

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 Geo Lebesnerais, tél. 026 927 24 50 ou 079 549 57 14
Rédaction du bulletin	Catherine Labhart Rue du Pays d'Enhaut 30 - 1630 Bulle Tél. 026 912 85 85 ou 079 652 33 50 E-mail : catherine.labhart@gmail.com
Gestion des membres	Véronique Clément Vieux-Pont 51, 1630 Bulle, tél. 026 913 90 94 E-mail : clement.v@bluewin.ch
Photo de couverture	Dent de Folliéran, offerte par Catherine Labhart
N° 4 avril 2010	

Informations Cabane Bounavaux

*L'ouverture officielle de la saison à Bounavaux
est prévue le dimanche 30 mai.*

A cette occasion, toute l'équipe vous invite à venir passer un moment en sa compagnie.

L'apéritif offert sera servi vers 11 heures. Ensuite, il y aura de **l'animation avec l'orchestre les Amis du Cousimbert**, de la **soupe de chalet** et certainement **beaucoup de convivialité**.

Pour faciliter l'organisation, **nous vous demandons de vous inscrire sans faute par téléphone jusqu'au 25 mai au 079 603 68 78.**

En cas de mauvais temps, seuls ceux qui sont inscrits seront servis.

A bientôt !

Sommaire

Reflets de la section	3	Exercice de la colonne de secours	11 - 13
Nouveauté bibliothèque	5	Groupement Jeunesse	15 - 17
Les gardiennages cabanes	7 - 9	Les courses du mois	17 - 25
		Récits de courses	27 - 31

Reflets de la section

Activités du mois

Date	Course	Participants
04.02	Cousimbert - Berra	15
04.02	Cousimbert - Berra - Schwyberg - Lac Noir	27
09.02	Gérignoz-La Braye	14
11.02	Trois Chalets	15
13.02	Bäderhorn	10
16.02	Wannehörli	13
18.02	Combiflue	8
18.02	Chalet du Régiment	13
21.02	Gros Brun	10
21.02	Corbettaz	13
23.02	Videmanette	4
26.02	Clair de lune aux Portes	15

Coin de la sympathie

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

Héribert Rumo, membre.

GJ

Mivelaz Valentin

Rue Pierre-Nicolas Chenaux 17 La Tour-de-Trême

Dupré Caroline

Champ-Bosson 18 Riaz

Crausaz Michaël

Au Village 3 Villarsviriaux

Rauber Sybille

Le Clos 4 Charmey

Candidats

Demierre Christian

Le Margy 190 Vuadens

Tinguely Angélique

Rue de Corbières 17 Bulle

Buchs Patrick

Rue des Colombettes 3 Bulle

Savary Etienne

Court-Chemin 11 Farvagny

Mabboux Vincent

En Coppet 10 Charmey

Admissions

Lendenmann Pierre

Sur la Rèche 105 Bulle

Morel Yves

Les Marinis 1 Montet

Cordey Sylvain

La Savignière B Crésuz

Nouveauté bibliothèque

Graubünden Süd

Oberalpstein / Albula / Davos / Engadin
de Vital Eggenberger, aux éditions CAS, 2010

500 pages, 105 photos de courses, 16 photos couleur

Ce second guide sur les Grisons décrit 400 buts de courses dont 55 sont nouveaux, 750 itinéraires à skis dont 125 sont nouveaux entre le Piz Platta et le Piz Buin, du Piz Kesch au Piz Palü.

Ce guide décrit en plus de ces sommets célèbres, des sommets innombrables, mais non moins intéressants comme le Bocktenhorn, le Chrachenhorn ou le Ils Chalchogns. Dans ce coin de la Suisse où l'on parle trois langues, chaque randonneur à ski y trouvera son but de courses.

Si vous avez quelques questions sur ce livre, adressez-vous à François, c'est son livre de chevet du mois.

La Mobilière
Assurances & prévoyance

Agence générale de Bulle
Rue de Gruyères 67

Jacques Yerly, agent général
Claude Donzallaz, fondé de pouvoir
Jean-Claude Mauron, fondé de pouvoir

Pour toutes vos assurances

PILLER & KRATTER SA

chauffage • sanitaire • toitures

1632 Riaz

Tél. 026 912 98 04
Natel 079 230 50 37

Les gardiennages du mois

Cabane des Clés

Avril

02-05 Jean-Louis Willems

La Cabane des Clés est ensuite fermée durant le mois d'avril, ceci pour organiser les nettoyages et souffler un peu. Merci de votre compréhension.

