

CAS section la Gruyère



Président	Pierre-André Kolly La Croix, 1633 Marsens, 079 212 38 49
Adresse du club	Case postale 502 - 1630 Bulle
Sites internet	http://www.cas-gruyere.ch http://www.gjgruyere.ch
E-mail	info@cas-gruyere.ch
Local de la section	Bâtiment Setam - Ch. de Bouleyres 79 - 1630 Bulle Tél. 026 912 24 98 Geo Lebesnerais, tél. 026 927 24 50 ou 079 549 57 14
Rédaction du bulletin	Lise Ruffieux Cité St-Michel 12 - 1635 La Tour-de-Trême Tél. 026 913 11 68 - e-mail: lise.ruffieux@bluewin.ch
Photo de couverture	Les Gastlosen, photo offerte par Serge Blanc

N° 6 juin 2009

Avis aux randonneurs

En raison d'un ouragan dans le secteur de Vallorbe - Vallée de Joux, les sentiers pédestres sont impraticables jusqu'au 30 septembre.

Le secteur interdit comprend :

La Sarraz, les Gorges du Nozon, Vallorbe, Vallée de Joux, Grottes de l'Orbe, Mont d'Or, Dent de Vaulion (accessible uniquement depuis Vaulion), Mont Tendre.

Il est vivement conseillé de se renseigner auprès d'un office du tourisme avant d'entreprendre une randonnée dans cette région.

Menuiserie Agencement



Denis Risse s.à r.l.
1627 Vaulruz

Mobile : 079 / 371 07 76

Fax : 026 / 912 39 92

Email : denisrisse@bluewin.ch

Sommaire

Conférence d'automne + Cours de sécurité...	3	Les gardiennages du mois	9
Cours de Samaritains	5	Groupement jeunesse	13
Reflets de la section	7	Les courses du mois	17
		Récits de courses	25



As-tu entre 8 et 13 ans ? Les gardes-nature te proposent une excursion dans la réserve du Vanil Noir le samedi 12 juillet 2009 ! Bienvenue !

SAIS-TU CE QU'EST UNE RESERVE NATURELLE ?

Des trésors s'y cachent, vivants et fragiles.

Les gardes-nature bénévoles te proposent de venir les découvrir lors d'une journée cool dans la réserve naturelle du Vanil Noir.

Au programme :

Jeux, devinettes et observations qui te permettront de tester tes connaissances sur la nature et de mieux connaître les règles à observer dans une réserve naturelle.

A prendre avec toi:

Habits chauds, imperméables, bons souliers de montagne, jumelles, lunettes et crème solaire, chapeau ou casquette, pique-nique et boissons.

Et surtout ne pas oublier :

Tes yeux pour observer, tes oreilles pour écouter et ton nez pour sentir. Ah, et aussi tes mains, mais, attention, pas pour cueillir ou ramasser, mais pour caresser et toucher.....

Cette journée est destinée aux enfants de 8 à 13 ans. Bon! Si t'as 14-15 ans ça ira aussi.....

Rendez -vous:

Où	au parc de Bounavaux
Quand	le dimanche 12 juillet 2009
A quelle heure	à 9h
Retour	à 17h au parking

Inscriptions	par e-mail ou téléphone à :	
	Rachel Rumo	rachel.rumo@lesvanils.com 026 413 08 73
	Anita Stangherlin	anitastangherlin@hotmail.com 026 413 21 20

A bientôt !!



Conférence d'automne

Le 15 octobre aura lieu au stamm
une conférence sur le thème « Neige et avalanches »

Cette conférence sera donnée par François Dufour, collaborateur au SLF (Institut pour l'étude de la neige et des avalanches) à Davos.

Cours de sécurité et sauvetage en montagne

Le poste de secours de Moutier et la Section prévôtoise du CAS organisent
un cours de sécurité et sauvetage en montagne les 26 et 27 septembre.

Trois niveaux différents sont proposés : alpinisme conventionnel, escalade sportive, guides de montagne.

Informations complémentaires

Sur le site internet de la Section prévôtoise : <http://www.cas-prevotoise.ch>

Renseignements et inscriptions

Auprès de Julien Ryf, Chalière 29, 2740 Moutier, tél. privé 032 493 38 38, ou encore e-mail julien.ryf@hotmail.com

Sports et Loisirs

Aury-devant-Pont

Hiver :
Ski randonnée-Ski de fond
Location skis-raquettes

026 915.12.42

Eté :
Course à pied-Trekking

Cours de Samaritains

**Que nous soyons varappeurs, randonneurs ou cabanistes,
nous ne sommes pas à l'abri d'un accident. Que faire ?**

Pour répondre à cette question, la section des Samaritains de Broc organise un

Cours de Samaritains (24 h)

**Vendredi 5 juin à 20 h, samedi 6 juin de 8 h à 12 h et de 13 h à 17 h
10-12-15-17-19 juin à 20 h**

Les personnes ayant déjà suivi un cours de sauveteurs il y a moins de 2 ans
peuvent nous rejoindre dès le 10 juin

Local : abri de protection civile à Broc

Inscriptions et renseignements auprès de Gaston Ayer, tél. 079 486 85 51

ACQUERIR : L'ART D'INVESTIR AVEC CONFIANCE GRACE A NOTRE AGENCE



COURTAGE

Un nouveau toit pour un nouveau « chez soi »...

