

# CAS section la Gruyère



Numéro 6  
Juin 2014

<b>Président</b>	Serge Blanc Pré-Vert 38, 1791 Courtaman, 026 684 15 78
<b>Adresse du club</b>	Case postale 502 - 1630 Bulle 1
<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 Janine et André Scheurer, tél. 079 620 39 14
<b>Rédaction du bulletin</b>	Colette Dupasquier, Rte de Broc 20, 1663 Epagny, 026 921 28 51 ou 079 697 26 22 E-mail: <a href="mailto:bulletin@cas-gruyere.ch">bulletin@cas-gruyere.ch</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 E-mail: <a href="mailto:francis.vanwynsberghe@bluewin.ch">francis.vanwynsberghe@bluewin.ch</a>
<b>Photo de couverture</b>	Les cabanes de la section

## Poésie

A l'approche de cette belle période de l'année qu'est l'été, je vous souhaite d'ores et déjà une très belle saison estivale et vous invite à un peu de poésie afin de vous déconnecter quelques instants du stress entre travail et loisirs!

*Colette Dupasquier*

### Balade en montagne

Je goûte au silence du matin  
Dans la courbe tendre du chemin.  
La rosée perle de son écrin  
Dans un chaud soleil de juin.

Mon regard pénètre émerveillé  
Au cœur de ce vallon  
Où se dresse en toute beauté  
La cime fière du Bric Berchet.

Je goûte à l'arôme délicat  
Des fleurs qui guident mes pas,  
Tandis que se perche du haut des mêlèzes,  
Une odeur parfumée de sève.

Le chemin enlace la pente,  
Se blottit au creux du ravin.  
Le torrent dans le lointain chante  
Sous une pluie d'éclats cristallins

*Auteur inconnu*

## Sommaire

Reflets de la section	3	Les courses de la section	17
Les cabanes de la section	5	Formation	27
Groupement jeunesse	10	Récits de courses	27
Récits de courses GJ	14		

# design



## Conçu pour vous: le nouveau modèle spécial Tiguan Design.

Voici le modèle spécial Tiguan "Design", doté de suréquipements complets. Il se distingue entre autres par ses projecteurs bi-xénon, son système de radionavigation "RNS 315", son assistance au stationnement avec caméra de recul et son volant cuir multifonction. Le Tiguan existe en outre en modèle spécial sport "R-Line Design". Laissez-vous séduire par nos modèles spéciaux "Design". Nous serons heureux de vous accueillir.



**Das Auto.**

**amag**

### **AMAG Fribourg**

Rte de Villars 103  
1701 Fribourg  
Tél. 026 408 41 41  
[www.fribourg.amag.ch](http://www.fribourg.amag.ch)

Partenaire de vente :

AMAG Bulle  
Rue de Vuippens 55  
1630 Bulle  
[www.bulle.amag.ch](http://www.bulle.amag.ch)

# Reflets de la section

## Patrouille des Glaciers

Cette course mythique de ski-alpinisme s'est déroulée dans des conditions idéales, après 2 renvois successifs. Il serait délicat de citer ici le nom de tous les membres ayant participé à cette compétition qui a eu lieu entre le 30 avril et le 4 mai derniers, au risque d'en oublier. Le comité adresse ses vives félicitations à tous les membres de la section qui y ont pris part, quel que soit leur résultat!

*Merci aussi aux supporters !*

## Activités du mois

Date	Lieu	Nbre
3.04	Autour du Mouret	24
3.04	Dt de Morcles	15
7/12.04	Semaine Club Alpes bernoises	8
10/11.04	Petit Combin	12
11/14.04	Massif des Ecrins	7
19/20.04	Finsteraarhorn	annulée
22.04	Romont/Bulle	11
23/24.04	Grand-St-Bernard (clôture)	50
27.04	Guggishorn	annulée

**Trango**  
SPORT  
NATURE

T 026 913 92 10

RUE ALBERT RIETER 10  
**BULLE**

WWW.TRANGOSPORT.CH



## **Ecole Professionnelle de Parapente**

*Grandvillard, Moléson, Charmey, Jaun, etc.*

**Tous les jours, toute l'année! Labellisée FSVL et OFAC**

***Juste pour le plaisir de partager notre passion!***

*Vols biplace*

*Formation parapente solo et biplace*

*Bons cadeaux*

*Pliage parachute de secours*

*Formation Speedriding*

*Conseils-Test-Vente de Matériel*

*Réparations-Contrôles*

*Voyage au Népal et en Amérique du Sud!*

### **Gruyere-parapente**

Amandine & Marc Pugin

Ch. Du Fenil 20

1663 Epagny

079 / 379 28 17

[www.gruyere-parapente.ch](http://www.gruyere-parapente.ch)

[info@gruyere-parapente.ch](mailto:info@gruyere-parapente.ch)

[www.facebook.com/gruyereparapente](http://www.facebook.com/gruyereparapente)



## Candidats

Genoud Sophie

Rte Champ-des-fontaines 26

Fribourg

## Admissions

Grand-Delacombaz Evelyne

Chemin des Coquilles 70

Bulle

Jonin-Borcard Marielle

Rietta 5

Vaulruz

## Coin de la sympathie

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

**Cyril Rauber**, papa de Stéphane, membre;

**Anne-Marie Schindler**,

maman de Pierre-André, membre;

**André Pittet**, papa de Claude Pittet membre.

## ■ Les cabanes de la section

La liste complète des gardiennages est à consulter sur le site internet: [www.cas-gruyere.ch](http://www.cas-gruyere.ch)

### Cabane de l'Oberegg

Jun	1	Mimi – Rachele – Anne-Laure
	8	Daniel Sturny
	15	Nadia Siffert
	22	Maillard- Bobonne - Babar
	29	Dodo – Bernard (fermeture)

**Pour les clés, prendre contact avec Charly Girard au 079 391 35 20**

Menoud Dodo, 079 219 06 39, Bussard Bernard, 079 740 86 48



**Boissons  
Corboz**  
S.A.

POUR VOUS

**UNE ENTREPRISE  
UNE ÉQUIPE  
UN SERVICE  
UNE PASSION**

VINS, BIÈRES, SPIRITUEUX, BOISSONS SANS ALCOOL

Boissons Corboz S.A.  
Rte de la Pâla 106  
CH-1630 Bulle

T 026 919 62 00  
F 026 919 62 01  
[www.boissons-corboz.ch](http://www.boissons-corboz.ch)



**MONTAGNE  
attitude**

**Rte de Morlon 11 - 1630 Bulle**  
Vélo - Ski - Alpinisme - Randonnée - Running - Trail

[www.montagneattitude.ch](http://www.montagneattitude.ch)

## Cabane des Clés

Juin	Pentecôte	7 au 9	Romanens José et Marie-Josée
	Week-end	14-15	Jungo Sandra et Frioud Philippe
	Fête-Dieu	19 au 22:	Berset Gilbert et Manuella
	Week-end	28-29	Hänni Daniel
Juillet	Week-end	05-06	Liard André et Madeleine
	Semaine	07 au 11	Liard André et Madeleine
	Week-end	12-13	Musy François
	Semaine	14 au 18	Musy François
	Week-end	19-20	Bobonne et Maillard
	Semaine	21 au 25	Bobonne et Maillard
	Week-end	26-27	Liard André et Madeleine
	Semaine	28 au 1 <sup>er</sup> août	Berset Gilbert et Manuella