Réservations et gardiennages: Eric Sudan tél: 026 915 10 49 ou 079 402 57 66

Responsables de la cabane: Eric Sudan et Gilbert Berset

Le gardiennage du week-end débute le samedi à 10h et se termine le dimanche à 16 h.

Cabane de l'Oberegg

Avril 4 Nadia Siffert
 11 Aubry Georgette – Crottaz Léonard et Odette
 18 Otto et Maguy
 25 Bobonne – Maillard – Babar

Mai 2 Bernard et Christine Bussard

Veillez prendre les clés chez Otto Zweidler, 026 921 14 52

Menoud Dodo, 079 219 06 39

Cabane des Portes

Avril 03 - 04 Daniel et Corine Romanens, Beno et Sabine
 10 - 11 Jean-Louis Romanens et Denise Jaquier
 17 - 18 Myriam Kolly
 24 - 25 Monmon Descloux
Mai 01 - 02 José et Daniel Romanens - **Fermeture**

Gardiennage **Week-end samedi 15 h – dimanche 16 h**

Veillez prendre les clés chez José Romanens, rte des Bugnons 93, 1633 Marsens
Tél. 026 915 32 29 ou natel 079 706 50 24.

Responsable adjoint: Daniel Romanens, rte des Bugnons 101, 1633 Marsens
Tél. 026 915 27 81 ou natel 079 644 58 83.

Mai	Week-end	22-23	ouverture - Bobonne + Marcel Colliard
	Semaine	24-28	Catherine Perritaz
	Week-end	29-30	Mathilde, Agnès, Denis et Jean-Louis
Juin	Semaine	31.05-02.06	libre
	Semaine	03-04	Toto
	Week-end	05-06	Denis Jaquier, Jean-Louis Romanens
	Semaine	07-11	Daniel Häni, Dumas Dodol et Nénuche
	Week-end	12-13	Bobonne + Maillard
	Semaine	14-18	Jean-Luc Poffet
	Week-end	19-20	Krattinger Edouard
	Semaine	21-25	Krattinger Edouard
	Week-end	26-27	Seydoux, Dunand et Pasquier
Juillet	Semaine	28.06-02-07	libre
	Week-end	03-04	Jean-François Forney
	Semaine	05-09	libre
	Week-end	10-11	Julien Progin
	Semaine	12-16	François Guex
	Week-end	17-18	Antoine et Corinne Barras
	Semaine	19-23	René et Malou Vallélian
	Week-end	24-25	Daniel et Corinne Romanens
	Semaine	26-30	Henri-Paul Gillon, René Bertholet et Blublu
	Août	Week-end	31.07-01-08
Semaine		02-06	familles Jean-Marie Sciboz et Rossier
Week-end		07-08	libre
Semaine		09-13	Etienne Pasche
Week-end		14-15	Etienne Pasche
Semaine		16-20	Pierre-André Jaquet
Week-end		21-22	Pierre-André Kolly, Véronique Clément
Semaine		23-27	Julien Progin
Week-end		28-29	libre
Septembre		Semaine	30.08-03.09
	Week-end	04-05	chasse - Poupy et Michel Brandini
	Semaine	06-10	Poupy et Michel Brandini
	Week-end	11-12	Edouard Krattinger
	Semaine	13-17	Edouard Krattinger
	Week-end	18-19	Antoine Buntschu, Jacquelin Wehren
	Semaine	20-24	François Musy
	Week-end	25-26	Christiane Wächter et Sto
	Semaine	27-01.10	Martial Rouiller
Octobre	Week-end	02-03	fermeture - Famille Eric Dénervaud

Week-end du samedi 10 h au dimanche 16 h / **Semaine** du dimanche 16 h au samedi 10 h