GERANCE

Faire affaire sans s'en faire entre propriétaires et locataires...

ADMINISTRATION PPE

Un gain de temps pour la gestion technique et administrative de votre investissement...

LOCATION VACANCES

Quitter ses montagnes de soucis pour admirer les montagnes de notre pays...

AGENCE IMMOBILIÈRE

bussard



BULLE

☎ 026 919 80 50

WWW.BUSSARD.CH

@ OFFICE@BUSSARD.CH

CHARMEY

COURTAGE ET PROMOTION IMMOBILIERE

Reflets de la section

Activités du mois

Date	Course	Participants
04.04	Vélan	6
05.04	Wildhorn	9
07.04	Charrat - Saxon	10
10-11.04	La Maya	11
21.04	Gorges du Nozon	9
30.04	Schiffenen - Laupen	17

Candidats

Carrel Jean-Marie Chemin du Lac 5	Charmey
Cudré-Mauroux René Chemin d'Ogoz 3	Bulle

Admissions

Jankowski Véronique Chemin de la Scie 34	Estavannens
Nikollag Ingrid Le Clos de la Cure	Cerniat
Gremaud François Route du Grand Clos 6	Sâles
Perroud Stéphanie Rue du Pays d'Enhaut 39	Bulle
Chavaillaz Michel Rue de l'Ecole 53	Posieux
Brodard Antoine Route du Mont 20	Hauteville
Bory Françoise Avenue des Alpes 105	La Tour-de-Peilz
Décrind Marie (GJ) La Breiteneyre 769	La Roche
Tinguely Sabrina (GJ) Route de la Grand-Fin 4	Vuippens
Konrad Johannes (GJ) Chemin de la Fontanette 23	Bulle



CHALETS ET VILLAS À OSSATURE BOIS

**Menuiserie • Escaliers
Charpente • Rénovation**

026 928 40 50 - Fax 026 928 40 63
1669 Albeuve - www.beaud-mbf.ch

Les gardiennages du mois

Cabane de Bounavaux

Mai	30 - 31	Gremaud Valérie - Bussard Véronique
Juin	6 - 7	Audergon Willy - Cosandey Jacqueline - Bussard Bernard
	13 - 14	Aubry Georgette - Crottaz Leonard et Odette
	15 - 19	Dubath André et Evelyne
	20 - 21	Buntschu Antoine - Wehren Jacqueline
	22 - 26	Dupasquier Serge et Georgette
	27 - 28	Piller René et Beatrice - Vonlaufen Jean et Barbara
Juillet	29 - 30	Gremaud Adolphe
	1 - 3	Gremaud Adolphe
	4 - 5	Schaer Philippe

Week-end : du samedi 10 h au dimanche 16 h

Semaine : du dimanche 16 h au samedi 10 h

Cabane des Clés

Mai	6 - 7	Georgette et Henri Maillard
	13 - 14	Isabelle Gremaud
	20 - 21	Jean-Marc Delaquis
	27 - 28	Petit Louis et Marinette
	28 - 04	Petit Louis
Juillet	04 - 05	Daniel Schafer et Gérald Rumo

Réservations et gardiennages Eric Sudan, tél. 026 915 10 49
ou chez Gilbert Berset, tél. 026 411 34 49

Le gardiennage débute le samedi à 10 h et se termine le dimanche à 16 h

Cabane des Marindes

Mai	Week-end	30 - 31	Mathilde, Agnès, Denis et Jean-Louis
Juin	Semaine	01 - 05	Libre
	Week-end	06 - 07	Jean-Luc Poffet
Juillet	Semaine	08 - 12	Libre
	Week-end	13 - 14	Nénuce et Dominique Dumas
	Semaine	15 - 19	Libre
	Week-end	20 - 21	Edouard Krattinger
	Semaine	22 - 26	Edouard Krattinger
	Week-end	27 - 28	Seydoux, Trezzini et Pasquier
	Semaine	29.06 - 03.07	Jean-Louis Romanens et Denise Jaquier
	Week-end	04 - 05	Martial et Agnès Rouiller

Gardiennage week-end samedi 10 h - dimanche 16 h
semaine dimanche 16 h - samedi 10 h

**Si vous désirez vous inscrire pour un gardiennage,
veuillez appeler le nouveau numéro 079 790 45 33 / Jean Barras**

Cabane Bounavaux

**Recherchons encore gardiens / gardiennes
pour les périodes suivantes :**

6 au 11 juillet

10 au 15 août

Vous êtes intéressé, même sans expérience,
vous pouvez appeler sans tarder

le 079 603 68 78

L'équipe de Bounavaux vous remercie d'avance.

