

# CAS section La Gruyère



Numéro 6  
Juin 2011

<b>Président</b>	Pierre-André Kolly La Grand-Fin 20, 1633 Vuippens, 079 212 38 49
<b>Adresse du club</b>	Case postale 502 - 1630 Bulle
<b>Sites internet</b>	<a href="http://www.cas-gruyere.ch">http://www.cas-gruyere.ch</a> <a href="http://www.gjgruyere.ch">http://www.gjgruyere.ch</a>
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:info@cas-gruyere.ch">info@cas-gruyere.ch</a>
<b>Local de la section</b>	Bâtiment Setam - Ch. de Bouleyres 79 - 1630 Bulle Geo Lebesnerais, tél. 026 927 24 50 ou 079 549 57 14
<b>Rédaction du bulletin</b>	Catherine Labhart Rue du Pays d'Enhaut 30 - 1630 Bulle Tél. 026 912 85 85 ou 079 652 33 50 E-mail : <a href="mailto:catherine.labhart@gmail.com">catherine.labhart@gmail.com</a>
<b>Gestion des membres</b>	Francis Van Wynsberghe Route de la Buchille 27, 1633 Marsens 026 915 03 36 et 079 244 31 71 Email : <a href="mailto:francis.vanwynsberghe@bluewin.ch">francis.vanwynsberghe@bluewin.ch</a>
<b>Photo de couverture</b>	Au-dessus de Vercorin, photo offerte par Lise Ruffieux

## Ehrard



Tes paupières se sont fermées sur notre monde, il suffit nous aussi de fermer les yeux pour se remémorer les moments intenses vécus en ta compagnie.

Tes éclats de rire francs et généreux, tes coups de gueule, tes péripéties auxquelles nous participions volontiers ont marqué l'époque de nos 20 ans. Nous vivions à 100 à l'heure, des projets pleins la tête, toi devant, traçant l'itinéraire, imaginant sans cesse de nouveaux défis.

Que de souvenirs, les plus grands risques, nous les prenions sur la route de Chamonix, haut lieu de nos futures ascensions.

Avides d'aventures et de sensations, nous enchaînions les sorties. Cascades de glace à Kandersteg, le lendemain nous étions au Cervin et le jour suivant, nous autres, quatre copains, nous nous retrouvions suspendus comme des saucissons à un bivouac de fortune, en pleine face.

Anecdote au Wetterhorn. Au terme d'une longue course, sur le chemin du retour, nous avons « emprunté » un vélo de course pour rejoindre la vallée (Deux dessus + le matos!) Notre chance, le vélo avait de bons freins et nous une bonne étoile !

## Sommaire

Le jubilé des Clés  
Nouveautés de la bibliothèque  
Reflets de la section

5  
7  
9

Les cabanes de la section  
Récits GJ  
Groupement jeunesse  
Les courses du mois  
Récits de courses

11 - 15  
17  
19 - 21  
21 - 31  
32

Haut lieu de retrouvailles et de convivialité, la Petite Fin. Je me souviens de certains carnivals où nous nous retrouvions toute l'équipe chez Coquette pour nous déguiser. On avait qu'à se servir dans le grand bahut, Françoise et Nicole nous grimaient, que de rires. Après cela, c'était la grande sortie...

Les week-ends de mauvais temps, nous les passions à Terre Rouge où l'on peaufinait nos projets autour d'une fondue. De retour en plaine, petit crochet par la Pot. Si les tabourets du bar pouvaient parler, cela compléterait mon récit de quelques chapitres !

Autre moment fort, au Pakistan, lors de l'ascension du Gasherbrum, j'étais encordé avec Pomel. Trois alpinistes alémaniques de notre expédition se trouvaient en difficulté. Les gars étaient épuisés et le mauvais temps les empêchait de progresser. Du camp de base, par radio, tu nous répétais inlassablement « Il faut absolument redescendre, soutenez-les, ils ont besoin de vous les mecs... » Sans cesse, jusqu'à ce qu'ils soient hors de danger, tu nous as encouragés, motivés à faire le nécessaire pour les sortir de cette situation plus que critique.

Ces moments d'une grande intensité et riches en émotions ont scellé notre amitié.