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

Mai	22 – 23	Gremaud Valérie – Perroud Fabrice - Uldry Florence
	29 – 30	Ouverture officielle (Equipe Bounavaux)
Juin	3 – 4	Bussard Pierre et Véronique
	5 – 6	Audergon Willy – Cosandey Dédé – Bussard Bernard
	7 – 11	Dubath André et Evelyne
	12 – 13	Aubry Georgette – Crottaz Leonard et Odette
	14 – 18	Musy François et Famille
	19 – 20	Menoud Dodo – Zweidler Otto – Pittet Eugène
	21 – 25	Dupasquier Serge et Georgette
	26 – 27	Piller René et Beatrice – Vonlaufen Jean et Barbara
28 – 30	Gremaud Dodo	
Juillet	1 - 2	Gremaud Dodo
	3 – 4	Brügger Thomas - Sallin Claude
	5 – 9	Rouiller Martial et Agnès
	10 – 14	Esseiva Jo
	14 – 18	Jaquier Denise
	19 – 23	Bovigny Geneviève – Pugin Rachel
	24 – 30	Roulin Pierrot et Myriam
31	Spicher Monique et Olivier	
Août	1	Spicher Monique et Olivier
	2 – 6	Fernandez-Thévoz Noëlle
	7 – 8	Corminboeuf Michel et Laurence – Martin Frédéric et Nicole
	9 – 13	Chavaillaz Michel et Famille - Sauteur Frédy
	14 – 15	Ruffieux Raoul et Bertrand - Boschung Claude-Alain
	16 – 20	Libre
	21 – 22	Ducrest Eric et Stéphane et familles
	23 – 27	Charbonnier Nathalie – Egger Rose-Marie – Vionnet Ellen
28 – 29	Delaquis Jean-Marc et Lucienne – Dupont Patrice et Fabienne	
30 - 31	Wyssmueller Frédy – Morel Marcel	
Septembre	1 – 3	Wyssmueller Frédy – Morel Marcel
	4 – 5	Egger Emmanuel – Dumas Dominique
	6 – 10	Tinguely Philippe
	11 – 12	Poffet Jean-Luc
	18 – 19	Rumo Gérald – Schafer Daniel
	25 – 26	Rolle Colette et Pascal – Amherd Christian et Sophie
Octobre	2 – 3	Dupasquier Denyse – Auer Mathilde – Limat Agnès et Francis (Fermeture)

Week-end du samedi 10 h au dimanche 16 h

Semaine du dimanche 16 h au samedi 10 h

Exercice de la colonne de secours au Trophée des Gastlosen



Dimanche 7 février 2010
Coupe du Monde de ski-alpinisme



Depuis près de dix ans, la colonne de secours de la Gruyère s'implique activement dans l'organisation du Trophée des Gastlosen via la prise en charge de la partie « sauvetage ». Cédric Yerly, président du Comité d'organisation du Trophée des Gastlosen ne manque pas d'éloges au sujet de cette collaboration qui les unit l'espace d'une manifestation. « Le Comité est conscient de la chance qu'il a de pouvoir compter sur la présence de spécialistes du sauvetage pour le

secorder dans son souci majeur de sécuriser au maximum le Trophée ».

Comme le rappelle Dominique Mooser, préposé au sauvetage, la mission qu'ils reçoivent des organisateurs est d'assurer le sauvetage durant l'épreuve, et non pas la sécurité de l'épreuve elle-même. En effet, selon Philippe Perritaz, chef de course, la sécurité englobe, en plus de l'engagement de la colonne de secours, la coordination d'une multitude d'autres paramètres d'importance,





lors de la dernière édition du Trophée des Gastlosen nécessite l'engagement d'une trentaine de personnes, dont 3 conducteurs de chiens, 3 spécialistes SSH (intervention par hélicoptère) et 3 ambulanciers. Les autres intervenants sont tous des spécialistes du sauvetage en montagne. « Il faut également tenir compte du fait que la Rega n'est pas en mesure d'intervenir par n'importe quelles conditions météorologiques. Cela implique la nécessité d'acheminer sur le terrain du matériel de secours, comme des luges, des couvertures et des pharmacies ».

tel que les relevés météo, la reconnaissance et la préparation du terrain, le choix du parcours, les transmissions, la formation des collaborateurs, l'engagement de médecins, de samaritains et de guides de montagne.

Ainsi, le jour de la manifestation, c'est plus de 150 collaborateurs, y compris les membres de la colonne de secours, qui s'activent sur le terrain afin d'assurer toutes les tâches inhérentes à une telle organisation (sécurité, sauvetage, traçage, poste de contrôle, ravitaillement, etc.).

Pour François Bussard, responsable de la colonne de secours, le dispositif mis en place





Lors de la dernière édition, qui a compté comme étape de la Coupe du monde de ski-alpinisme, les organisateurs ont prévu, en plus du parcours officiel, 5 parcours de rechange en fonction des divers scénarii d'enneigement possibles. La Colonne de secours a ainsi également dû élaborer un concept de sauvetage pour chaque variante afin de permettre un déploiement rapide et efficace de ses moyens de sauvetage selon le choix de l'itinéraire final pouvant être décidé à la dernière minute par les responsables techniques.