Responsables: Berset Gilbert et Henri Maillard

Réservations, gardiennages + clé de la cabane: Henri Maillard, tél. 079 625 17 07

Gardiennage du week-end: du samedi 10 h au dimanche 16 h

Gardiennage de la semaine: du dimanche 16 h au samedi 10 h

Stéphane Piller  
**Micrograph**

**Créateur d'imprimés depuis 1996**

**Logos, papeteries, affiches, flyers,  
prospectus, publicités, journaux associatifs...**

**L'expérience du professionnel de l'imprimerie  
au service de vos créations!**

Belle-Fontaine 8, 1627 Vaulruz - 026 913 87 77 - [www.micrograph.ch](http://www.micrograph.ch) - [info@micrograph.ch](mailto:info@micrograph.ch)

**To Print**  
L'impression numérique de qualité  
Magne & Piller BULLE

**L'impression numérique haute qualité  
par des professionnels de l'imprimerie!**

# Cabane des Portes

## MERCI !

Nous tenons à remercier sincèrement tous les gardiens et gardiennes pour le travail et la propreté de la cabane ainsi que tous les visiteurs. C'est grâce à vous que cette saison fut une réussite.

**Nous vous donnons rendez-vous le 26 octobre 2014  
pour notre traditionnel Bouilli des Portes et vous souhaitons un bel été.**

*Marie-José et José Romanens — Corine et Daniel Romanens*

***La cabane est en fermeture estivale***

### Cabane des Marindes:

Mai	Sa - di	31 et 1 <sup>er</sup>	Bernard Aubonney (Bobonne) et Cie
Juin	Semaine	2 au 6	Dorthe Laurent
	Sa - di - lu	7 au 9	Krattinger René
	Ma - ve	10 au 13	Krattinger Edouard
	Sa - di	14 et 15	Grivel Jean-Marie et Raymonde
	Semaine	16 au 20	Gobet Marcel et Raphaël
	Sa - di	21 et 22	Progin Julien
	Semaine	23 au 27	Volery Denis
	Sa - di	28 et 29	Seydoux François, Pasquier Romuald, Dunand Jean-Paul
Juillet	Semaine	30 au 4	Mooser Bernard, Schuwey Henri, Houriet Willy
	Sa - di	5 et 6	Sugnaux Philippe
	Semaine	7 au 11	Gianella Françoise et Fragnière Georges
	Sa - di	12 et 13	Repond Alain
	Semaine	14 au 18	Jaquet Pierre-André
	Sa - di	19 et 20	Seydoux Maurice et Anne, Chenaux Benoît et Lynda
	Semaine	21 au 25	Gillon Henri-Paul et Geneviève
	Sa - di	26 et 27	Yerly Pascal et Francis
Semaine	28 au 1 <sup>er</sup>	Jean-Marie Sciboz, Rossier Sylviane, Sciboz René, Gaby Python	

Pour un gardiennage ou des réservations veuillez appeler le 079 790 45 33.

## Cabane de Bounavaux

Mai	Sa - Di	31 - 1 <sup>er</sup>	Bussard Christine - Bernard - Anne-Lyse Sonney - Dodo
Juin	Semaine	1 <sup>er</sup> - 7	Crottaz Leonard - Odette
	Sa - di	7 - 8	Esseiva Jo - famille
	Semaine	8 - 14	Musy François
	Sa - di	14 - 15	Aubry Georgette - Crottaz Leonard - Odette
	Semaine	15 - 21	Dubath André - Evelyne
	Sa - di	21 - 22	Girard Alain - Roth Samuel
	Semaine	22 - 28	Rouiller Martial - Agnès
	Sa - di	28 - 29	Seydoux Maurice - Anne - Chollet Francis - Arianne
	Semaine	29 - 5.07	Gremaud Dodo - Chappuis Bob
Juillet	Sa-Di	5 - 6	Poffet Jean-Luc et famille

Semaine: dimanche 16 h - samedi 10 h

Week-end: samedi 10 h - dimanche 16 h

Responsable: Alfred Sauteur - 079 603 68 78



*Sports et Loisirs* *Avry-devant-Pont*

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

Rte de l'Eglise 19  
026 915 12 42



**Entreprise de bâtiments**  
**CLAUDE NOLL SA**  
Maçonnerie, béton armé, rénovations, échafaudages  
Crépis de finition, chapes, carrelages, aménagements extérieurs

Tél. 026 912 53 52      Fax 026 912 53 85      Natel 079 635 15 92  
Les Bruyères 5      1635 La Tour-de-Trême

# Le Groupement jeunesse

## Rappel Cuisinier ou cuisinière pour le camp d'été

Le Groupement jeunesse est à la recherche d'un ou d'une chef(fe)... pour la cuisine. En effet pour notre camp d'été 2014, nous cherchons un ou une cuisinier(ère) pour notre groupe de jeunes sympas.

Le camp aura lieu du lundi 21 juillet au samedi 26 juillet.

Nous nous rendrons dans la vallée d'Aoste, avec à la clé un 4'000 en fin de semaine, auquel le ou la cuisinier(ère) sera cordialement convié(e), si l'envie est là.

**Intéressé(e)?** Pour plus de renseignements, contacter Alex Castella 079 343 31 16 ou Claude Heckly 079 398 06 44.  
On se réjouit d'avance !

## Camp de Pentecôte

Sa 7 - Lu 9 juin

### Lieu et heure de départ

7 h au stamm

### Situation/altitude

Melchtal / OW

### Itinéraire choisi

Voies de plusieurs longueurs

### Difficulté et cotation

5a obligatoire

### Matériel

Matériel de grimpe standard (casque d'escalade, baudriers, chaussons), pour ceux qui en ont: dégaines, descendeur, prussik... Il est possible d'emprunter du matériel au stamm (annoncer à l'avance). Habits de randonnée et de pluie, habits de rechange pour le soir, affaires de toilettes, sac de couchage.

### Subsistance

Pique-nique pour 3 jours

### Coût approximatif

CHF 150.-

### Renseignements et inscriptions

Jonas Clerc, 079 737 25 53 (à partir de 18 h)

### Délai d'inscription

1<sup>er</sup> juin

### Remarque/descriptif

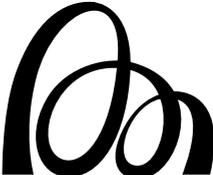
Ce sont des voies de plusieurs longueurs à partir du 5a. Il faut donc être à l'aise dans ces cotations, voire plus dures. Des connaissances dans le maniement de corde (rappel, relais, etc) sont également requises. Plus d'infos vous seront communiquées lors de l'inscription.

**OUVERT 7 JOURS SUR 7**

Petit  
Marché  
de l'Intyamon



Marc Savary - 1666 Villars-sous-Mont  
Tél. 026 928 10 11



michelmooser SA

constructions en bois · menuiserie · charpente  
La Tzintre 63 -1637 Charmey - tél 026 927 67 00  
www.michel-mooser.ch - info@michel-mooser.ch

# Le Groupement jeunesse (suite)

## Escalade Wivanni

Sa-Di 14-15 juin

### Lieu et heure de départ

Stamm 8 h 30

### Situation/altitude

Cabane Wiwanni, env. 2 petites heures de montée

### Itinéraire choisi

Voies de plusieurs longueurs Face sud du Wiwanihorn

### Difficulté et cotation

Max 5c

### Matériel

Matériel d'escalade personnel

### Subsistance

Demi-pension à la cabane et pique-nique pour deux jours

### Coût

Environ CHF 60.- pour la cabane + le carburant du bus

### Renseignements et inscriptions

manu.illan@websud.ch

### Délai d'inscription

Vendredi 6 juin

### Remarque/descriptif

Course limitée à 6 participants, bonne expérience de longues voies et manoeuvres de corde

## Cours de glace

Sa-Di 21-22 juin (attention au changement de date)

### Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

### Situation/altitude

Région définie en fonction des conditions

### Difficulté et cotation

A1

### Matériel

Crampons, piolet, boudrier, prussik, 3 mousquetons, sangles, casque, vis à glace (pour ceux qui en ont). Possibilité d'emprunter du matériel.