Groupement jeunesse

Camp d'escalade Fête Dieu

Jeudi 11 au dimanche 14 juin

Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h, le jeudi 11 juin

Situation/altitude

Traversella dans le Val d'Aoste en Italie

Difficulté et cotation

Pour tous

Matériel

Complet d'escalade, de piscine, tente et affaires personnelles

Subsistance

Pique-nique pour le premier jour à midi, gourde 1 lt min.

Coût approximatif

Fr. 150.- donc € 50.- et Fr. 70.-

Renseignements et inscriptions

Emilie Pugin, tél. 026 912 71 07

Délai d'inscription

Le 8 juin

Pierre du Moëllé - escalade

Dimanche 14 juin

Lieu et heure de départ

Stamm 8 h

Situation/altitude

Pierre du Moëllé

Difficulté et cotation

E1

Matériel

Complet d'escalade
(casque-baudrier-chaussons)

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Gratuit

Renseignements et inscriptions

Mathieu et Philippe Bussard 079 711 26 49

Délai d'inscription

11 juin

Remarque

Pas d'inscription par sms



Vente, location et réparation skis, snowboards, raquettes et randonnée

Vélos route, VTT, enduro, freeride, trekking

Chaussures et textile running et nordic walking

Sports Aventures SA
Rte de Billens 14
1680 Romont

Tél. 026 652 40 41
Fax 026 652 40 42
info@sports-aventures.ch

Wiwanni 2470 m

Samedi 20 et dimanche 21 juin

Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h

Situation / altitude

Cabane Wiwanni 2470 m

Itinéraire choisi

Petites voies le samedi. Wiwannahorn
3001 m le dimanche

Difficulté et cotation

E 2/A 2

Matériel

Bonnes chaussures de marche, pantalon
d'escalade, vêtements de pluie et une petite
laine. Matériel d'escalade complet (y compris
dégaines)

Subsistance

Pique-nique pour 2 jours et à boire pour le
samedi

Coût

Environ Fr. 42.- pour la cabane + les frais
de transport

Renseignements et inscriptions

Claude Heckly, tél. 026 928 28 25

Remarques

Course pour des jeunes avec déjà un peu
d'expérience

Délai d'inscription

Lundi 15 juin – attention places limitées

Cours de glace avec guide pour débutants

Sa 27 et di 28 juin

Lieu et heure de départ

Bulle, place du stamm à 7 h

Situation géographique

Région Susten

Programme

1^{er} jour : technique de glace, sauvetage en
crevasse

2^e jour : course selon niveau des participants

Matériel

Piolet et crampons, baudrier, sangles, 3
mousquetons, casque

Subsistance

Possibilité de prendre la demi-pension à la
cabane Tierberglühütte

Coûts

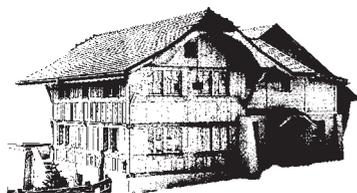
Déplacement, nuitée et repas à la cabane :
env. Fr. 120.- (Groupement jeunesse Fr. 60.-)

Renseignements et inscriptions

Auprès d'Eric Barras, tél. 079 261 15 82

Délai d'inscription

19 juin



Gérald Ruffieux

Ménisserie - Ebénisterie

1652 Botterens

Tél. 026 921 26 68 – Fax 026 921 23 41

Grosser Diamantstock

Lieu et heure de départ

Samedi matin à 7 h au stamm

Situation/altitude

Grosser Diamantstock, 3162 m

Itinéraire choisi

Arête E

Difficulté et cotation

A2, 5-, course de glacier et de rocher, escalade le premier jour en montant à la cabane

Matériel

Complet d'escalade et de glacier: baudrier, crampons, piolet, coinceurs, friends, sangles, cordelette, dégaines, corde

Samedi 4 et dimanche 5 juillet

Subsistance

Pique-nique tiré du sac

Coût

Nuitée et transport : environ Fr. 100.-

Renseignements et inscriptions

Chez Laurent Scheurer au 079 287 40 70

Délai d'inscription

Jeudi 2 juillet

Remarque

Course limitée à 6 participants



bugaboo sport

10 years
SINCE 1997

Rue du Pont Suspendu 4 • 1700 Fribourg
026 322 61 39 www.bugaboo.ch
fermé le lundi

for ups and downs!