En cas d'avalanche ou d'accident durant l'épreuve, les responsabilités s'inversent : la colonne de secours prend le commandement et les collaborateurs du Trophée des Gastlosen sont alors à son entière disposition. Dominique Mooser précise « que ce cas de figure a pu être testé « en grandeur nature » cette année puisque la colonne de secours a été appelée la veille de l'épreuve pour intervenir dans le cadre d'une coulée survenue à proximité du chalet du Régiment. Déposés au moyen de 4 hélicoptères, 32 collaborateurs de la colonne de secours sont intervenus, renforcés par une vingtaine de collaborateurs du Trophée des Gastlosen occupés à préparer différents secteurs du parcours ».

Fort heureusement, le Trophée des Gastlosen n'a à ce jour connu aucun incident majeur, qu'il en soit de même pour les prochaines années !

Propos recueillis par la rédaction

Infos Groupement jeunesse

Transports des jeunes lors des différentes sorties

Comme vous avez certainement pu le lire dans la presse, depuis le 1^{er} avril 2010, il est obligatoire pour les enfants de moins de 12 ans d'utiliser un siège adapté pour tout transport dans une voiture ou un bus. Cette règle de la circulation est également applicable à nos différentes sorties. C'est pourquoi **nous nous voyons dans l'obligation d'exiger des enfants concernés de venir aux sorties du club avec leur siège privé. Nous n'accepterons en aucun cas de transporter les enfants qui ne se soumettront pas à cette règle.**

Malgré les petits inconvénients causés par ces nouvelles directives, nous vous souhaitons de très belles sorties en montagne.

Pour le comité du Groupement Jeunesse
Philippe Bussard

Groupement jeunesse

Camp de ski de rando, région d'Arolla Je 8 au dim 11 avril

Course jumelée avec la section

Lieu et heure de départ

Place du stamm à 9 h

Situation

Région d'Arolla

Itinéraire :

Le 8 avril : La Luette, cabane des Dix

Le 9 avril : Le Mont-Blanc de Cheillon

Le 10 avril : Le Pigne en traversée

Le 11 avril : L'Evêque et descente par le glacier d'Arolla

Difficulté

Bon skieur AD S3

Matériel

Complet de randonnée (DVA, pelle et sonde), baudrier, crampons, piolet, mousquetons, prus-sik, vis, cordelette, 1 corde pour 3 personnes

Subsistance

Pique-niques pour les midis / demi-pension à la cabane

Coût

Fr. 220.- environ + coût du transport

Renseignements et inscriptions

Uniquement au 026 912 71 07

Au plus tard le 5 avril

(réservation de la cabane)

Les chefs de courses

Jean-Bruno, Eric

Lieu et heure de départ

Au stamm à 6 h

Situation/altitude

Région de Bourg-St-Pierre

Itinéraire choisi

En fonction des conditions et participants

Difficulté et cotation

Course S2 (bonne condition)

Matériel

Complet de ski de rando (DAV, pelle, sonde)

Subsistance

Pique-nique tiré du sac

Coût

Env. Fr. 5.- à 10.- (essence du bus)

Renseignements et inscriptions

Christian Bosson - 079 606 29 27

Délai d'inscription

Jeudi 22 avril



Via ferrata Moléson

Accès gratuit

à tous les membres

de la section «La Gruyère»

Les courses du mois

Le Métailler

Jeudi 8 avril

Lieu et heure de départ

Au stamm à 6 h

Situation/altitude

Val de Nendaz 3212 m - Dénivellation 1450 m

Itinéraire choisi

Siviez – Chervé - Crouye Grandze - Métailler

Difficulté et cotation

Passages en S3 , 4 heures de montée

Matériel

Complet de randonnée

(DVA-pelle, sonde et couteaux)

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Transport

Renseignements et inscriptions

Michel de Techtermann - 026 652 33 64 ou

079 245 03 45

Claudine Angéloz - 026 475 27 21 ou

079 812 19 20

Délai d'inscription

La veille

Remarque

Course assez longue avec quelques passages en S3 mais pas de grandes difficultés.