### Subsistance

Pique-nique pour les 2 jours

### Coût approximatif

Nuit + demi-pension à la cabane environ CHF 60.-

### Renseignements et inscriptions

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

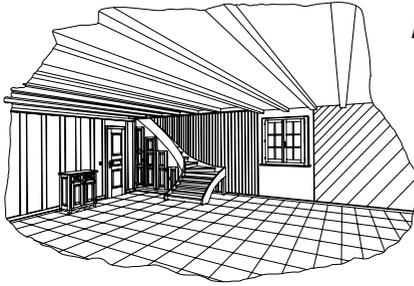
### Délai d'inscription

Lundi 16 juin au plus tard

**Schorderet** SARL

chauffage solaire sanitaire

Rue du Moléson 35 | CP 101 | 1630 Bulle 1 | 079 285 46 08 | schorderet@websud.ch



*Menuiserie - Agencement*

**Eloi Bosson sàrl**

**1632 Riaz**

**Maîtrise Fédérale**

*Entreprise Formatrice*

Réalisations

- Rénovation / Transformation
- Couvert / Pergola / Terrasse
- Porte d'entrée / communication
- Fenêtre / Fenêtre de toiture
- Cuisine / meuble salle de bain
- Armoire murale / Mobilier
- Escalier / Balustrade
- Parquet / Plancher
- Réparation / Entretien
- Boiserie / Plafond
- Revêtement de façade / Volet

*fête  
ses 25 ans d'activité  
1989 - 2014*

Natel 079/230.58.60  
Tél. prof. 026/912.42.52  
Fax 026/912.49.27  
E-mail: [eloi.bosson@websud.ch](mailto:eloi.bosson@websud.ch)

*Travaux de qualité garantis*



**Eric Angéloz**  
Agent Principal de Bulle  
Conseiller financier avec brevet fédéral  
Spécialiste de la planification de la retraite

**Agence Principale de Bulle**  
Place de la Gare 1  
1630 Bulle

Tel. 058 285 58 01  
Mail [eric.angeloz@baloise.ch](mailto:eric.angeloz@baloise.ch)

Votre sécurité nous tient à coeur. Depuis 150 ans.  
[www.baloise.ch](http://www.baloise.ch)

 **Baloise Bank SoBa**

Placements & patrimoine  
Comptes & paiements  
Maladie & accidents  
Construire & habiter  
Mobilité & voyages  
Vie & Prévoyance



 **Baloise**  
Assurances

# Le Groupement jeunesse (suite)

**Escalade Orny**

**Sa 5 - Di 6 juillet**

Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h 30

Situation/altitude

Escalade dans la région de la cabane d'Orny

Itinéraire choisi

Aiguille de la Cabane 2999 m et Aiguille d'Orny 3167 m

Difficulté et cotation

5c maximum

Matériel

Baudrier, dégaines, friends, coinceurs, corde, casque, cordelette, chaussons, bonnes chaussures de montagne, habits chauds

Subsistance

Pique-nique pour 2 jours

Coût approximatif

CHF 80.-

Renseignements et inscriptions

Chez Laurent Scheurer au 079 287 40 70

Délai d'inscription

2 juillet

Remarque/descriptif

Superbe région avec un granite magnifique.  
Course limitée à 6 participants.

## CARROSSERIE *Gérard Spicher*

**1731 Ependes**

Tél. 026 413 23 14

Tél. à Marsens 026 915 19 64

Natel 079 214 25 54

*Rabais aux membres CAS*

*Devis à domicile*

*Voiture de remplacement*



Visitez notre  
*Dinothèque*

Du Lu a.m. au Sa. matin



# Récits de courses GJ

## Module 4 des courses «ski de randonnée» du GJ

Samedi 26 avril 2014: Mont Dolent (3820 m)

Bulle, 3 heures: alors que les fêtards rentrent chez eux, nous, 5 férus du Club Alpin, quittons le Stamm en direction de la Fouly. Notre objectif de la journée: le Dolent.

Ce matin-là, il fallait y croire: la nuit avait été pluvieuse en Gruyère et les averses ont repris durant le trajet en bus! Arrivés à la Fouly, nous fixons les skis sur le sac et nous partons à la lumière des frontales. Heureusement, il ne pleut plus... Nous marchons une demi-heure dans le noir avant de mettre les peaux. Quelques nuages s'accrochent au massif, mais le ciel se dégage peu à peu et nous découvrons les sommets environnants ainsi que le Val Ferret (resté complètement dans le brouillard lors de notre précédente tentative avortée à la Grande Lui!).

Contre toute attente, le regel est excellent et nous progressons rapidement. Après avoir fait une première pause en dessous du Petit Col Ferret, nous avons droit à un magnifique lever de soleil... On continue notre route, chacun avançant à son rythme. Nous nous arrêtons un peu plus tard aux bivouacs Fiorio. Il n'y a plus un nuage dans le ciel et la vue est superbe!



Notre petit groupe se remet en route. Certains commencent à sentir leurs jambes... Nous continuons notre ascension sur le glacier... Le sommet est enfin en vue! Mais il nous reste encore un mur en neige dure et plutôt raide à gravir, ainsi qu'une dernière partie en crampons. On s'engage dans la trace, en tapant skis et couteaux pour éviter de glisser. A la première conversion, Hugo perd l'équilibre et se retrouve quelques mètres plus bas. Il remonte, nous rejoint et nous continuons. Quelques conversions plus tard, c'est au tour de Loïc de glisser et de perdre son bâton en chemin. Il se relève, reprend son bâton et remonte. On continue, plus prudents encore, en s'aidant mutuellement dans chaque conversion. On voit enfin la fin du mur, plus qu'une conversion... Christian, Maxime puis Marion arrivent en haut. On voit aussi Loïc juste en dessous. Mais pas de Hugo... «Dites, c'est pas Hugo en bas de la pente, là?» Eh oui! Hugo avait chuté à la dernière conversion, et se retrouve... tout en bas du mur. Christian décide alors de descendre le chercher et de remonter avec lui, skis sur le sac. Pendant ce temps, Maxime, Loïc et Marion poursuivent jusqu'au col, où on laisse nos skis pour enfiler les crampons. Une fois qu'Hugo et Christian nous ont rejoints, on se lance dans la dernière partie de l'ascension. Crampons aux pieds, piolet à la main, on monte ainsi pendant encore presque une heure. Enfin on est au sommet! Fatigués mais heureux...