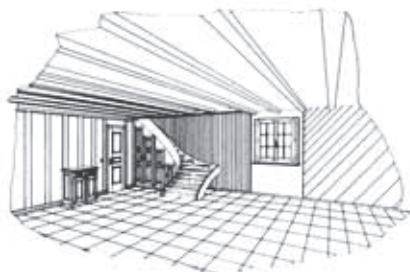
Je tiens également à relever ta noblesse de cœur, le soutien et le temps consacré auprès de jeunes en difficultés ou souffrant d'un handicap. Partir en course avec Erhard Loretan, quel défi !

Aujourd'hui, tu nous as quittés pour de nouveaux horizons. Les blessures de la vie vont se refermer et tu en seras apaisé.

Ton sillage laisse de belles traces dans nos cœurs et dans le monde de l'alpinisme.

Minet et tes copains montagnards te disent merci d'avoir partagé ces précieux moments de vie.

A la Walker !



**Menuiserie - Agencement**  
**Eloi Bosson sàrl**  
**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**

# Le jubilé des Clés

## Mot du Président du comité d'organisation

En 1936, les pionniers du Club Alpin Section La Gruyère ont eu l'idée de construire une cabane au pied du Moléson, cette montagne qui nous est si chère. Comme vous le savez, notre section a le privilège d'avoir une superbe cabane à disposition de l'ensemble de ses membres. Non seulement elle jouit d'une situation exceptionnelle au centre de la Gruyère, mais en plus elle joue un rôle polariseur pour notre club.

Pour fêter son 75<sup>e</sup> anniversaire, la cabane a subi une cure de rajeunissement. Les travaux ont été exécutés par des maîtres d'état sous l'experte direction de Jean-Marc Savary, responsable des cabanes, ainsi que les responsables des Clés.

Pour cet événement, un comité d'organisation s'est fondé dans le but de vous accueillir le 11-12 juin pour marquer les festivités du 75<sup>e</sup> anniversaire avec un riche programme. Une messe sera célébrée le dimanche 12 juin en mémoire des membres fondateurs et des défunts de notre section.

Je souhaite à tous les membres de passer d'agréables moments, et de faire découvrir à vos amis une superbe cabane en fête.

Je terminerai en remerciant d'ores et déjà les membres du comité : Boschung Daniel, ancien responsable de Bounavaux – Gilbert Berset, responsable cabane des clés – Descloux Gilbert, membre – Joël Pugin, membre – Gérard Barbey, membre.

**P.-S. Vous serez accueillis chaudement même par mauvais temps.**

*Le comité vous souhaite déjà la bienvenue.  
Charly Girard*

**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*

# Nouveautés bibliothèque

## Escalades choisies

### Mont-Blanc Aiguilles Rouges

de Jean-Louis Laroche et Florence Lelong, aux éditions Glénat, 2009

96 pages, photos couleur

En moins d'une décennie, l'engouement pour l'escalade rocheuse s'est confirmé. Dotés d'un bagage technique, les grimpeurs passent volontiers de l'apprentissage au milieu naturel, mais sont sensibles à la notion de plaisir. Au cœur du massif du Mont-Blanc ou dans les Aiguilles Rouges, les ouvertures ont fait rage et le topo présente le meilleur de ce terrain de jeu, avec des critères de sélection hédonistes; beauté des sites et des gestes, variété de style et de rocher, grimpe à la journée facile à mettre en place sur des voies n'excédant pas 300 mètres, approche et descente commodes, notamment lorsqu'elles empruntent un glacier, pas de matériel lourd ni encombrant, niveau accessible au plus grand nombre... Pour situer l'ambiance, des textes racontent, des photos situent, et pour ne pas se perdre, une fiche technique et des croquis détaillés vous guident.