Camp de ski de rando, région d'Arolla Je 8 au dim 11 avril

Course jumelée avec le GJ

Lieu et heure de départ

Place du stamm à 9 h

Situation

Région d'Arolla

Itinéraire :

Le 8 avril : La Luette, cabane des Dix

Le 9 avril : Le Mont-Blanc de Cheillon

Le 10 avril : Le Pigne en traversée

Le 11 avril : L'Evêque et descente par le glacier d'Arolla

Difficulté

Bon skieur AD S3

Matériel

Complet de randonnée (DVA, pelle et sonde), baudrier, crampons, piolet, mousquetons, prus-sik, vis, cordelette, 1 corde pour 3 personnes

Subsistance

Pique-niques pour les midis / demi-pension à la cabane

Coût

Fr. 220.- environ + coût du transport

Renseignements et inscriptions

Uniquement au 026 912 71 07

Au plus tard le 5 avril

(réservation de la cabane)

Les chefs de courses

Jean-Bruno, Eric

L'Evêque

Samedi 10 et dimanche 11 avril

Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

Situation/altitude

Région Arolla, 3716 m

Itinéraire choisi

1^{er} jour : montée d'Arolla (1968 m) à la cabane des Vignettes (3160 m).

2^e jour : montée à l'Evêque

Difficulté et cotation

AD-/S3-S4

Matériel

Complet de randonnée + piolet, crampons, baudrier, corde

Subsistance

Pique-nique pour 2 jours

Coût

Cabane + transport

Renseignements et inscriptions

Florence Luy - 079 293 53 08

Délai d'inscription

2 avril

Remarque

Sept participants maximum. Cette course est pour celles et ceux qui ne pourraient participer à la sortie de quatre jours dans la même région (voir dans ce bulletin). Nous retrouverons ce groupe à la cabane des Vignettes.

Les Dix et la Lulette

Jeudi 15 et vendredi 16 avril

Lieu et heure de départ

Place du stamm à 7 h 30

Situation/altitude

La Lulette, 3548 m

Itinéraire choisi

Arolla, Pas de Chèvres (échelles), Cabane des Dix, La Lulette

Difficulté et cotation

BS

Matériel

Complet de randonnée (pelle, sonde, DVA)

Subsistance

2 pique-niques

Coût

Demi-pension en cabane Fr. 58.- + transport

Renseignements et inscriptions

Jean-Marc Angéloz – 079 725 74 41 et

Romain Chofflon – 079 293 41 09.

Délai d'inscription

Lundi 13 avril

3 cols : Chardonnet / Saleina / Tour Sa 17 et dim 18 avril

Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h

Situation/altitude

Région Argentièrre

Itinéraire choisi

1^{er} jour: montée au col des Grands-Montets (téléphérique), puis au col du Tour Noir à 3535 m (dénivelé + de 1000 m). Nuitée au refuge d'Argentièrre.

2^e jour: traversée Col du Chardonnet - Fenêtre de Saleina – Col du Tour (dénivelé + de 1000 m). Descente sur Le Tour.

Difficulté et cotation

AD-/S3-S4 (passage à 45 degrés)

Matériel

De randonnée à ski (pelle, sonde DVA) + couteaux, piolet, crampons, baudrier, prussik, corde 50 m

Subsistance

Pique-niques pour 2 jours

Coût approximatif

Téléphérique + cabane (en euros) + transport

Renseignements et inscriptions

Florence Luy - 079 293 53 08

Délai d'inscription

9 avril

Remarque

Sept participants maximum (répartis dans 3 voitures). Savoir cramponner et faire un rappel. Cette course n'aura lieu que par excellentes conditions météo/neige.

La Videmanette

Jeudi 22 avril

Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

Situation/altitude

Videmanette, alt. 2130 m

Itinéraire choisi

Normal

Difficulté et cotation

S2

Matériel

De randonnée à ski (pelle, sonde, DVA)

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Transport

Renseignements et inscriptions

Romain Chofflon - 026 411 12 85,

Martial Rouiller - 026 411 13 92

Délai d'inscription

Mercredi 21 avril

Gorges de Douane

Samedi 24 avril

Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h ou au Relais routier Löwenberg à 9 h

Situation

Twann (Douane) rive gauche du lac de Biemme

Itinéraire choisi

Schernez - gorges de Douane - Prêles - Schernez

Difficulté et cotation

Randonnée facile

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Frais de transport

Renseignements et inscriptions

Netty Bersier - 026 663 46 22 et

Joseph Ruffieux - 026 927 13 77

Délai d'inscription

Le 22 avril au soir

Remarque/descriptif

Environ quatre heures avec 400 m de dénivelé positif

Les Monts Telliers

Jeudi 29 avril

Lieu et heure de départ

Au stamm à 6 h 30

Situation/altitude

Gd-St-Bernard 2949 m

Itinéraire choisi

Bourg-St-Bernard - Mts Telliers

Difficulté et cotation

PD env 3 h 30

Matériel

Complet de randonnée (DVA, pelle et sonde – couteaux).