Matériel de montagne, de voyage...et beaucoup plus!

The advertisement features a black and white photograph of a mountain landscape. In the foreground, a skier is descending a snowy slope. In the background, a climber is visible on a steep rock face. The text 'bugaboo sport' is prominently displayed in a bold, sans-serif font. A circular logo in the top left corner indicates '10 years SINCE 1997'. A stylized lizard logo is in the top right. The slogan 'for ups and downs!' is written in a cursive font across the middle. At the bottom, the text 'Matériel de montagne, de voyage...et beaucoup plus!' is written in a simple font. On the left side, contact information for the shop is provided vertically.

Les courses du mois

Cristalina – Basodino

Du samedi 8 au lundi 10 août

Lieu de départ

Stamm en voiture

Situation/altitude

Région du Nufenen, Valle Bedretta

Itinéraire choisi

Samedi: Alp. di Cruina 2003 m – Corno Gries – San Giacomo – Passo Grandinagia 2836 m – Lago dei Cavagnö 2310 m – Cap. Cristalina 2580 m : 7 h 30 - 8 h de marche

Dimanche: Cap. Cristalina - Passo Naret - Lago Naret - Lago Nero - Cap. Basodino : 6 h 30 - 7 h de marche

Lundi: Cap. Basodino 1856 m – Betta di Valle Maggia 2635 m – Passo San Giacomo – Alp. di Cruina : 6 h de marche

Difficulté et cotation

RE (T3)

Substance

Pique-nique pour 3 jours

Coût approximatif

Fr. 150.- + transport en voiture

Renseignements et inscriptions

Joseph Ruffieux, tél. 026 927 13 77 ou natel 079 634 41 30

Délai d'inscription

13 juillet

Seebergsee

Dimanche 7 juin

Lieu et heure de départ

Place du stamm, 8 heures

Situation et altitude

Mannried, Obersimmental

Itinéraire

Milchhale, Frohmattgrat, Seebergsee, retour par Muntigli. Le parcours sera adapté selon les conditions du moment

Difficulté

Bons marcheurs, 5 à 6 heures de marche au total

Matériel

Bons souliers, bâtons de ski, pique-nique tiré du sac

Coût

Transport

Renseignements et inscriptions

Auprès de la cheffe de course Mathilde Auer, tél. 026 424 94 89 après 20 h

Remarque

Très jolie randonnée autour de la Chumigalm

Chamonix

Lieu et départ

Stamm à 7 h

Situation

Région Chamonix

Itinéraire choisi

En fonction des participants

Difficulté

Couloir de neige et arête rocheuse

Samedi 13 et dimanche 14 juin

Matériel

Baudrier, crampons, piolet et casque

Subsistance

Pique-nique pour 2 jours

Coût

Environ Fr. 100.-

Renseignements et inscriptions

Jean-Claude Perroud, tél. 079 230 68 35

Grammont, 2172 m

Jeudi 18 juin

Lieu et heure de départ

Stamm, 7 h 30

Itinéraire choisi

Miex - Tanay - Le Grammont

Difficulté et cotation

4 h 30 à 5 h de marche

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements et inscriptions

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

Descriptif

Vue plongeante sur le Léman 1800 m plus
bas



Via ferrata Moléson

Accès gratuit

à tous les membres

de la section «La Gruyère»



Menuiserie - Agencement

Eloi Bosson

maîtrise fédérale

1632 Riaz

Tél. prof. 026 912 42 52

Tél. privé 026 912 42 27

Fax 026 912 49 27

Natel 079 230 58 60

Tour du Gros Brun

Samedi 20 juin

Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h 30 ou Charmey à 7 h 50

Situation / altitude

Vallée de la Jogne

Itinéraire choisi

Jaun – Jansegg – Combiflue – Le Gros Brun
– Maischüpfen - Jansegg

Difficulté et cotation

RE (T3)

Matériel

Bonnes chaussures

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements et inscriptions

Joseph Ruffieux, tél. 026 927 13 77 ou natel
079 634 41 30

Escalade Wiwanni

Samedi 20 et dimanche 21 juin

Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h

Situation / altitude

Wiwanni (Ausserberg)