**Messerli Groupe**  
Auto Electricité - Radiocommunication

- ▶ Radio montagne REGA
- ▶ Géolocalisation SPOT
- ▶ Lampes frontales LED
- ▶ Talkie-Walkie loisirs / enfant
- ▶ Conseil, location et vente

Auto-électricité  
Prestations garage  
Entretien véhicules



Systems:  
Anti-effraction  
Détection feu



Rue de la Pâla 135  
CH-1630 Bulle

Christophe : 079 852 23 90  
Yves : 079 410 79 88  
[www.messerli-groupe.com](http://www.messerli-groupe.com)



# Reflets de la section

## Activités du mois

Date	Course	Participants
26.03	La Tornette	6
05.04	Mont Sujet	13
07.04	Tour du Gibloux	7
12.04	Vudalla - les Clés	12
14.04	La Berra	14
15.04	Pigne d'Arolla	3
19.04	Comba d'Avau-Les Sciernes	17
16-19.04	Arolla-Zermatt	10
26.04	Lessoc - Culant	12
28.04	Vanil des Cours	9

## Coin de la sympathie

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

**Erhard Loretan**, membre honoraire.

## Candidats

<b>Chollet Ariane</b>	
Impasse du Sapex 10	Posieux
<b>Pittet Ileana</b>	
Route de la Chaussia 43	Villaz St Pierre

## Admissions

<b>Currat Brigitte</b>	
Rue Dom-Hermann 38	La Tour-de-Trême
<b>Currat André</b>	
Rue Dom-Hermann 38	La Tour-de-Trême
<b>Gaudin Jeanprêtre Karine</b>	
Capellan 4b	Préverenges
<b>Menoud Hervé</b>	
La Tzintre 35	Charmey
<b>Thuerler Felix</b>	
Ablaendschenstrasse 1	Jaun
<b>Castella Annelise</b>	
Route du Charmin 4	Hauteville



# Les gardiennages du mois

## Cabane de L'Oberegg

---

### Juin

- 5 Edouard Kratinger – Marlène – Jean-Claude – Marie-Thérèse  
12 Jacques Menoud – Daniel Prélaz – Jacquier Marc – Roland Cettou  
19 Nadia siffert  
26 **Fermeture** Dodo et Bernard Bussard

**Réservation et gardiennages :** Menoud Dodo – 079 219 06 39  
ou Bussard Bernard – 079 740 86 48

**Pour les clés :** prendre contact avec Charly Girard – 079 391 35 20

## Cabane des Portes

---

*La cabane des Portes est fermée durant l'été.*

**Responsable :** José Romanens - 026 915 32 29 ou 079 706 50 24.

Responsable adjoint : Daniel Romanens, - 026 915 27 81 ou 079 644 58 83.

## Cabane des Clés

---

### Juin

- 02 – 05 Freddy Wyssmuller – Marcel et Gaby  
11 – 13 **75° des Clés**  
18 – 19 Francis Pittet  
23– 24 Eric Sudan  
24 – 26 Alain Girard

### Juillet

- 02 – 03 Isabelle Gremaud

### Responsables :

Eric Sudan, Gilbert Berset et Henri Maillard

### Réservations et gardiennages :

Eric Sudan – 026 915 10 49 ou 079 402 57 66

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

**Samedi 11 juin**

# Randonnée du 75ème



**Lieu et heure de départ**

Molésion-Village, gare du funiculaire à 7h00

**Itinéraire choisi**

Plan-Francey – Petit Plané

**Difficulté**

PE

**Matériel**

Chaussures de marche

**Transport**

Le transport en funiculaire entre Molésion-Village et Plan-Francey est offert par l'office du tourisme de Molésion

**Chantier du nouveau téléphérique**

Durant la course, vous aurez l'occasion de participer à une visite guidée du chantier du téléphérique

**Observations**

La randonnée se terminera à la cabane des Clés où une succulente soupe vous sera offerte

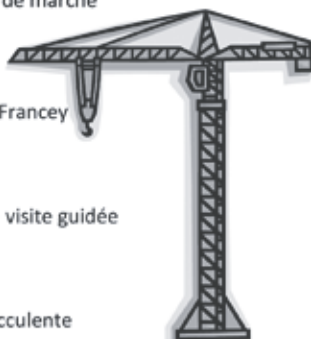
**Renseignements et inscriptions**

Eric Barras

079 261 15 82 ou [eric.barras@websud.ch](mailto:eric.barras@websud.ch) jusqu'au vendredi 10 juin à 16h00