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Transport

Renseignements et inscriptions

Michel de Techtermann - 026 652 33 64 ou 079

245 03 45, Pierre Martignoni - 026 912 65 31

Délai d'inscription

Mercredi 28 avril

Lieu et heure de départ

A 8 h au stamm

Situation

Col de Jaman - Dent d'Hautaudon

Itinéraire choisi

Traversée dans le sens S-NE

Difficulté et cotation

PD – 3C

Matériel

Matériel d'escalade (baudrier, sangles, casque, dégaines, mousquetons, etc.)

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements

Jean-Claude Perroud - 079 230 68 35

Les Follatères

Dimanche 2 mai

Lieu et heure de départ

Place du stamm à 8 heures

Situation

Bas Valais

Itinéraire

Départ de Martigny et montée dans le site, exceptionnel par sa végétation, des Follatères. Ce site naturel protégé forme un véritable coin de Méditerranée au milieu des Alpes. En compagnie de Maurice Gremaud, notre spécialiste de la flore, nous partirons à la découverte d'espèces uniques en Suisse.

Difficulté

T2

Matériel

Bons souliers de randonnée

Ravitaillement

Pique-nique tiré du sac

Coût

Transport

Renseignements et inscriptions

Après de la chef de courses, Mathilde Auer - 026 424 94 89 après 20 h

Délai d'inscription

Jusqu'au vendredi 30 avril



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 récits de courses

Kilimanjaro

Le **2 janvier**, 13 clubistes sous la conduite du guide de montagne Geni Ballat de Parsonz / Grisons s'envolent pour Arusha pour gravir le Kilimanjaro par la voie Machame.

4 janvier: c'est sous une pluie digne du déluge que nous traversons la forêt tropicale pour arriver à notre premier bivouac du 3000 m en trois heures vingt.

5 janvier: après une première nuit un peu agitée, nous partons à 8 heures. Une belle marche facile dans une moyenne végétation très verte. Un joli sentier nous amène à notre deuxième bivouac à 3820 m.

6 janvier: journée d'acclimatation, sept heures trente de marche, 725 mètres de dénivelé positif et 55 mètres de négatif pour arriver à 4424 m.

7 janvier: départ à 7 h 45, durée de la marche, sept heures quarante, montée 1014 m, descente 395 m et arrivée à 4563 m, avec en prime un magnifique paysage. Après un copieux repas composé de pâtes, de ratatouille et d'émincé de porc, nous essayons de dormir un peu.

8 janvier: nous partons à 0 h 15, durée de la marche huit heures quarante-cinq et 1693 m de montée. Il a neigé dix centimètres et notre marche est un peu glissante, mais c'est super de progresser dans la nuit à la lueur des lampes frontales. A la sortie d'un mur assez raide, quelle surprise: le premier sommet, Stella Point à 5756 m, avec un beau lever de soleil. Encore un léger effort et nous arrivons à Uhuru Peak, 5895 m. La joie éclate, séance photos et il est déjà l'heure de descendre, d'abord jusqu'au point 4563 m pour un bon repas, suivi d'une interminable descente jusqu'à notre dernier bivouac à 3260 m.

9 janvier: la dernière étape à travers une forêt humide et un sentier boueux qui nous amène à 1870 m en deux heures vingt. Au service de parc, un grand buffet froid nous attend pour nous remettre de cette superbe course.

*André Sciboz, Claude Pittet, Geni,
Gilbert, Trudi, Joseph, Marco,
Edwin, Christine, Robert, Jakob,
Ulrich, Rudolf*

Menuiserie Agencement



Denis Risse S.à r.l.
1627 Vulruz

Mobile : 079 / 371 07 76
Fax : 026 / 912 39 92

Email : denisrisse@bluewin.ch

La Berra

Jeudi 3 décembre 2009

Nous sommes plus d'une vingtaine ce matin-là à avoir répondu présents pour cette première sortie à skis de randonnée ou raquettes organisée par Norbert. Direction la Berra qui s'est couverte d'une jolie couche de neige pour nous accueillir.

