey, parc de Vounetz à 9 h 30, en voiture jusqu'à la Villette

### Itinéraire

La Villette, Unterberg 1187 m, Schoresberg 1255 m, Unterjansegg 1365 m (pique-nique), retour vers Bellegarde, puis sentier de la piste Vita

### Difficulté et cotation

350 m environ de dénivellation. Course facile où l'on prend le temps. Durée, entre 4 h 00 et 4 h 30

### Subsistance

Pique-nique et boissons

### Coût

Transport Bulle-Charmey, si nécessaire

### Renseignements et inscriptions

Michèle Schindler, Charmey, par téléphone au 026 927 15 39

### Horaires d'inscription

De préférence le lundi soir, ou le mardi soir avant 20 h 00 ou entre 22 h 30 et 23 h 00.



**Chauffage**

**Ventilation**

**Sanitaire**

Rue du Moléson 35  
CP 101  
1630 BULLE

Nat. 079 285 46 08  
Fax 026 912 71 34

## **Sentier historique du Vully**

**Jeudi 26 avril**

### **Lieu et heure de départ**

Stamm à 8h00

### **Situation**

Mont Vully et alentours

### **Itinéraire choisi**

Départ de Sugiez

### **Difficulté et cotation**

Env. 3h 1/2 à 4h de marche

### **Matériel**

De randonnée pédestre

### **Subsistance**

Pique-nique, possibilité de faire des grillades

### **Coût**

Transport

### **Renseignements et inscriptions**

Claudine Angéloz, 026 475 27 21

ou jangeloz@mydiar.ch

### **Délai d'inscription**

La veille

### **Remarque/descriptif**

Une fois autrement, (re)découvrir une région différente de notre canton!

## **Pointe Isabelle**

**Samedi 28 et dimanche 29 avril**

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 7h00

### **Situation/altitude**

Chamonix Mont-Blanc, 3761 m

### **Itinéraire choisi**

Vallée blanche refuge du couvercle Pointe Isabelle

### **Matériel**

Complet randonnée à ski (pelle, barryvox, sonde) + haute montagne

### **Subsistance**

2 pique-niques tirés du sac

### **Coût**

Fr. 150.- environ

### **Renseignements et inscriptions**

Patrick Barbey 079 286 51 22 aux heures des repas

### **Délai d'inscription**

20 avril

### **Remarques**

Carte d'identité, maximum 8 participants, difficulté AD+

## **Sortie VTT Gibloux**

**Dimanche 29 avril**

### **Renseignements et inscriptions**

Auprès de Roland Dervey,

tél. 026 917 83 41

**Lieu et heure de départ**

Stamm à 7h00

**Situation/altitude**

Moléson 2002m, Teysachaux 1909m

**Difficulté et cotation**

RE, randonnée de 5h à 5h30

**Subsistance**

Pique-nique

**Renseignements et inscriptions**

Norbert Seydoux, tél. 026 912 55 65 ou  
079 695 47 80

**Course de trois jours dans la région de Steingletscher (Susten)****Vendredi 4 mai**

Fünffingerstock, 2994m. 3 à 4 heures de montée selon le lieu de départ. Descente Ouest de 1700m de dénivelée par le Wendental. Nuit en dortoir ou hôtel à Steingletscher.

**Samedi 5 mai**

Giglistock, 2900m. 3h00 de montée env. en partant de Steingletscher. Descente par l'itinéraire de montée. Puis montée à la cabane Tierbergli en 2h00 environ. Nuit en cabane.

**Dimanche 6 mai**

Sustenhorn 3503m et Gwächtenhorn 3375m. 2h30 de montée au Sustenhorn, descente vers Sustenlimi, 1h00 de montée au Gwächtenhorn. Descente jusqu'à Steingletscher.

**Difficulté**

Bon skieur alpiniste et très bien entraîné (quelques passages exposés)

**Subsistance**

3 pique-niques de midi

**Prix**

Environ Fr. 150.- pour le transport et deux nuitées

**Départ**

Au stamm à 4h30 ou Matran / Coop brico à 5h00

**Equipement**

DVA, pelle, sonde, couteaux, baudrier, (2 cordes, 2 sondes, 2 piolets et 3 broches pour le groupe)

**Inscriptions**

Auprès des chefs de courses, Netty Bersier, 026 663 46 22 et Colette Dupasquier, 079 697 26 22 d'ici au 15 avril au plus tard