**En cas de temps incertain**

026 921 80 88 (répondeur)



Avec le soutien de :



# Cabane des Clés: 75 ans

## samedi 11 juin

07h00 **randonnée du 75<sup>ème</sup>**  
de démonstration de sculpture  
10h00 à la tronçonneuse  
à activités organisées par le  
16h00 groupement jeunesse  
à midi **soupe gratuite**  
dès 18h00 **raclette** (à gogo : 20,- / pièce : 5,-)  
puis... **bal avec l'orchestre Oasis**  
**bars**

## dimanche 12 juin

10h00 à la cabane : messe célébrée  
par **l'Abbé Guy Oberson** et  
chantée par  
**le Choeur de Candy**  
11h00 apéritif  
12h30 **banquet du 75<sup>ème</sup>** (menu : 25.-)

### Important !!!

Pour la raclette et le banquet, n'oubliez  
pas de vous inscrire **jusqu'au 5 juin**  
par courriel à [girard.charly@bluewin.ch](mailto:girard.charly@bluewin.ch)

Samedi soir, possibilité de dormir à la cabane ou  
dans les environs (places limitées)

## Cabane des Marindes

*La cabane des Marindes n'a pas encore trouvé de gardiens pour la semaine du 26 au 30 septembre.  
Si une personne est intéressée, merci de prendre contact avec Jean Barras – 079 751 88 85*

### Juin

Week-end	04-05	Daniel Hänni et D. Dumas
Semaine	06-10	Catherine Perritaz
Week-end	11-12	<b>Pentecôte</b> - Dodo Menoud et Georges Demierre
Semaine	13-17	Edouard Krattinger
Week-end	18-19	Edouard Krattinger
Semaine	20-22	Edouard Krattinger
Semaine	23-24	Jeannot et Florence Barras, Jean-Jacques Tornare et Rose-Marie
Week-end	25-26	François Seydoux, Jean-Paul Dunand et Romuald Pasquier

### Juillet

Semaine	27 juin-1 <sup>er</sup>	Martial Rouiller
Week-end	02-03	Julien Progin

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

**Semaine** : dimanche 16 h au samedi à 10 h

Si vous désirez vous inscrire pour un gardiennage, veuillez appeler Jean Barras au 079 751 88 85



## Cabane de Bounavaux

---

### Juin

Semaine	2 – 3	Brügger Thomas – Sallin Claude
Wee-end	4 – 5	Audergon Willy – Cosandey Dédé – Bussard Bernard
Semaine	6 – 10	Rouiller Martial et Agnès
Week-end	11 – 12	Poffet Jean-Luc et Famille
Semaine	13 – 17	Dubath André et Evelyne
Week-end	18 – 19	Aubry Georgette – Crottaz Leonard et Odette
Semaine	20 – 24	Musy François et Famille
Week-end	25 – 26	Piller René et Béatrice – Vonlaufen Jean et Barbara
Semaine	27 – 30	Gremaud Dodo – Chappuis Bob

### Juillet

Vendredi	1 <sup>er</sup>	Gremaud Dodo – Chappuis Bob
Week-end	2 – 3	Egger Emmanuel – Dumas Dominique

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

**Semaine :** du dimanche 16 h au samedi 10 h

**Responsable :** Alfred Sauter – 079 603 68 78



**Buvette d'alpage de Rathvel**  
Famille Roland et Jocelyne Progin

Tel. 021 948 90 17  
Nat. 079 679 24 53

Ouverture début juin à début octobre, 7/7

Restaurations, mets au fromage, jambon à l'os, macaronis de chalet, soupe de chalet et fabrication de tommes sur place

# Récit GJ

## Sommet de l'Albristhorn 27 mars

---

Sept heures et demie. Personne n'a oublié l'heure d'été, à part une paire de bâtons qui est restée endormie quelque part dans une sombre cave d'une maison bien lointaine. Heureusement qu'on prendra la direction de l'Albristhorn et qu'on pourra faire halte chez Alex pour des bâtons.