A peine le temps d'une photo et on redescend dans un demi-brouillard menaçant: le mauvais temps promis pour l'après-midi arrive... Heureusement, le soleil nous rattrape et nous pouvons rapidement quitter le glacier. La neige

## Récits de courses GJ (suite)



n'est plus exceptionnelle, on est un poil trop tard, mais on parvient quand même à faire de belles courbes avec le peu de jambes qu'il nous reste... Arrivés en bas de la Combe des Fonds dans une affreuse soupe, nous devons encore fixer les skis sur le sac et finir à pied jusqu'au parking...

Une fois le bus chargé, on passe à la dernière partie de la journée (la plus importante): aller boire un verre chez «Maurice et Mauricette»! On pique-nique enfin au soleil...

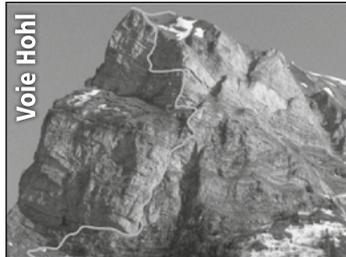
Merci à Christian pour cette magnifique journée!

*Marion*

**Participants:** Hugo Donzallaz, Maxime Ecoffey, Marion Laville, Loïc Stäubli et Christian Bosson (moniteur)

**PS. Note du moniteur:** «Faudra voir pour travailler les conversions en neige dure, ces glissades auraient pu mal se terminer!»

Voie Hohli



### *Via ferrata Moléson*

*Accès gratuit*

*à tous les membres*

*de la section «La Gruyère»*



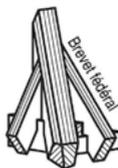
**Messerli Groupe**  
Auto Electricité - Radiocommunication

**Radio secours REGA**  
**Radio portable/fixe cabane**

Conseils, location et vente au 026 912 83 88

[www.messerli-groupe.com](http://www.messerli-groupe.com)

**JEAN BARRAS SARL  
BOTTERENS**



- CONSTRUCTION EN BOIS
- CHARPENTES
- ESCALIERS

Mobile 079 751 88 85  
Tél. 026 921 13 25  
Fax 026 921 13 27

Fin-du-Chêne 5  
**1652 Botterens**  
[jeanbarras.charpentes@bluewin.ch](mailto:jeanbarras.charpentes@bluewin.ch)

**FRANCIS  
MOOSER**



Fondé en 1954

Installateur diplômé  
ISO 9001 + 14001

Chemin de Halage 14  
CP 268  
1630 Bulle



**Energies renouvelables**  
Pompe à chaleur  
Bois  
Solaire  
Ventilation contrôlée

Fax 026 919 60 99  
[secretariat@francis-mooser.ch](mailto:secretariat@francis-mooser.ch)

Tél 026 919 60 90  
[www.francis-mooser.ch](http://www.francis-mooser.ch)



**BUSSARD**  
COURTAGE ET GÉRANCE

**Acquérir avec confiance  
grâce à notre agence**

Grand-Rue 19 CH - 1630 Bulle t +41 26 919 80 50 f 41 26 919 80 59	Agence immobilière Roger Bussard SA <a href="mailto:office@bussard.ch">office@bussard.ch</a> <a href="http://www.bussard.ch">www.bussard.ch</a>	Rue du Centre 32 CH - 1637 Charmey t +41 26 927 19 60 f +41 26 919 80 59
--	--	---

# Les courses du mois

## Bisses inédits de Nendaz

Jeudi 12 juin

### Lieu et heure de départ

Parc de la Rue Majeux à 7 h 30

### Situation/altitude

Région Haute-Nendaz

### Itinéraire choisi

Haute-Nendaz 1365 m - Bisse d'En-Bas - Achouet 1505 m - Grand Bisse de Vex - Clèbes 1275 m - Bisse de Salins - Les Follats 1230 m - Haute-Nendaz

### Difficulté et cotation

TI, 5 h 30

### Matériel

De randonnée pédestre

### Substance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Charly Bochud, tél. 026 402 30 27

ou sms 079 348 29 74

ou e-mail charly.bochud@bluewin.ch

### Délai d'inscription

Mercredi 11 juin à 18 h

### Remarque/descriptif

Les bisses de Nendaz: tranquillité, nature sauvage, beauté des paysages, bisses construits entre le XV<sup>e</sup> et le XVIII<sup>e</sup> siècle. Parcours pour Séniors B possible

## Bruni Chue + Grimselstrom

Sa 14 - Di 15 juin

### Lieu et heure de départ

Stamm 8 h

### Situation/altitude

Räterichsbodensee 1767 m (Grimsel)

### Itinéraire choisi

Bruni Chue (samedi) et Grimselstrom (dimanche)

### Difficulté et cotation

Voies de plusieurs longueurs, 6a obligatoire

### Matériel

D'escalade complet et de camping pour 2 jours

### Substance

Repas du samedi et dimanche

### Coût

Transports

### Renseignements et inscriptions

angelique.tinguely@hotmail.ch

ou 079 819 98 27

### Délai d'inscription

Vendredi 13 juin

### Remarque/descriptif

Sortie limitée à 5 participants

# Les courses du mois (suite)

## Seebergsee

Sa 14 juin

### Lieu et heure de départ

Place du stamm, 8 h

### Situation/altitude

Mannried Obersimmental

### Itinéraire choisi

Milchhäle, Frohmattgrat, Seebergsee, retour par Muntigli

### Difficulté et cotation

T2, 5 à 6 heures de marche

### Matériel

Bons souliers, bâtons de marche

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Mathilde Auer, tél. 026 424 94 89 le soir

### Délai d'inscription

13 juin

### Remarque/descriptif

Très jolie randonnée autour de la Chumigalm

## Rocher Plat

Di 15 juin

### Lieu et heure de départ

Stamm 8 h

### Situation/altitude

Préalpes vaudoises

### Itinéraire choisi

Du parc de la Vidmanette en voiture jusqu'au Plannard - depuis ce point rando par le Videman 2031 m au Rocher Plat 2255 m env. 3 h 45 de montée et retour par la crête.

### Difficulté et cotation

T3 sommet rocheux

### Matériel

De randonnée

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Auprès des chefs Dupasquier Denyse tél. 026 912 75 82 / 078 812 18 09 ou Bossel Denis tél. 026 653 22 85

### Délai d'inscription

Samedi 14 à midi

### Remarque/descriptif

Magnifique chaîne rocheuse, région très sauvage et fleurie

# Les courses du mois (suite)

## Journée flore à Bounavaux

Di 15 juin

### Lieu et heure de départ

9 h 30 sur le parking du stamm à Bulle

### Matériel

De quoi dessiner...

### Subsistance

Fondue au vacherin en commun, apéro tiré du sac

### Coût

Prix de la fondue

### Renseignements et inscriptions

Daniel Sturny - 079 348 34 30

### Délai d'inscription

Mercredi 11 juin

### Remarque/descriptif

Une journée pour tous! Tout au long du sentier nous conduisant à la cabane de Bounavaux, nous prendrons le temps d'apprivoiser et de dessiner quelques fleurs de notre magnifique réserve. Pour le repas, nous partagerons une fondue au vacherin (apéro tiré du sac).

Au plaisir de vous rencontrer!