Itinéraire choisi

Escalade dans la région de Wiwanni

Difficulté et cotation

A choix

Matériel

Complet d'escalade

Subsistance

2 pique-niques

Coût approximatif

Transport et nuit en cabane

Renseignements et inscriptions

Francis Dévaud, tél. 079 256 80 66

Remarque/descriptif

Situation exceptionnelle

Région Gastlosen

Jeudi, 25 juin

Lieu et heure de départ

7 h 30 au stamm

Situation/altitude

Gastlosen

Itinéraire choisi

Tour des Gastlosen depuis Abländschen par
le col de l'Oberberg et la Wandflue

Difficulté et cotation

T4

Matériel

Randonnée en montagne

Subsistance

Tirée du sac

Coût approximatif

Transport

Renseignements et inscriptions

Pierre Martignoni, 026 912 65 31

Délai d'inscription

La veille

Cours de glace avec guide pour débutants Sa 27 et di 28 juin

Lieu et heure de départ

Bulle, place du stamm à 7 h

Situation géographique

Région Susten

Programme

1^{er} jour : technique de glace, sauvetage en crevasse

2^e jour : course selon niveau des participants

Matériel

Piolet et crampons, baudrier, sangles, 3 mousquetons, casque

Subsistance

Possibilité de prendre la demi-pension à la cabane Tierberglühütte

Coûts

Déplacement, nuitée et repas à la cabane : env. Fr. 120.- (Groupement jeunesse Fr. 60.-)

Inscriptions et renseignements

Après d'Eric Barras, tél. 079 261 15 82

Délai d'inscription

19 juin

Gantrisch – Bürglen, 2165m

Dimanche 28 juin

Lieu et heure de départ

Stamm, 7 h 30

Itinéraire choisi

Gantrischhütte 1508 m – Leiterlipass – Gantrisch 2175 m – Morgetepass 1959 m – Bürglen 2165 m

Difficulté et cotation

PE 4h de montée, sentiers escarpés

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût

Voiture

Renseignements et inscriptions

Denyse Dupasquier, tél. 026 912 75 82



ROBERT GRAND & FILS S.A.

Marbre et Granit

1630 Bulle

Tél. 026 919 60 20

www.grand-marbrerie.ch

Fax 026 919 60 29

Sentier panoramique Valsorey

Mercredi 1^{er} et jeudi 2 juillet

Lieu et heure de départ

Place du stamm à 9 h

Situation/altitude

Cabane Valsorey, 3037 m

Itinéraire choisi

1^{er} jour : Bourg-St-Pierre - Cabane Valsorey (env 4 h) ; **2^e jour** : retour par le sentier panoramique (Les Bocheresses, Pointe de Paine, Chaland d'En Haut, Bourg-St-Pierre env. 5-6 h)

Difficulté et cotation

RE

Matériel

De randonnée pédestre

Subsistance

2 pique-niques de midi, demi-pension à la cabane

Coût approximatif

Demi-pension Fr 40.- + frais de transport

Renseignements et inscriptions

Jean-Marc Angéloz 026 475 27 21 ou 079 812 19 20

Délai d'inscription

Vendredi 26 juin au plus tard

Remarque/descriptif

Le sentier panoramique permet un retour vers la vallée par un itinéraire différent, offrant un panorama exceptionnel

Semaine rando et flore 2009 / Massif du Ruitor

Le massif du Ruitor (3486 m) est situé entre Mont-Blanc, Vanoise et Grand Paradis. Un peu en recul des grands massifs, il garde un caractère confidentiel. En été, ce site devient un terrain de jeux magnifique pour qui aime les vallons sauvages, les lacs cristallins, la contemplation de la faune et de la flore.

Dates de la course

Samedi 4 juillet au samedi 11 juillet

Lieu et heure de départ

Stamm du CAS à Bulle à 7 heures

Situation / altitude

Massif du Ruitor / La Thuile / Val Grisenche, entre 1500 et 3000 m

Difficulté et cotation

RE, bon entraînement nécessaire, traversée de cabane en cabane, 5 - 8 h de marche par jour

Matériel

Complet de randonnée + habits chauds

Subsistance

Pique-nique de midi pour 5-6 jours

Coût approximatif

Environ Fr. 700.-, en demi-pension + transport

Renseignements et inscriptions

Auprès d'Antoine Buntschu, 079 661 26 20

Remarque

Nombre de participants limité à 12

Les chefs de courses

Antoine Buntschu et Maurice Gremaud

Gspaltenhorn 3436m

Lieu et heure de départ

Stamm à 11 h

Situation

Kiental

Itinéraire choisi

Samedi: Griesalp- Gspaltenhornhütte 3h

Dimanche: Gspaltenhornhütte-

Gspaltenhorn par le Leiterngrat

4 h 30 - 5 h, retour à Griesalp

Difficulté et cotation

AD-

Samedi 4 et dimanche 5 juillet

Matériel

Haute montagne, piolet, crampons, casque, baudrier, une corde de 50 m pour 2

Subsistance

Pique-nique pour 2 jours

Coût approximatif

Fr. 100.- pension cabane et transport

Renseignements et inscriptions

Christine Tendall 026 656 16 10

Délai d'inscription

Vendredi 26 juin

Vanil Noir

Dimanche 5 juillet

Course annulée

Randonnée au Tessin

Ve 31 juillet, sa 1^{er} et di 2 août

Cette année Othmar Urscheler nous conduira par des sentiers alpins dans une traversée nord-sud des crêtes dominant le Val Calanca à l'ouest et le Val Mezzoco à l'est. Cet itinéraire dans des espaces sauvages et escarpés se situe dans des altitudes entre 1368 m (San Bernardino) et 2500 m (Cima della Bedoletta).