Bon, nous allons sauter l'épisode du voyage, lors duquel rien de spécial ne s'est passé pour arriver au pied de la montagne que nous allons prendre d'assaut. Et c'est là que nous apercevons, pris par un malaise, un grand nombre de personnes qui, en formation de fourmis guerrières (en queueuleu), ont déjà commencé la pénible montée au soleil. On apprendra plus tard que ces personnes sont nos collègues du CAS Moléson. À un rythme bien poussé, nous glisserons en direction du sommet. Le soleil brille, il fait beau et chaud.

Pas de pluie, mais nous sommes quand même bien humides. C'est que nous portons des sacs chargés (de matériel inutile), surtout Alex qui porte la radio, une corde, la pharmacie et tout le chichi. En plus, nous adoptons une jaquette XXL d'une magnifique couleur bleue qui semble avoir perdu son propriétaire en route et dépassons nos amis du CAS Moléson.

Nous y sommes presque. Sur les derniers mètres vers le sommet nous recevons CHF 20.- en échange de la jaquette, ce qui nous payera une tournée dans un petit bistrot sympa. Dîner au sommet, on enlève les peaux et on dévale les pentes poudreuses encore vierges. Quel bonheur !

On finit la journée en beauté par un mouflage (autrichien) et deux pauses boissons sur le chemin du retour.

Merci beaucoup à tous pour cette merveilleuse journée !!!

# PILLER & KRATTER SA

chauffage • sanitaire • toitures

1632 Riaz

Tél. 026 912 98 04  
Natel 079 230 50 37

# VIA FERRATA ILLUMINÉE

## À MOLÉSON

Section La Gruyère



Club Alpin Suisse CAS



LES PETITS RUISSEAUX FONT LES GRANDES RIVIÈRES ET  
LES PETITES LUMIÈRES FONT LES GRANDS FAISCEAUX!

## SAMEDI 25 JUN 2011, DÈS 18H30

Invitation à une **SOIRÉE EXCEPTIONNELLE**: Assistez ou participez à l'illumination de la **VIA FERRATA** de Moléson. **GRATUITÉ** sur les remontées mécaniques pour les ferratistes.

## CONCOURS DES LUMIÈRES

Pas besoin d'être une lumière pour **BRILLER!**

Un prix récompensera la personne la plus «**lumineuse de la soirée**»!

Réservations et informations à l'Office du Tourisme au **026 921 85 00**.  
En cas de mauvais temps, date de remplacement au 2 juillet 2011,  
**RÉPONDEUR AU 026 921 80 88**.



Office du Tourisme / 1663 Moléson-sur-Gruyères  
Tél. 026 921 85 00 / Fax 026 921 85 09  
Web [www.moleson.ch](http://www.moleson.ch) / E-Mail [info@moleson.ch](mailto:info@moleson.ch)

  
**moléson**  
GRUYÈRES

# Groupement jeunesse

Camp de l'Ascension, escalade

2 - 5 juin

Voir bulletin précédent

Camp de La Pentecôte, escalade

11 - 12 - 13 juin

## Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h

## Situation/altitude

Engelhörner, région Meiringen

## Itinéraire choisi

Escalade alpine de plusieurs longueurs dans un environnement sauvage et sur un magnifique rocher.

## Difficulté et cotation

E1/A1

**E1** : Les jeunes débutants qui commencent déjà à grimper en tête et qui maîtrisent déjà quelque peu les techniques d'assurage et de rappel sont les bienvenus. Nous leur mettons aussi du matériel à disposition, cordes, etc.

**A1** : Les techniques de corde élémentaires, les nœuds, l'assurage et le rappel doivent bien être assimilés. Les courses de ce niveau peuvent représenter jusqu'à 6 heures d'effort.

## Matériel

Matériel d'escalade complet pour les grandes voies, habits de rechange pour la cabane. Une liste détaillée sera envoyée aux membres du camp.

## Subsistance

Lunch pour 3 jours

## Coût

Fr. 150.- (comprend le déplacement et la cabane)

## Renseignements et inscriptions

Jonas Clerc - 079 737 25 53 (téléphone uniquement) ou clercj@gmail.com (indiquez un numéro de natel ainsi que la date de naissance dans l'email).

## Délai d'inscription

Mardi 7 juin

## Remarque/descriptif

Des connaissances préalables en escalade sportive ou alpine sont demandées.