Nous suivons François qui guide la troupe tout d'abord sur la piste de ski puis par la forêt pour monter ensuite vers le Cousimbert. Quelle belle récompense après environ deux heures d'effort : une vue magnifique sur les Préalpes illuminées par le soleil. Quelques-uns grimperont encore jusqu'au sommet de la Berra pendant que d'autres entament la descente. Au Gîte d'Allières place à la soupe et au pique-nique, mais surtout à un bon moment de convivialité.

Malheureusement, le reste de la descente ne se passe pas comme prévu faute à un tapis neigeux devenu traître. Résultat : une jambe cassée, un appel à la Rega et pour chacun, un rappel à la prudence en ce début de saison hivernale. Nous souhaitons un bon rétablissement à Maria.

Carole

Les participants: Gérald, Suzanne G., Martial, Romain, Suzanne D., Claude, Michel R., Marie, Félix, Elisabeth B., Michel T., Pierre, Irénée, Maria, Catherine, Elisabeth M., Jean-Louis, Jean-Pierre, François, Norbert.

Matériel manquant au stamm

Il manque le matériel suivant dans la cuisine du stamm

- une grande casserole
- 2 plaques à gâteau rondes.

La personne qui a emprunté ces 3 objets est priée de prendre contact avec la responsable du stamm Geo Lebesnerais afin de les restituer.

(Tél. 026 927 24 50 ou 079 549 57 14)

Sports et Loisirs

Avry-devant-Pont

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

026 915.12.42

Eté :
Course à pied-Trekking

Walighürli

16 janvier

Cheffe de courses: Mathilde Auer

Les années se suivent et se ressemblent pour qui débute ou participe à sa première course de ski de randonnée avec Mathilde, le plaisir de se voir convier la tâche du récit de course.

S'il est de tradition que les horaires de départ des courses du CAS soient stricts, en est-il de même lors du comptage des participants sur la place du stamm? Je l'avoue, nous avons deux minutes de retard; ce qui est inquiétant, c'est que la personne s'en est aperçu qu'au moment de voir arriver notre voiture au parc du départ de la randonnée.

Bien que l'enneigement de ce début de saison est médiocre, nous faisons confiance à notre cheffe de courses expérimentée et c'est avec motivation que nous débutons cette randonnée dans un décor merveilleux qui alterne pente dégagée et traversée de forêt. Comme le soleil, à son habitude, est monté par le versant Sud, ce n'est qu'en deuxième partie de matinée que nous nous rejoignons. Arrivés au sommet, pas de temps à perdre, le tapis blanc est déroulé et tout le monde est impatient de le dévaler en laissant derrière lui

un tableau ressemblant à un labyrinthe. A peine désaltérés, les peaux recollées, nous entamons la montée vers le lieu prévu pour le pique-nique: enfin. Si avoir le coeur léger donne des ailes, avoir l'estomac vide laisse des jambes de plomb.

Arrivés au sommet pour la deuxième fois, nous nous retrouvons nez à nez avec un drôle d'oiseau, rouge et blanc, inconnu des encyclopédies de la nature et tellement bruyant que nous décidons de descendre quelques mètres pour casser la croûte.

Le reste de la journée n'est que plaisir dans une descente de rêve et c'est les yeux tout éblouis que nous quittons cette agréable région.

Merci à tous, car je crois bien que cette fois, le virus je l'ai vraiment attrapé.

Denis

Participants: (15)

Albert Marchon, Elisabeth Frossard, Denis Bossel, Mireille Bella, Catherine Labhart, Lise Ruffieux, Poupette Richoz, Florence Luy, Jean-Claude Perroud, Francis Gavillet, André Gavillet, Jean-Claude Conus, Nicole Spicher, Suzanne Duffey, Mathilde Auer

Camp de Carnaval du Groupement Jeunesse

Hospice du Simplon, du 14 au 19 février

Dimanche

Après avoir recherché les clefs du porte-skis, nous avons pu partir pour le Simplon. Arrivés trop tôt, la dame nous a dit qu'il ne fallait pas prendre l'habitude de venir en avance. Puis, nous sommes partis au Magehorn (2439 m) pour une belle descente dans la poudre, ensuite dans une petite ravine. Arrivés au plat, nous avons fait des recherches DVA et enterré Mike et Florian

bien profond dans une ancienne coulée. Et avant une bonne nuit de sommeil, nous profitons de la séance cinéma de l'hospice.