## Arête de Louvie et Petit-Mont-Fort

Sa 21 - Di 22 juin

*Le chef de courses, Jean-Claude Perroud, est à l'étranger au moment d'établir ce bulletin, pas reçu de renseignement, mais la course est maintenue! Tél. 079 230 68 35.*

## Vanil de l'Ecri – Pointe de Paray

Sa 21 juin

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 6 h 45

### Situation/altitude

Vanil de l'Ecri 2375 m et Pointe de Paray 2375 m

### Itinéraire choisi

Montée à l'Ecri par l'arête Ouest; traversée; descente de Paray par l'arête Ouest

### Difficulté et cotation

T4 (pied sûr!) 1300 m dénivelé, 8 heures

### Matériel

Standard de randonnée, avec piolet

### Subsistance

Pique-nique

### Délai d'inscription et renseignements

Jusqu'au mercredi 18 chez Pierre Scyboz au n° tél. 026 424 90 52, le soir

### Nombre maximum de participants

6

# SPO RTS

SKI  
RAV  
RANDO

a v e n t u r e s

////////////////////  
 VENTE / LOCATION ET RÉPARATION SKIS  
 SNOWBOARDS / RAQUETTES / RANDONNÉE  
 VÉLOS ROUTE / VTT / ENDURO / FREERIDE  
 TREKKING / CHAUSSURES / TEXTILE RUNNING  
 NORDIC WALKING //////////////////////

SPORTS AVENTURES SA / ROUTE DE BILLENS 14 / 1690 ROMONT FR //////////////////////  
 T 026 912 40 41 F 026 912 40 42 SPORTS AVENTURES CH //////////////////////  
 HORAIRES DU MARCHÉ //////////////////////  
 LUNDI FERMÉ ////////////////////// MA-VE 9H-12H / 13H30-18H ////////////////////// SA 9H-12H / 13H30-16H

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

# To Print

**L'impression numérique de qualité**  
**Magne & Piller** **BULLE**

Chemin Pauvre Jacques 36 - 1630 Bulle  
 Tél. 026 912 50 65 ou 079 433 31 37  
 E-mail: [toprint@bluewin.ch](mailto:toprint@bluewin.ch)

# monferini

**BULLE**

J. MONFERINI S.A.

Constructions 026 912 82 68

## AU MULTICOLORE

*Beaux  
 Arts*



**RENE OTTOZ**  
**COULEURS ET VERNIS**  
**Grand-Rue 66**  
**1630 BULLE**  
**Tél. 026 912 68 24**  
**Fax 026 913 92 50**



**MENUISERIE  
 GERALD RUFFIEUX**  
 Rte de Botterens 95  
 1652 BOTTERENS  
 Tél. 026 921 26 68  
 Fax 026 921 28 41  
[gerald.ruffieux@bluewin.ch](mailto:gerald.ruffieux@bluewin.ch)

Agencements  
 Transformation  
 Fenêtres - Portes  
 Parquet - Escaliers  
 Rénovation

## R. Pittet & Fils

Vins et spiritueux



Qualité - Prix 1663 Epagny/Gruyères  
 Service - Accueil Tél. 026 921 11 84  
[info@pittetvins.ch](mailto:info@pittetvins.ch) Fax 026 921 37 72

[www.pittetvins.ch](http://www.pittetvins.ch)

# Les courses du mois (suite)

## Région Chamossaire

Di 22 juin

### Lieu et heure de départ

Place du stamm à 7 h 30

### Situation/altitude

Col de la Croix 1732 m

### Itinéraire choisi

Col de la Croix – Ensex – Bretaye – Le Chamossaire 2112 m – Lac Noir – Perche – L'Encrène – Col de La Croix

### Difficulté et cotation

T2 avec un court passage T3, environ 5 heures de marche

### Matériel

De randonnée avec évent. bâtons de marche

### Subsistance

Pique-nique tiré du sac assaisonné de bonne humeur

### Coût approximatif

CHF 15.– pour le transport

### Renseignements et inscriptions

Agnès Limat au 026 411 18 77 ou 079 294 27 62 ou par mail [agnes.limat@hispeed.ch](mailto:agnes.limat@hispeed.ch)

### Délai d'inscription

Samedi 21 juin à 12 h

### Remarque/descriptif

Belle course pour toutes les personnes qui rêvent de passer un dimanche au grand air en agréable compagnie.

## Autour de la Palette d'Isenau

Jeudi 26 juin

### Lieu et heure de départ

Parc de la Rue Majeux à 7 h

### Situation/altitude

Région Arnensee (Lac d'Arnon)

### Itinéraire choisi

Arnensee/Barrage 1545 m - Col de Voré 1918 m - Lac Retaud 1685 m - Isenau 1855 m - Col des Andrérets 2030 m - La Palette 2171 m et retour par Chalet Vieux, l'Alpage de Seeberg et la rive gauche de l'Arnensee

### Difficulté et cotation

T2, env. 6 h

### Matériel

De randonnée pédestre

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Charly Bochud, tél. 026 402 30 27 ou sms 079 348 29 74 ou e-mail [charly.bochud@bluewin.ch](mailto:charly.bochud@bluewin.ch)

### Délai d'inscription

Mercredi 25 juin 18 h

### Remarque/descriptif

2 cantons, 2 régions linguistiques, 2 lacs et 2 cols! Vue panoramique sur le Massif des Diablerets. Parcours pour Séniors B possible!

# Les courses du mois (suite)

## Massif de la Pierreuse

Sa 28 juin

### Lieu et heure de départ

Stamm de la section, 8 h

### Situation/altitude

Massif de la Pierreuse, 2144 m

### Itinéraire choisi

Traversée des sommets Rocher du Midi, Coumatta et Douvette

### Difficulté et cotation

T4-T5

### Matériel

De randonnée

### Subsistance

Tirée du sac

### Coût approximatif

CHF 10.– pour le transport

### Renseignements et inscriptions

Auprès du chef de courses, Benoît Richoz au 079 208 08 76

### Délai d'inscription

Mercredi soir 25 juin

### Remarque/descriptif

Chacun connaît le Plan de la Douve à skis, mais êtes-vous déjà montés au sommet de la Douvette? Parcours en boucle, participation limitée.

## Escalade : Hallo Marco

Di 29 juin

### Lieu et heure de départ

Parking télécabine à Charmey 9 h

### Situation/altitude

Pfadflue 2066 m (Gastlosen)

### Itinéraire choisi

Hallo Marco

### Difficulté et cotation

5b obligatoire

### Matériel

D'escalade complet

### Subsistance

Pique-nique de midi

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

angelique.tinguely@hotmail.com  
ou 079 819 98 27

### Délai d'inscription

Vendredi 27 juin

### Remarque/descriptif

Course limitée à 5 participants

## Semaine Rando-flore dans le Val Maggia Di 29 juin au Di 6 juillet

### Départ du Stamm le dimanche 29 juin à 8 h

Chaque participant recevra un programme détaillé.

Plus d'inscriptions possibles, 16 participants déjà inscrits!

# Les courses du mois (suite)

## Autour du Lac des Toules

Jeudi 3 juillet

### Lieu et heure de départ

Parc de la Rue Majeux, 7 h

### Situation/altitude

Bourg-St-Pierre (1632 m)

### Itinéraire choisi

Bourg-St-Pierre - Lac des Toules - Bourg-St-Bernard - Plan du Jeu - Chaux de Tsousse (2278 m) - Bourg-St-Pierre

### Difficulté et cotation

T2, 5 h 30 de marche

### Matériel

De randonnée

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Frais de transport

### Renseignements et inscriptions

Irénée Savary, 026 913 11 16 / 079 510 62 25  
i.savary@bluewin.ch et Claude Trezzini,  
026 915 22 33 / 079 503 20 52

### Délai d'inscription

Mercredi 2 juillet à 18 h

### Remarque/descriptif

Très joli parcours parmi les rhodos

## Aiguilles du Tour en traversée

Sa 5 - Di 6 juillet

### Lieu et heure de départ

Stamm 7 h 30

### Situation/altitude

Massif du Trient, Aiguilles du Tour 3540 m

### Itinéraire choisi

1<sup>er</sup> jour, montée à la cabane Orny 2811 m

2<sup>e</sup> jour, sommet.