Cours d'initiation haute montagne avec guide We 25 - 26 juin

## Perfectionnement et débutants

### *Avec la section*

## Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

## Situation/altitude

Région définie en fonction des conditions

## Difficulté et cotation

A1

## Matériel

Crampons, piolet, baudrier, prussik, 3 mousquetons, sangles, casque, vis à glace (pour

ceux qui ont). Possibilité d'emprunter du matériel.

## Subsistance

Pique-niques pour les 2 jours

## Coût

Nuit + demi-pension à la cabane (env. Fr. 60.-)

## Renseignements et inscriptions

Vincent Grivel - 079 684 90 13 ou par e-mail vgrivel@gmail.com

## Délai d'inscription

Jeu 16 juin au plus tard

## Escalade E 2

Dimanche 3 juillet

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

### Situation / altitude

Oberland bernois

### Itinéraire choisi

A définir – suivant météo et inscription

### Difficulté et cotation

E1 - E2

### Matériel

Complet pour l'escalade (chaussons, baudrier,

dégaines, descendeur), bonnes chaussures de marche (approche)

### Subsistance

Pique-nique et assez à boire

### Coût

Frais de transport, en fonction des participants

### Renseignements et inscriptions

Claude Heckly – 026 928 28 25

### Délai d'inscription

Lundi 27 juin

## Pour programmer la suite...

Initiation haute montagne

Haute Montagne : Trient – la Fourche

We 9 – 10 juillet

We 16 – 17 juillet

# Les courses du mois

## Hochmatt

Sa 4 juin

Voir bulletin précédent

## Arnensee et Palette d'Isenau

Je 9 juin

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h

### Situation

Région Arnensee (Lac d'Arnon)

### Itinéraire choisi

Arnensee/Barrage 1545 m – Fenêtre d'Arnon 1885 m – Col d'Isenau 2077 m – Col des Andrérets 2030 m – La Palette d'Isenau 2171 m, puis retour par Chalet Vieux 1950 m et l'alpage du Seeberg

### Difficulté et cotation

T2, 5 h-5 h 30 de marche

### Matériel

De randonnée pédestre

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Charly Bochud - 026 402 30 27

ou natel/sms 079 348 29 74

ou par e-mail charly.bochud@bluewin.ch

ou Romain Chofflon - 026 411 12 85

ou natel/sms 079 293 41 09

### Délai d'inscription

Mercredi 8 juin à 18 h

### Remarque/descriptif

4 cols autour de l'Arnenhorn

## Course du 75<sup>e</sup> des Clés

Sa 11 juin

Voir annonce page du dans ce bulletin

## Combe de Grède - Chasseral

Lu 13 juin

### Lieu et heure de départ

Au stamm, à 7 h 30

### Situation

Vallon de St Imier

### Itinéraire

Villeret, Combe de Grède, Métairie de Morat, Chasseral, retour par La Corne, l'Iltsach

### Difficulté

T 3, durée totale de marche, environ 6 heures

### Matériel

De randonnée, bons souliers, év. bâtons de marche

### Ravitaillement

Pique-nique tiré du sac

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Jusqu'au vendredi 10 juin auprès de la cheffe de courses, Mathilde Auer - 026 424 94 89 après 20 h

## Mont de l'Arpille (anémones)

Je 16 juin

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

### Situation/altitude

La Forclaz, 2085 m

### Itinéraire choisi

Ravoire, 1135 m - la Forêt - l'Arpille - Mont de l'Arpille, 2085 m. Retour par les Rapperins

### Difficulté et cotation

Facile, environ 5 heures de marche

### Matériel

De randonnée

### Substance

Pique-nique tiré du sac

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Jean-Louis Catillaz - 079 640 98 71 ou 026 912 88 59

### Délai d'inscription

Mercredi 15 juin à 20 h

Voie Hohl



## Via ferrata Moléson

Accès gratuit

à tous les membres

de la section «La Gruyère»