Lundi

Déjeuner à huit heures. Puis, départ pour un sommet dont on ne connaît pas le nom avec à la clef une magnifique descente dans la poudre. Nous remontons un bout du Spitzhorli puis nous

redescendons dans une combe vers Schallberg, où Christian essaie pendant une heure de faire du stop avant d'être pris par une blonde, puis redescend vers nous avec le bus pour nous remonter à l'hospice. Le soir nous mangeons des tortellinis. ET C'EST DÉFAGO QUI A GAGNÉ LA DESCENTE !!!

Mardi

Déjeuner à huit heures. Puis, départ pour un sommet dont on connaît le nom cette fois : le Breithorn (3438m). Montée dans le vent jusqu'au Breithornpass où nous abandonnons Arthur qui se sent un peu faible... nous finissons la montée puis redescendons, mais nous devons remettre les peaux, car ça craint (avalanches). Mike perd un bâton dans le couloir... enfin, nous faisons le récit des derniers jours avant d'aller faire un petit foot-foot comme tous les soirs.

Mercredi

Déjeuner à huit heures. Christian rentre à la maison pour cause de blessure. Pour nous, départ depuis Berisal, pour une montée dans les mélèzes et les vernes. Arrivés à l'orée de la forêt, des vents tempétueux nous forcent à nous abriter pour le pique-nique dans le chalet de Schrickbode. Ensuite, nous sommes redescendus, en faisant des roulés boulés pour certains, vers un petit chalet où nous avons appris à faire un profil dans la neige. Puis nous finissons la pente en poussant et en tombant pour certains (Basile, il voulait faire le malin avec un seul ski). Then we watched the Olympics and.... LINDSEY VONN U.S.A. NUMBER 1 !!!

Thursday

Breakfast at 8:00, had some good bread. Then left in the bus for Gabi, about 20 minutes away. Then we got our hike on for a little while. It was looking like a pretty gnarly pow pow day, but then it got super duper hot. Continued climbing, there was some super awesome weather. Lots of sunshine, not too much wind, just a nice breeze. But all this

good hot weather turned our awesome pow pow day into not very good pow pow day. The snow was just about like that of spring time. This made climbing up more dangerous, so we had to commence the decent before we reached the summit of the Seehorn. The snow was super heavy and stuck to everones skis like glue. But still it wasnt too bad. At lunch we did some work with longitude and latitude and some other compas stuff. After lunch we kept going down there were lots of jumps and crashes and it was a pretty rad day. I got a good tan I think. (I used a lot of slang, but I hope its not too hard to read.)

Vendredi dernier jour

La neige et le mauvais temps sont bien là, deux chasse-neige et une grosse fraiseuse dégagent le parking de l'hospice. Pas de visibilité au-delà de 50 mètres ! Bref, pas la grande motivation pour coller les peaux et remettre les skis aux pieds, d'autant plus que les itinéraires face à l'hospice sont interdits aux touristes, car les militaires avec leurs gros obusiers blindés s'entraînent à tirer ! Et ce, en pleine semaine de carnaval ☺. Nous chargeons le matériel pour aller explorer la région de Brig et trouver une halle de grimpe. Cependant, en cours de route, l'idée de mettre le bus sur le train pour nous rendre à Berne l'emporte et toute l'équipe part visiter le Musée Alpin de Berne. Un bon moment de culture et de plaisir en visionnant la construction de la cabane du Mont-Rose avec le son (merci Arthur) ou en essayant de se repérer sur les immenses maquettes des différents massifs alpins qui font la fierté du musée. Comme dehors la pluie ne cesse de tomber, on se dit qu'on est mieux au sec au chaud que détrempés au vent et dans la neige, surtout après presque 5 jours de belles randonnées. Bravo à tous pour votre enthousiasme et sens de la camaraderie. Ça a été une belle semaine avec une superbe ambiance.

Les participants: Basile, Mickaël, Arthur, Florian, Christian, Alexandre



Si vous êtes intéressé par nos activités et que vous désirez devenir membre du Club Alpin de la Gruyère, il suffit de **remplir cette demande, de payer la finance d'inscription de Fr. 35.-** au CCP 17-534714-1, CAS de la Gruyère. Il faut ensuite **envoyer la demande et le récépissé à :**

Véronique Clément

Vieux Pont 51, 1630 Bulle

E-mail : clement.v@bluewin.ch.

Jusqu'à 22 ans, il n'y a pas de finance d'inscription.

Demande d'admission

- Groupement Jeunesse (jusqu'à 22 ans). 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:

Tél. portable: E-mail:

Date de naissance:

Fait partie d'une autre section: Laquelle?

Date: Signature:

Signature du représentant légal (Groupement jeunesse):