### Difficulté et cotation

Grimpe mixte, AD+

### Matériel

D'alpinisme d'été, crampons, baudrier, casque

### Subsistance

Pique-nique pour samedi et dimanche midi

### Coût approximatif

Transport + demi-pension en cabane + télé-siège (environ CHF 120.-)

### Renseignements et inscriptions

Boris Grandjean par téléphone (dès 16 h) au  
079 326 38 01

### Délai d'inscription

27 juin

### Remarque/descriptif

Nombre de participants en fonction des "premiers de cordée"

# **Seydoux** PAPERIE BUREAU SA

Tél. 026 919 62 62  
Fax 026 919 62 63

Web [www.seyd.ch](http://www.seyd.ch)  
Mail [info@seyd.ch](mailto:info@seyd.ch)

Rue des Ecoles 15  
1635 La Tour-de-Trême

## Menuiserie Agencement

Denis Risse Sàrl



Fenêtres - Portes  
Agencements - Cuisine  
Parquet - Escalier

Case postale 2041 Tél. 079 371 07 76 [info@denis-risse.ch](mailto:info@denis-risse.ch)  
1630 Bulle 2 Fax 026 912 39 92 [www.denis-risse.ch](http://www.denis-risse.ch)

## **PILLER & KRATTER SA**

chauffage • sanitaire • toitures

1632 Riaz

Tél. 026 912 98 04  
Natel 079 230 50 37

**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**

# Les courses du mois (suite)

## Cours de glace

Sa 5 - Di 6 juillet

### Lieu et heure de départ

Stamm Bulle 7 h

### Situation/altitude

Cabane de Moiry

### Itinéraire choisi

Jour 1 : exercice sur le glacier

Jour 2 : petite course d'application selon les conditions du moment

### Difficulté et cotation

Ouvert à tous

### Matériel

Matériel d'alpinisme (crampons, piolet, baudrier, casque) souliers de montagne, gants, bonnet, vêtements chauds

### Subsistance

Pique-nique de midi pour le samedi et le dimanche

### Coût

Transport et nuit à la cabane

### Délai d'inscription

22 juin nombre de place limité à 20 participants

### Remarque/descriptif

Ce cours est principalement destiné aux nouveaux membres qui souhaitent s'initier à la marche sur glacier avec des crampons, apprendre à utiliser un piolet sur la glace et connaître les manœuvres de moufflage pour ressortir une personne d'une crevasse.

### Renseignements et inscriptions

Chez Castella Alexandre 079 343 32 16 seulement en soirée de 19 h-20 h 30, sinon inscriptions sur le site [www.alpiniste.ch](http://www.alpiniste.ch) / sortie cours de glace CAS La Gruyère

## Rohrbachstein-Wetzsteilhore

Di 6 juillet

### Lieu et heure de départ

Départ 6 h du stamm

### Situation/altitude

Rohrbachstein 2950 m - Wetzsteilhore 2782 m

### Itinéraire choisi

Montée depuis le lac de Tsezuzier jusqu'à la pointe de Vatsere. Ensuite traversée direction Wetzsteilhore et descente en Z dans de petites «caillases». Si le «timing» le permet: détour par le lac de Ténéhet et retour au barrage

### Difficulté et cotation

F

### Matériel

Traditionnel de rando (éventuellement piolet)

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Raphäel Muntwiler 079 129 83 02

### Délai d'inscription

Vendredi 4 juillet

### Remarque/descriptif

Bref passage où il ne faudra pas traîner, course de 8-9 h pour environ 1300 m de dénivelé et 20 km

découvrez le monde à pied,  
en petit groupe



**TIRAWA**  
TREK CULTURE NATURE

© LAURENT MARTELON.COM - TIRAWA

**ORIENT • AFRIQUE • ASIE • AMÉRIQUES**  
DU GRAND TREKKING AU VOYAGE DÉCOUVERTE

Rue du Petit-Chêne 28  
1003 Lausanne

**021 566 74 91**  
[www.tirawa.ch](http://www.tirawa.ch)

BROCHURE 2014  
GRATUITE DISPONIBLE  
SUR SIMPLE DEMANDE



**POUR TOUTES VOS RÉALISATIONS  
EN PIERRES NATURELLES :**



**MARBRERIE  
GRAND**

MARBRE ET GRANIT  
Rue du Cârô 1 - CP 362  
1630 Bulle 1

Tél. 026 919 60 20

Fax 026 919 60 29

[www.grand-marbrerie.ch](http://www.grand-marbrerie.ch)



**TREZZINI**  
CONCIERGERIE

Rte de Morlon 45  
1630 Bulle

**Brevet fédéral**

Tél. (24 h/24): 026 / 919 30 00

[www.trezzini-conciergerie.ch](http://www.trezzini-conciergerie.ch)

[office@trezzini-conciergerie.ch](mailto:office@trezzini-conciergerie.ch)

GRUYÈRE ÉNERGIE

**La force  
d'une région**

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



# Formation

## 49<sup>e</sup> Cours de sécurité et de sauvetage en montagne

En sports alpins, la sécurité est primordiale. En cas d'accident, chacun doit connaître le geste qui sauve. Ce cours concerne toute personne intéressée par la montagne (voir les 3 catégories ci-dessous). Le nombre de participants est limité: premier inscrit, premier retenu.

### Dates

27-28 septembre

### Prix

CHF 100.– y compris cours, repas, couche (à payer à l'inscription)

### 3 catégories

Alpinisme conventionnel

Escalade sportive

Colonne de secours et professionnels des secours

### Renseignements et inscriptions

Secrétaire: Renée Studer,

Rue des Lilas 2, 2800 Delémont,

tél. 032 422 68 17,

e-mail : studer:renee@bluewin.ch

# Récits de courses

## Jungfrauoch – Lötschental du 7 au 11 avril 2014

### Lundi 7

Départ de Bulle, ou de Fribourg pour certains, avec une succession de trains, dont le dernier nous amènera au Jungfrauoch 3464 m. Au passage nous avons admiré la face nord de l'Eiger et son glacier et étions admiratifs en songeant à Ueli Steck qui a gravi cette face en 2 h 47... record battu depuis par Dani Arnold...

Après une visite au Sphinx afin d'admirer le panorama, nous montons au Mönschjoch 3627 m; puis nous descendons le Ewigschneefäld en direction du Trugberg 3880 m; nous le contourrons et descendons en face sud avec une neige devenue déjà un peu trop ramollie. La zone des crevasses est abordée avec prudence, il n'est pas question en ce moment de contempler longuement le magnifique paysage qui nous entoure, qui en vaudrait pourtant la peine; nous attendrons d'être sur la terrasse de

la Konkordiahütte! Nous l'atteignons après avoir gravi les 465 marches qui sont nécessaires maintenant pour s'élever au-dessus de ce glacier qui perd chaque année de la hauteur. Nous sommes accueillis par une jolie petite famille de gardiens: Sarah, Christophe, Levi et Mena, plus un grand chien noir et un beau chat tigré.