## Région Thoune

Sa 18 juin

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

### Situation/altitude

Sunnighorn

### Difficulté et cotation

T4 en 6 heures de marche

### Matériel

De randonnée

### Substance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Jean-Claude Perroud 079 230 68 35

## Pierre Dar

Di 19 juin

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 45

### Situation/altitude

Région des Ormonts

### Itinéraire choisi

Les Diablerets -le Droutsay 1200 m -Creux du Champ - Cabane Pierredar 2298 m - et retour

### Difficulté et cotation

T2, 3 h 15 de montée

### Matériel

De randonnée

### Substance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Après de la cheffe de courses Denyse Dupasquier - 026 912 75 82 ou 078 812 18 09

### Remarque/descriptif

Bon dimanche et bonjour amical

## Dent de Jaman - Cape au Moine

Je 23 juin

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

### Situation/altitude

Allières

### Itinéraire choisi

Allières - Dent de Jaman, 1875 m - Cape au Moine (si le temps s'y prête)

### Difficulté et cotation

RE, 5 - 6 heures de marche

### Matériel

Bons souliers

### Substance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Norbert Seydoux au 026 912 55 65 ou natel au 079 659 47 80

### Délai d'inscription

Mercredi 22 juin le soir

## Escalade Bächlital

24 - 25 - 26 juin

### Lieu et heure de départ

Vendredi 24 au stamm à 7 h

### Situation/altitude

Escalade région Bächlital, Grimsel

### Itinéraire choisi

Selon les participants

### Difficulté et cotation

Escalade plaisir maximum. 5C obligatoire

### Matériel

Complet d'escalade

### Substance

Pique-niques pour les midis

### Coût

Transport et 2 nuitées en cabane

### Renseignements et inscriptions

Francis Dévaud – 079 256 80 66

### Délai d'inscription

Lundi 20 juin

## Val Carré - Praz de Cray

Sa 25 juin

### Lieu et heure de départ

Parking de la Grotte à Grandvillard. Comme j'habite à Gd, je les attends à 8 h au parking. (A voir pour le covoiturage depuis Bulle)

### Situation/altitude

Région des Vanils - Vanil Carré 2195 m.

### Itinéraire choisi

Liéry Odet - Les Ontanettes - Vanil Carré - Pra de Cray - Le Lity - Gros Chadoua - Liéry Odet

### Difficulté et cotation

F et 6 h de marche, bon marcheur

### Matériel

Bons souliers de montagne, bâtons, habits de rechange, etc.

### Substance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Xavier Corminboeuf – 078 793 06 96

### Délai d'inscription

Mercredi 22 juin

### Remarque/descriptif

Parcours authentique de la chaîne des Vanils et pas touristique.

# Sugnaux

## Electroménager

*Vente et réparation toutes marques*

Ch. de la Pépinière 56

1630 Bulle

Natel 079 285 04 76

Fax 026 912 92 41

[sugnaux.electromenager@bluewin.ch](mailto:sugnaux.electromenager@bluewin.ch)



## Cours d'initiation haute montagne avec guide We 25 - 26 juin

### Perfectionnement et débutants

**Avec groupement jeunesse**

### Lieu et heure de départ

Au stamm, à 8 h

### Situation géographique

Région définie en fonction des conditions

### Programme

1<sup>er</sup> jour: technique de glace, sauvetage en crevasse. 2<sup>e</sup> 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 + 2 pique-niques

### Coûts

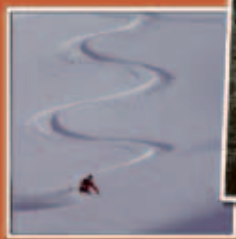
Déplacement, nuitée à la cabane, pension: env. Fr. 120.-

### Délai d'inscription et renseignements

Le 17 juin auprès du chef de courses, Eric Barras - 079 261 15 82

# bugaboo sport

Équipements de montagne et de voyage



Alpinisme - Randonnée à ski

Grimpe - Outdoor

Rue du Pont-Suspendu 4  
1700 Fribourg



026 322 61 39  
www.bugaboo.ch

## Couronne de Bréona

Di 26 juin

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 5 h 30

### Situation/altitude

Arête de la Couronne de Bréona, 3159 m en traversée

### Itinéraire choisi

Moiry - Col de la Couronne - Clocher de Bréona - Couronne de Bréona - Col du Tsaté - Moiry