Vendredi 31

San Bernardino - Rifugio Pian Grand, temps de marche 3 h 30

Samedi 1^{er}

Pian Grand - cabane Buffalora, temps de marche 9 h

Dimanche 2

Buffalora - Arvigo, temps de marche 5 - 7 h selon itinéraire choisi

Équipement

Complet de randonnée + habits chauds + pique-nique 3 jours

Difficulté

T4, bon entraînement et endurance indispensables

Coût approximatif

Fr. 110.- pour 2 nuits y.c. demi-pension

Fr. 230.- pour transports publics plein tarif

Voyage en transports publics

Aller Bulle - San Bernardino par Coire, retour Bellinzona - Bulle par le Gothard.

Pour bénéficier d'un prix plus avantageux, je vous conseille vivement de réserver dès maintenant 2 cartes journalières auprès de vos communes (pour le 31 juillet et le 2 août) Course limitée à 12 personnes (capacité maximum du refuge)

Pré-inscription

Jusqu'au 1^{er} juillet

Renseignements et inscriptions

Auprès de Mathilde Auer, tél. 026 424 94 89, le soir après 20 h

Récits de courses

Semaine clubistique

Hohe Tauern, Autriche,

Dimanche 15 au samedi 21 mars 2009

Dimanche 15 mars

(Bulle → Kals / Tirol de l'est)

Echauffement dès l'entrée dans le bus : sièges « cambés » because portes bloquées ! On se réjouit déjà du retour ☺ ! Ouf on a une animatrice parmi nous pour nous passer le temps durant ce cours trajet ☺ !

Journée M*

Lundi 16 mars

(départ de l'hôtel « Lucknerhaus » → Glatzschneid 2900 m - Weisserknoten 2867 m / dénivel. 1550 m...)

Du 1^{er} sommet : le nez dans la poudre direction « aventure »... Conclusion : 500 m de dénivelé supplémentaire sous un ☼ généreux ! Récompense et fin de transpiration dans le hammam et la sauna ! Enfin l'apéro...

Journée M*

Mardi 17 mars

(Böses Weibele 3121 m / dénivel. 1314 m

Stüdlhütte 2800 m / dénivel. 900 m)

Le mohican nous pique la gazelle pour lui faire le coup de la grande ourse... Gare au yéti ! N'est-ce pas Netty ?! ☺

Les quatre autres déçus se contenteront de la Méchante Femme (Böses Weibele) ! Cette fois, tous les poumons sont décollés et nous sommes prêts à attaquer ! En soirée, le jeu du hasard (♠♣♥♦) n'a pas ménagé nos deux « mâles » morts au poteau...

Journée M*

Mercredi 18 mars

(Grossglockner 3789 m / dénivel. 1900 m

Groupe II : Stüdlhütte → milieu glacier / dénivel 1000 m)

Retrouvailles sur le glacier et coup de théâtre : Netty nous pique une deuxième gazelle et le p'tit groupe épanoui disparaît dans les tourbillons vers la vallée.

Les trois rescapés intrépides, tout amputés et à quatre pattes sur l'arête face à Eole déchaîné, s'en sont allés faire leur génuflexion devant la croix !

Journée M*

Jedi 19 mars

(Tschadinalm 2494 m / dénivel 1008 m)

Francis nous avait garanti la poudreuse, mais il a fallu aller la chercher ! Fallait-il savoir casser la croûte ! ☺ Merci « Yoda » d'avoir répandu ton esprit bénéfique pendant notre rando « découverte, plaisir et rire » !

Journée M*

Vendredi 20 mars

(Figerhorn 2744 m - Zweite Zengelkopf 2608 m / dénivel. 1320 m)

Après six jours, oh surprise : le plus beau sommet était le plus près de l'hôtel ! Grâce aux flocons de la nuit, chacun prit son pied à la descente. Après les multiples informations théorico-pratiques, nous avons dévalé ce boulevard la conscience tranquille malgré le danger évalué fort par notre chef de terrain !

Journée M*

Samedi 21 mars

Idem dimanche 15 mars, mais en sens inverse... et avec 6 kg de plus. Hum, mais c'est tellement bon ☺! Et tit stretching de la semaine pour rentrer dans le bus ☺!
Journée M*

MERCI à nos deux chefs M*...