**Limitation**

Course limitée à 8 personnes

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm 7 h 30

### **Situation**

Bas Valais

### **Itinéraire choisi**

Suisse plaisir ouest p. 44

### **Difficulté et cotation**

6a

### **Matériel**

D'escalade, corde à double

### **Subsistance**

Tirée du sac

### **Coût**

Fr. 30.- environ

### **Renseignements et inscriptions**

Patrick Barbey 079 286 51 22 aux heures de repas

### **Délai d'inscription**

Jeudi 3 mai

### **Remarque**

Nombre de participants en fonction des premiers de cordée

## La Monse - Col des Jognins

## Dimanche 6 mai

### **Lieu et heure de départ**

Charmey, parc de Vounetz à 9 h 30

### **Itinéraire**

Chapelle de la Monse, Pra Livio, la Gîte à Bas, Chalet des Plans (pique-nique). Retour : Col des Jognins, les Jognins dessus, les Jognins du milieu, la Bumanda, retour à Charmey en longeant la Jogne

### **Difficulté et cotation**

300 à 350m de dénivellation, course facile (la montée de la Gîte à Bas jusqu'au Plan est assez raide, mais nous prendrons le temps)

### **Matériel**

Les bâtons de ski peuvent être utiles

### **Subsistance**

Pique-nique et boissons

### **Coût**

Transport jusqu'à Charmey, si nécessaire

### **Renseignements et inscriptions**

Michèle Schindler, Charmey, tél. 026 927 15 39

### **Délai d'inscription**

La veille au soir

### **Remarque**

Retour au parc de Vounetz entre 15 h 00 et 16 h 00.

# LES RÉCITS DE COURSES

## Jeu « Cabanes du CAS »

Connaissez-vous le jeu de société des Cabanes du CAS ? Je l'ai commandé au Club alpin central pour jouer avec les enfants à mon chalet. Il est super, bravo aux gardiens de cabane qui l'ont inventé.

Il permet d'apprendre ou de se remémorer la géographie, de connaître l'emplacement

des cabanes, le matériel de montagne, les itinéraires et les règlements de vie des cabanes de façon ludique. C'est un jeu idéal pour jouer entre grands-parents et petits-enfants.

*Michèle Schindler*

## Le Rothorn

Tout d'abord, ce dimanche 4 février 2007 devait nous permettre de nous retrouver perchés au sommet du Gros Brun. Mais, des conditions un peu spéciales pour la saison en ont décidé autrement.

C'est donc une heure plus vite que prévue (7h) que nous nous sommes tous retrouvés au stamm pour, conduit par notre grand directeur Joseph Ruffieux, nous rendre dans les environs de la Lenk.

Arrivé sur place par un soleil radieux qui pointait à l'horizon, notre petit groupe de fins motivés n'a pas fait long pour être prêt avec toutes ses affaires (tché Maurice...)

C'est donc avec un bon élan que nous nous sommes mis en route vers.....

Après une jolie montée toute sympathique, nous sommes arrivés sur un premier petit « talus ». C'est de là que notre incondition-

nel chef nous montra du doigt le sommet qui nous attendait : Le Rothorn.

- C'est une jolie petite course toute facile! disait-il. On monte, on descend, on remonte, on mange, on redescend, on remonte et pour finir on re-redescend. Ben tiens...

Après tout, on n'a pas fait tout ce chemin pour rien ! C'est avec encore plus de motivation (grâce à un ciel sans nuage, personne à l'horizon pour nous piquer les pentes et un magnifique panorama) que nous avons continué. La première descente nous donne un avant-goût du plaisir que nous aurons par la suite...

Arrivés sur l'arête du Rothorn, un monstre vent nous (me..) donnait presque du fil à retordre pour tenir debout, mais arrivés au sommet nous avons pu manger presque sans vent. Merci à Jo pour le p'tit du dessert.

La descente s'annonçait de toute beauté ! Exceptés les dix premiers mètres un peu soufflés, nous avons pu jouir, tous autant qu'on était, d'une poudreuse qu'aurait apprécié n'importe quel randonneur. Arrivés au pied du Rothorn, inutile de dire que nous sommes remontés !!

Un grand merci à Joseph pour la grande qualité de sa course!

**Participants :** Martin, Rosemonde, Jean-Louis, Sophie, Frank, Jean-Claude, Francis, Marianne, Maurice, Joseph.

Eh non, les journées n'ont malheureusement pas 24 h de soleil et il nous restait un joli bout de chemin pour rentrer !

---



Source: [www.humour.com](http://www.humour.com)