### Difficulté et cotation

AD

### Matériel

Complet d'escalade haute montagne (gros souliers), matériel de rappel, casque. Corde

50 m, sangles, 4 dégaines, quelques friends pour premiers de cordée

### Substance

Pique-nique

### Coût approximatif

Fr. 40.-

### Renseignements et inscriptions

Christine Tendall au 026 656 16 10 ou natel au 078 608 44 23

### Délai d'inscription

Vendredi 24 juin

### Remarque/descriptif

Beau circuit d'arête  
Course limitée à 6 personnes

## Champéry - Bonnavau

Je 30 juin

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

### Situation/altitude

Signal de Bonnavau, 1817 m

### Itinéraire choisi

Grand Paradis (1055 m) - les Clous - Bonnavau - Signal - Sous la Dent - la Barme - la Braye - Gd Paradis

### Difficulté et cotation

RE

### Matériel

De randonnée

### Substance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Irénée Savary 026 913 11 16 ou 079 510 62 25  
ou Claude Trezzini - 026 915 22 33 ou 079 503 20 52

### Délai d'inscription

Mercredi 29 juin, à 18 heures.

## Semaine Rando et Flore, spéciale 10<sup>e</sup>

La semaine est déjà complète.

## Randonnée autour de Salantin

Di 3 juillet

### Lieu et heure de départ

Au Stamm à 6 h 30

### Situation/altitude

Randonnée autour de la Dent de Salantin

### Itinéraire choisi

Van d'en Haut 1371 m – col du Jorat 2206 m –  
Salanfe – Van d'en Haut

### Difficulté et cotation

Course longue, mais facile de 5 h 30

### Matériel

De randonnée, bons souliers, év. bâtons de  
marche

### Subsistance

Pique-nique tiré du sac

### Coût

Transport Fr. 30.- env.

### Renseignements et inscriptions

Agnès Limat – 026 411 18 77 ou 079 294 27 62

### Délai d'inscription

Vendredi 1<sup>er</sup> juillet à 20 h

### Remarque/descriptif

Jolie randonnée avec de magnifiques pano-  
ramas sur le cirque de Salanfe, la Vallée du  
Rhône et le Vallon de Van

## INFO

La randonnée à la cabane Mountet des 21 et 22 juillet est annulée.

Elle sera remplacée le 21 juillet par la Dent du Salantin (prévue initialement le 22 septembre).



GRUYÈRE ÉNERGIE SA

**La force  
d'une région**

T + 41 (0)26 919 23 23  
[www.gruyere-energie.ch](http://www.gruyere-energie.ch)



# Récits de courses

## Vanil des Cours

**Participant(e)s:** Seydoux Norbert (chef de courses), Auer Mathilde, Pythoud François, Martignoni Ludmilla, Chofflon Romain, Chofflon Hélène, Marmy Elisabeth, Rumo Sylvie, Soubielle Virginie.

Le groupe m'a demandé, en guise de baptême d'écrire le compte rendu de la course. Alors, faisons simple : beau temps, paysages magnifiques, comme souvent, j'imagine...

Départ de Châtel-sur-Montsalvens. Nous avons démarré par une première grimpe, histoire de nous acclimater aux 4 ou 5 qui suivront. Le chemin a longé la crête, faisant appa-

raître par moment un lac de Gruyère assoiffé. Arrivés au sommet à l'heure de l'apéro... Après une bonne collation, le temps s'est soudainement obscurci et nous avons pris le chemin du retour vers Crésuz pour bifurquer vers Châtel-sur-Montsalvens. Et comme les choses étaient bien faites, nous sommes arrivés aux voitures avant une belle pluie d'orage.

Je désire remercier l'humanité, la gentillesse, l'ouverture et la simplicité du groupe. En souhaitant partager d'autres moments aussi intenses que magnifiques. Merci à tous

*Virginie*



MTC

**Vitta Santé**  
Médecine Traditionnelle Chinoise  
Rue de Gruyères 21  
1630 Bulle  
Tél. 026/912.76.16  
[vittasante@hotmail.com](mailto:vittasante@hotmail.com)