* Choix multiples: Mystérieux, Mélancolique, Militaire, Malodorante, Montagnarde, Merveilleuse, Merdique,

Macro-biotique, Méritée, Magnifique, M'emmerde, M'en fout, Méga-cool, Marrante, Majestueuse...

Ça avec des frites... ☺ hein Pierrette !?!

Les 6 grains de sable :

Francis Dévaud, Christine Tendall, Pierrette Buntschu, André Sciboz, Netty Bersier, Emilie Jaccoud.

Chumigalm - Iffighore

Jedi 2 avril 2009

Départ du stamm à 6 h 30 - tout le monde est là ! Bonne route à travers le Haut Pays Blanc la région de ski adorée de mon chéri. Arrivé sur place manque de neige - trop de portage. La décision est prise pour Iffighore.

Petit couac à l'ouverture des coffres, notre cher François avait oublié ses souliers. Avait-il fait exprès ? En lieu et place de François comme chef de courses avec Suzanne, Joseph a pris la relève. Après 3 heures environ nous atteignons le sommet. Nous attendons le 2^e groupe en admirant la nature avec la leçon de géographie de Joseph, sans oublier de prendre un peu de force pour la descente. Nous décidons d'attaquer la descente tout de suite à cause des conditions de neige. Si vous avez besoin d'une douche, approchez-vous de Félix!

Après quelques petites chutes et une bonne partie de la descente effectuée, l'arrêt pour le meilleur moment de la journée est décidé.

Pas d'apéritif - dommage ! mais par contre, les gags de Martial et Gérard agrémentent le pique-nique. Joseph n'a pas oublié son élixir bien sûr ! Voilà le moment de rejoindre les véhicules.

Sur la route, nous n'avons pas oublié le petit arrêt terrasse. Arrêt spécial aussi à Enney pour Babeth. Merci aux organisateurs pour cette belle journée.

Babeth Savary

Participant(e)s : Romain Chofflon - Suzanne Duffey - Maria Frager - Elisabeth Frossard - Marilyn Gachet - Jacqueline Giraud - Gérard Gobet - Suzanne Gremaud - Marie-Rose Magnin - Albert Marchon - Pierre Martignoni - Patricia Gremaud - Félix Robadey - Martial Rouiller - Joseph Ruffieux - Catherine Spicher - Kurt Stern - Michel Techtermann - Elisabeth Savary

Hauterive

11 avril 2009

En ce Vendredi Saint ensoleillé et à la chaleur printanière, notre chef de courses Norbert nous convie à une randonnée teintée de méditation puisque le but, en partant de la Tuffière, est le couvent d'Hauterive.

Dès 13 heures, nous cheminons à travers bois en suivant la rive droite de la Sarine. Une heure s'est écoulée quand la vénérable bâtisse cistercienne se dresse devant nous. Une demi-heure de liberté donne l'occasion à ceux qui le désirent de se recueillir un moment dans l'église. Comme la cérémonie de 15 heures approche et que de nombreuses personnes affluent, il est temps de reprendre la route.

Le retour par la rive gauche, très pittoresque, donne aux cuisiniers(ères) adeptes

de l'ail des ours l'occasion de prendre un peu de temps pour la cueillette de cette plante aromatique.

C'est dans cette ambiance décontractée que, vers 16 h 30, nous rejoignons nos véhicules et répondons avec plaisir à l'invitation de Martial de faire une halte chez lui et son épouse Agnès pour partager le verre de l'amitié.

Bien agréable après-midi, il est vrai !

I. Savary

Participants : Norbert, Ginette, Claude, Maria, Martial, Claudine, Albin, Catherine, Marguerite, Armand, Chantal, Philippe, Marcel, Esther, Irénée



Pigne d'Arolla

23-24.04.2009

Au départ, le souhait de chacun : épingler «Le Pigne» au palmarès de la merveilleuse saison hivernale 2008/2009.

- 13 personnes étaient présentes à 8 h
- 13 comme le chiffre porte-bonheur
- 13 comme le nombre d'étoiles sur le drapeau du Valais

Pour ces deux prochains jours :

QUE DU BONHEUR !

Arolla 10 h 10 : départ pour la cabane des Vignettes. Après quelques hésitations sur l'itinéraire, c'est d'un bon rythme que notre merveilleux chef de courses, Pierre, nous amène à destination par le glacier de Pièce. Il faut dire qu'il a fallu utiliser la pelle pour que notre ami Michel puisse ressortir de son trou...