### Mardi 8

Malgré une prévision météo pas très encourageante, nous partons aux premières lueurs (il en sera ainsi toute la semaine) afin de profiter de la fraîcheur à la montée et de bonnes conditions de neige pour le retour. En fait de fraîcheur, ce matin on est servi: pas de soleil et un vent parfois bien fort qui nous glace le visage. La «niolle» nous a envahis lorsque nous atteignons le col entre le Klein- et le Gross-Grünhorn 4043 m, sommet projeté ce jour. Le dépôt de ski nous sert de halte pour ôter les peaux et sortir le



**GRAND CHOIX DE CHAUSSURES DE TREKKING**

**CONSEILS PERSONNALISÉS**

**DÉFORMATIONS ET ADAPTATIONS DE VOS CHAUSSURES**

**SEMELLES SUR MESURE**

 **SUR RENDEZ-VOUS : 026 / 912 76 47**

CASTELLA SPORTS SA – GRAND-RUE 17 – 1630 BULLE

 **SCARPA**

  
LA SPORTIVA  
Innovation with passion

**MEINDL**

 **kayLand**

**LOWA**

 **McKINLEY**

**BON DE RÉDUCTION** *NON CUMULABLE*  
*VALABLE JUSQU'AU 12.07.2014*

**15%** **SUR UNE PAIRE DE CHAUSSURES DE MONTAGNE / TREKKING / HIKING**

VALABLE CHEZ CASTELLA SPORTS / GRAND-RUE 17 / 1630 BULLE / TÉL. 026 / 912 76 47



## Récits de courses (suite)

masque (grosse lunette de ski) pour la descente; Jacques l'abordera avec précaution, tant les crevasses sont nombreuses. Nous avons tous une pensée émue en passant au pied de la face ouest de ce sommet devenu tristement célèbre après la chute qui fut fatale à Erhard Loretan voici 3 ans. En imaginant la chute que lui et sa compagne ont faite, on a de la peine à croire qu'elle a pu s'en sortir avec un bras cassé et des contusions; elle avait sûrement un bon ange gardien. On s'incline devant la fatalité qui a privé cet alpiniste hors norme du plaisir de gravir encore et encore ces beaux sommets...

### Mercredi 9

Après nous être bien reposés hier après-midi, nous partons toujours de bonne heure avec une météo qui semble bien meilleure. L'humidité de hier n'est plus qu'un souvenir et c'est un vent glacial qui nous accompagne à nouveau sur le Ewigschneefäld, cette fois en direction du Gross-Fiescherhorn. Peu de pause à cause de la fricasse, nous atteignons rapidement le bas du col où nous mettons les crampons et fixons les skis et les bâtons sur le sac. La pente est raide mais en très bonnes conditions et bientôt nous déposons les sacs au col pour terminer l'arête en «léger». Les 3 cordées sont déjà formées pour attaquer cette belle arête de granit où le cheminement nous conduit aisément au sommet. Le vent ayant faibli, la température est agréable et nous restons un petit moment afin de reconnaître les sommets qui nous entourent: Eiger, Mönch, Jungfrau, Aletschhorn et le Finsterahorn, entre autres. A la descente, un petit ressaut est évité et, grâce à une corde installée par notre guide, nous atteignons directement le glacier en face est. Puis c'est une superbe descente que nous entamons sur le Walliser Fiescherfirn, avec des crevasses

et des séracs aux couleurs extraordinaires et aux formes spectaculaires: tout cela est d'une beauté indescriptible. Quelques photos et c'est un long faux plat qui nous amène au pied de la Finsterahornhütte, atteignable par une petite montée à ski suivie de quelques marches. La cabane est récente et nous sentons en arrivant ce que le modernisme amène de positif: l'intérieur est tempéré, tant au réfectoire que dans les couloirs et les dortoirs grâce aux généreuses ouvertures côté soleil; en plus des toilettes sèches situées au 1<sup>er</sup> étage peuvent être utilisées en saison d'hiver. L'accueil est chaleureux et bientôt l'équipe des 6 Charmeyens déjà rencontrée à Konkordiahütte nous rejoint. Ils ont fait le Finsterahorn et pourront nous renseigner sur l'état des pentes et de l'arête. Leur récit nous met sur ON pour demain, à part 2 personnes qui feront le Gross-Wannenhorn.

### Judi 10

C'est encore une matinée bien ventilée qui nous attend pour s'approcher du Finsterahorn mais le temps est toujours beau. Nous mettons les couteaux au départ de la cabane et ils nous seront bien utiles sur cette neige si dure. Le soleil levant commence à éclairer les sommets environnants, c'est juste magnifique! La «Früstückplatz» est traversée sans arrêt et la petite arête qui traverse la pente est franchie aisément à pied. Nous franchissons encore un flanc de coteau puis c'est la grande pente qui nous mène vers le col. Une partie de celle-ci est glacée et les coups de vent manquent de nous renverser; la narratrice se retrouve un instant immobilisée puis agenouillée sur la glace. Les encouragements des copains et du guide m'invitent à continuer et c'est un grand soulagement de voir que la suite nous réserve de la neige plus douce; c'est plus décontractés que

« EXPRIMEZ VOS IMPRESSIONS »

COMMUNIQUEZ VOS IDÉES PAR DES IMPRESSIONS DE QUALITÉ



[www.glassonprint.ch](http://www.glassonprint.ch)

255, rue de Vevey - 1630 Bulle

T : +41 (0)26 919 88 44

E : [info@glassonprint.ch](mailto:info@glassonprint.ch)



menuiserie - charpente  
MAURICE BEAUD FILS  
CONSTRUCTIONS SA  
maîtrises fédérales

## 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](http://www.beaud-mbf.ch)



La BCF, partenaire de vos loisirs

[www.bcf.ch](http://www.bcf.ch)



Banque Cantonale  
de Fribourg

simplement ouvert

# 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](http://www.bugaboo.ch)

Restaurant  
**La Berra** c'est bon  
 1654 Cerniat  
 026 927 11 36  
**Fam. Pipoz**  
 ef.pipoz@bluewin.ch



*Une balade  
 et bien manger  
 ou  
 bien manger  
 et une balade*

**Carte de saison - Tous les jours un menu ou à la carte**  
**Spécialité de cordon-bleu**  
*Fermé le lundi après-midi et le mardi*



## Plaisirs partagés



ECOSA 1666 Villars-sous-Mont  
 Tél. +41 (0)26 928 40 10 • Fax +41 (0)26 928 40 19  
 ecosa@bluewin.ch • www.ecosa.ch

**ECOSA**  
 EBENISTERIE • AGENCEMENT DE CUISINES

LES CUISINES COMPLICES

## Récits de courses (suite)



nous atteignons Huggisattel où nous ajustons nos crampons à l'abri du vent et sous le soleil qui éclaire déjà cette zone. L'arrêt est comme nous l'avaient décrite les Charmeyans, en excellente condition: de beaux passages de rocher, un peu de neige et un seul passage glacé, que demander de mieux! L'alpiniste solitaire qui nous précédait redescend et cette arrivée au sommet avec une température plus qu'agréable est pour nous une belle récompense! Nous nous permettons un bon moment pour nous imprégner de ces beaux paysages et tout à coup un superbe lenticulaire vient se poser en face, sur la chaîne du GrossFiescherhorn; plus tard ce sera une ambiance encore plus spéciale avec l'effet du «spectre de Broken»!

Quelques photos et il faut se reconcentrer pour attaquer la descente de l'arrêt où nous croisons plusieurs cordées. Les skis nous attendent pour une belle descente qui débutera sur de la neige verglacée pour se terminer dans de la neige de printemps! Une pause bien méritée à la cabane avec de bons rôtis nous permet de bien récupérer avant d'attaquer le Grünhornlücke, qui nous amènera à la Konkordiahütte. Nous retrouvons les 2 sprinteurs du Gross-Wahnenhorn et du Fischer-Gabelhorn (+ 2000 m de dénivelé)

et ensemble nous descendons une magnifique pente couverte de neige printanière (du beurre) et, grâce aux 465 marches franchies pour la dernière fois, nous retrouvons la petite famille de la cabane et l'équipe de Gruériens.

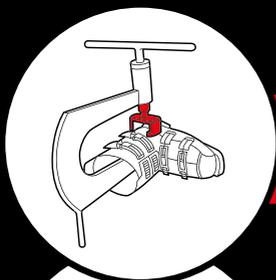
### Vendredi 11.04.14

Le programme de la semaine a été modifié un peu et nous la terminons le vendredi au lieu du samedi afin de permettre à Jacques de participer à une cérémonie à Fribourg. La journée un peu plus tranquille après le Finsterahorn a été transformée en une longue montée vers la Lötschenlücke et l'ascension du Mittaghorn. Un départ un peu trop rapide pour moi ce matin me met hors de portée de ce sommet, je préfère aller me restaurer tranquillement à la cabane Hollandia afin de reprendre des forces et descendre tranquillement la Lötschenlücke jusqu'à Blatten. Je laisse ma plume à Roland (dit Roly) pour vous narrer la dernière journée de cette belle semaine emprunte de solidarité et d'amitié!

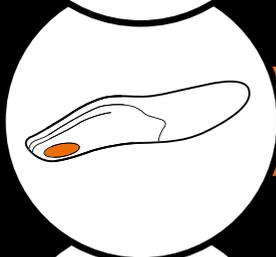
*Colette*

Pour notre dernière nuit, le réveil a été avancé d'une demi-heure pour nous permettre de faire la dernière descente dans de bonnes condi-

# CHAUSSURES DE RANDO **100%** SUR MESURE



> **ADAPTATION  
DES COQUES**



> **SEMELLES  
SUR MESURE**



> **CHAUSSONS  
SUR MESURE  
THERMOFORMÉS**



> **VACUUM FIT**

[WWW.CASTELLA-SPORTS.CH](http://WWW.CASTELLA-SPORTS.CH)

**Castella**  
SPORTS BULLE  
INTERSPORT

# Cotations des courses de randonnée

Degré	Sentier / terrain et exigences
T1 Randonnée	Sentier bien tracé, balisé jaune. Terrain plat ou en faible pente. Pas de risque de chute.
T2 Randonnée en montagne	Sentier avec tracé ininterrompu, balisé blanc/rouge/blanc. Terrain parfois raide. Risque de chute pas exclu. Chaussures de trekking recommandées.
T3 Randonnée en montagne exigeante.	Sentier pas forcément visible partout. Passages exposés peuvent être équipés de cordes ou de chaînes. Utilisation des mains. Si balisé, blanc/rouge/blanc. Quelques passages exposés avec risques de chute. Bonnes chaussures de trekking et bonne capacité d'orientation.
T4 Randonnée alpine	Trace parfois manquante. Si balisage, bleu/blanc/bleu. Terrain assez exposé, pente herbeuse délicate. Névés faciles et glacier non recouvert de neige. Chaussures de trekking rigides, habitude de la haute montagne.
T5 Randonnée alpine exigeante	Souvent sans trace. Quelques passages d'escalade facile. Si balisé, bleu/blanc/bleu. Terrain exposé avec pente raide mêlée de rochers. Glaciers et névés avec risque de glissement. Expérience en haute montagne. Maniement du piolet et de la corde.
T6 Randonnée alpine difficile	Sans trace, passages d'escalade de II. Non balisé. Souvent très exposé. Pentés mêlées de rochers. Glaciers avec risque accru de glissement. Excellente capacité d'orientation. Expérience alpine confirmée et utilisation du matériel d'alpinisme.



**Vente**  
**Réparation**  
**Conseils**

Ch. de la Pépinière 56

1630 Bulle

T 026 912 92 42

N 079 285 04 76

F 026 912 92 41

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

[sugnaux-electromenager.ch](http://sugnaux-electromenager.ch)

## Récits de courses (suite)



tions cet après-midi. Nous entamons notre 3<sup>e</sup> descente des escaliers de la cabane Konkordia de la semaine, un vrai bonheur! Les peaux collées, nous remontons le glacier Aletschfirn en direction de la cabane Hollandia; chacun adapte son rythme sur ce long faux-plat de plus de 6 kilomètres. Le soleil se lève sur les sommets, le paysage est superbe, la journée s'annonce radieuse. Après une première pause au soleil, ça commence à monter jusqu'à la cabane Hollandia, c'est là que Jacques nous apprend que Colette ne se sent pas terrible et préfère prendre un raccourci et descendre en vallée par la Lötchenlücke.

Nous sommes donc 7 à monter au Mittaghorn (3892 m), les sacs sont lourds et les efforts des jours précédents pèsent sur les jambes. Au loin (derrière nous) nos camarades de Charmey arrivent dans la pente. Au col Anujoch, les skis sur les sacs, crampons aux pieds, les 2 cordées partent à l'assaut de l'arête sud sud-est du Mittaghorn, un court passage dans les rochers et l'arête sommitale est gravie gaillardement. Le sommet est atteint vers les 11 heures, une petite leçon de géographie sur les sommets alentours, la vue d'un avion qui fait des exercices d'atterrissage sur Äbeni Flue et nos amis charmeysans

arrivent au sommet; eux aussi ont la «banane». On vit une belle journée et il nous reste 2000 m de descente!

La rimaye est passée sans histoire. Il s'agit de ne pas perdre de vue Jacques, car si certaines portions de la descente sont larges et sans danger, certaines parties demandent de suivre sa trace et de faire juste. Les passages dans les séracs sont impressionnants et les appareils de photo crépitent. Certaines portions sont excellentes à skier, d'autres un peu moins, mais le plaisir d'être là est immense.

Au fur à mesure de la descente la neige devient humide et vient même à manquer à certains endroits, les bruyères sont là, l'eau coule dans la rivière: on arrive dans le printemps. On dépasse la cabane Arnen (il paraît qu'il y a un sauna, mais on n'en pas besoin, on a assez chaud) et on se laisse glisser jusqu'à Fafleralp. De là un petit bus nous mène à Blatten où nous retrouvons Colette, la civilisation et les transports publics qui nous ramèneront à la maison.

Un tout grand MERCI à Chantal et Colette pour l'organisation sans faille, à Jacques notre guide pour sa compétence et ses encouragements et à tous les participants pour leur bonne humeur.

*Une bien belle semaine!!!*

*Roland*

**Les participants:** Anita Schaffhauser – Chantal Python Niklès – Colette Dupasquier – Alexandre Magnin – Jean-Daniel Andrey – Michel Niklès - Roland Charrière et notre guide Jacques Grandjean.