Sur la terrasse à 3157 m d'altitude, le gardien nous donne une leçon de géographie. De gauche à droite, nous pouvons admirer : le Grand Mt Collon - le Chancelier - la Mitre de l'Evêque - l'Evêque - l'Epaule de l'Evêque - les Pointes d'Oren - le Petit Mt Collon. Pour les sommets qui font frontière avec l'Italie, je dois avouer que je n'ai pas retenu les noms ! Ensuite, tout à droite de la terrasse, les Portons et enfin le Pigne d'Arolla. Juste en bas, devant le Grand Mt Collon, le Roc Noir.

Que dire de la soirée... des rires et encore des rires...

Dans le rôle principal notre ex-futur candidat TSR de la Haute-Route, **Francis**. Avec la participation d'une sélection du Club Alpin de la Gruyère : **Babeth, François,**

Marilyne, Nicole, Eric, Félix, Georges, Kurt, Martial, Michel, Pierre et Romain. Chansons interprétées par **Pierre et son chœur.** Animation **gags de Martial, Pierre etc.** Séance Reiki par notre soigneur privé.

Après une bonne nuit pour certains, un peu moins pour d'autres, c'est à 7 h 10 que notre groupe prend le départ pour le Pigne d'Arolla. Le soleil pointe son nez à droite du Petit Mt Collon. C'est après 2 heures de montée que le froid et le vent vont nous rejoindre. Au sommet, à 3798 m, Francis prend quelques photos et distribue à chacun un succulent chocolat. Nos mains et pieds sont glacés, nos lèvres meurtries, nos joues rougies et on est très contents de descendre se réchauffer dans la vallée.

Après quelques virages, le brouillard nous enveloppe et les chutes de neige effacent nos traces de montée. Bravo et merci à Pierre et Martial qui, depuis le début de notre course, ont tout géré comme des professionnels.

A Arolla, c'est avec la crème solaire sur le visage que nous pouvons manger nos derniers sandwiches et boire notre thé.

Pour ces deux belles journées...

Pour le ciel bleu et les chutes de neige...

Pour l'amitié partagée dans la cabane et le brouillard...

Nous vous disons merci les chefs !

Marilyne

Petite annonce...

À VENDRE

Chaussures de montagne La Sportiva Népal trek, taille 41 très bon état (1 saison)	Fr. 250.-
Chaussures de montagne Garmont Tower GTX, taille 40 très bon état (1 saison)	Fr. 200.-
Chaussures de montagne enfant Merell, taille 32	Fr. 45.-
Chaussures de grimpe La Sportiva Cobra, taille 37 1/2	Fr. 20.-
Chaussures de grimpe enfant, taille 31	Fr. 40.-
Baudrier enfant Mammut	Fr. 50.-
Sac à dos enfant Tatonka	Fr. 30.-

Illan Basile, tél. 026 912 40 03

N'oubliez pas ! www.cas-gruyere.ch

CAS - SECTION LA GRUYERE Home - Contact

Courses | Membres | Candidat | Actualités | Statut | Liens | Page de secours

Bienvenue sur le site du Club Alpin Suisse, Section la Gruyère

Historique
La section de la Gruyère fut fondée en 1923 par quelques membres de la section Moléson et du Club Montagnard des Portes. Son essor fut d'abord lent, l'équipement hivernal n'étant pas au programme (pour ne pas entraver le club de ski l'été). Il s'accéléra en 1929 avec l'ouverture de la cabane de l'Obérogg-Palaisokloster, la guerre permit au club de se développer: la circulation paralysée, les gens se ruèrent vers les montagnes. Ses activités se sont élargies peu à peu:

- 1991 création de la colonne de secours (en collaboration avec le ski club)
- 1992 création de TOJ
- 1998 admission des dames
- 1992 création de TAJ
- 2003 réunion de TOJ et de TAJ pour former le Groupement Jeunesse

Aujourd'hui, la section compte plus de 1000 membres

Mise à jour le 04 mai 2009 - www.cas-gruyere.ch



Demande d'admission

- Groupement Jeunesse (jusqu'à 22 ans) > pas de finance d'inscription
Cotisation annuelle de Fr. 65.-
- Membre Individuel > finance d'inscription de Fr. 35.- payable
d'avance, faute de quoi elle ne sera pas prise en considération.
Cotisation annuelle de Fr. 100.-

M. Mme Mlle

Nom:

Prénom:

Représentant légal (Groupement jeunesse):

Membre Non- membre

Adresse:

NPA / Lieu:

Profession: Téléphone:

Date de naissance:

Fait partie d'une autre section: Laquelle?

Date: Signature:

Signature du représentant légal (Groupement jeunesse):

Cette demande d'admission dûment remplie, signée et accompagnée du récépissé postal
(pour les membres individuels) doit être adressée à:

Club Alpin Suisse - Section La Gruyère
p.a. Véronique Clément
Vieux Pont 51 - 1630 Bulle