

CAS section la Gruyère



Numéro 6
Juin 2015

Présidente	Chantal Python Nikles, Rte du Couchant 3, 1723 Marly 079 385 15 91, e-mail: presidence@cas-gruyere.ch
Adresse du club	Case postale 502 - 1630 Bulle 1
Sites internet	www.cas-gruyere.ch / www.gjgruyere.ch
E-mail	E-mail: info@cas-gruyere.ch
Local de la section	Bâtiment Setam - Ch. de Bouleyres 79 - 1630 Bulle Janine et André Scheurer, 079 620 39 14
Rédaction du bulletin	Colette Dupasquier, Rte de Broc 20, 1663 Epagny, 026 921 28 51 ou 079 697 26 22 E-mail: bulletin@cas-gruyere.ch
Gestion des membres	Francis Van Wynsberghe Route de la Buchille 27, 1633 Marsens 026 915 03 36 et 079 244 31 71 E-mail: francis.vanwynsberghe@bluewin.ch
Photo de couverture	Voie « Autour de la maison » à la Rotespitze, Sud des Gastlosen, photo de Claude Hekly
Nouveau logo	Emilien Laville du G.J.

Editorial

Chers amis,

Pourquoi l'été 2015 sera chaud et beau ?

Pour nous remonter le moral des nouvelles du Népal, de la Méditerranée ou de Syrie ?

Pour des raisons statistiques ? Malgré la loi des séries, il faudra bien qu'il fasse beau... une fois... !

Pour des raisons économiques ? Il faut bien faire vivre nos cabanes !

Parce que cette année, il n'y a ni coupe du monde de foot ni jeux olympiques ?

En ce qui me concerne, un peu pour toutes ces raisons et surtout, pour suivre un mot de Churchill :

« I am an optimist. It does not seem too much use being anything else ».

(trad. Je suis un optimiste. Il ne peut pas en être autrement).

Je vous souhaite donc à tous de belles courses et excursions en montagne, et sans coup de soleil !

Chantal, votre présidente

Sommaire

Reflètes de la section	3	Formation adulte	18
Les cabanes de la section	5	Les courses de la section	21
Groupement jeunesse	11	Récits de course	32
Récits de course GJ	16	L'hôpital de Lukla a encore besoin de vous !	34
		Sortie pour les personnes nées en 1960	36
		Petit truc mnémo technique	36

DE L'ESPACE POUR
TOUTE LA FAMILLE,
POUR LES
SYSTÈMES D'ASSISTANCE
ET BIEN PLUS ENCORE.



40 Ans GOLF

La nouvelle Golf Sportsvan. Grandiose. Jour après jour.

La voici enfin. La nouvelle Golf Sportsvan. Elle offre un vaste espace à tous les passagers et leurs bagages. Affirmant sa véritable grandeur, cette sportive familiale au design dynamique se dote de motorisations économiques et de systèmes d'assistance ultramodernes. Avec ses projecteurs bi-xénon et sa calandre chromée, elle attire tous les regards. Elle vous propose aussi le meilleur du fun – en particulier avec ses tout nouveaux systèmes d'in-fodivertissement. Mais pas seulement! Un essai suffit pour s'en convaincre. Venez faire un tour chez nous et profitez des primes actuelles.



Das Auto.

amag

AMAG Fribourg
Rte de Villars 103
1701 Fribourg
Tél. 026 408 41 41
www.fribourg.amag.ch

Partenaires de vente:

AMAG Bulle, Rue de Vuippens 55, 1630 Bulle, tél. 026 916 13 13
AMAG Morat, rte de Berne 11, 3280 Morat, Tél. 026 672 84 84

Reflats de la section

Coin de la sympathie

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

Madame Elisabeth Savoy, maman de Jean-Louis Savoy et de Annelise Barbey, belle-maman de Patrick Barbey, membres ;

Gérard Buchillier, papa de Valérie Buchillier, membre ;

Armand Descuves, membre et papa d'Elisabeth Béguin et beau-papa de Philippe Béguin, membres.

Nous présentons nos vœux de bon et complet rétablissement à notre ami François Musy qui s'est cassé un pied... on lui souhaite d'être au plus vite à nouveau sur ses 2 pieds !

Activités d'avril

Date	Lieu	Nbre
02	Autour de Gruyères	9
09	Morat - Belfaux	19
09-10	Combin de Corbassière	12
10-12	Galenstock - Lochberg	5
14	Charrat - Saxon (les adonis)	14
16	Autour de Rue	29
16	Les Monts Telliers	13
21	Douanne - Mt Sujet	19
23	Les Moulins - Saanen	41
25-26	Pointe Dufour	8
28	Chexbres - Cully	5
30	Villars-sur-Glâne - Romont	21

Candidats

Dohner Béatrice

Chemin des Esserts 3 Estavannens

Seydoux Didier

Chemin des Combes 18 Bulle

Admissions

Carrel Lucien

Grand-Rue 72 Vaulruz

Genoud Alexia

Ch. du Grand Clos 11 Prez-vers-Siviriez

Thoos Sébastien

Sur Taillisse 7 Treyvaux

Thoos Corinne

Sur Taillisse 7 Treyvaux

Guisolan Sabrina

Route de Lentigny 59 Corserey

Zweifel Rolf

Route du Fort Lambert 50 Les Ecasseys

Groupement Jeunesse

Pollet Fanny

Clos de Lien 22 Riaz

Pollet Baptiste

Clos de Lien 22 Riaz



La BCF, partenaire de vos loisirs



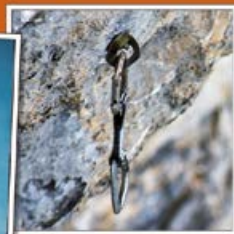
Banque Cantonale
de Fribourg

www.bcf.ch

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

Les cabanes de la section

La liste complète des gardiennages est à consulter sur le site internet : www.cas-gruyere.ch

Gardiennage de Bounavaux - saison 2015

Mai

Dimanche 31 **Ouverture officielle**

Juin

Semaine	31 - 06	Dey Daniel et Pépé
We	06 - 07	Esseiva Jo
Semaine	07 - 13	Roulin Pierrot
Sa-di	13 - 14	Aubry Georgette et Crottaz Léonard et Odette
Semaine	14 - 20	Crottaz Léonard et Odette
Sa-di	20 - 21	Girard et Roth Samuel
Semaine	21 - 27	Dubath Evelyne et André
Sa-di	27 - 28	Seydoux M.-Anne et Chollet Francis et Arianne

Juillet

Semaine	28.06 - 04.07	Egger Emmanuel
Sa-di	04 - 05	Poffet Jean-Luc
Semaine	05 - 11	Romanens J.-Louis et Jaquier Denise
Sa-di	11 - 12	Bosson Eloi et Antoinette
Semaine	12 - 18	Roulin Pierrot et Myriam
Sa-di	18 - 19	Roulin Pierrot et Myriam
Semaine	19 - 25	Rachel - Mimi - Anne-Claude
Sa-di	25 - 26	Bovigny Claude et Girard Charly
Semaine	26 - 01.08	Musy François

Responsables: Evelyne et André 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

Impression d'après fichiers fournis prêts à l'impression (.AI, .EPS, .PDF, InDesign, CorelDraw...)

FLYERS sur papier couché RECYCLÉ 130 g/m²

Vous pouvez commander une épreuve sur papier de tirage pour le prix Fr. 20.-



Affiches A3 couleur pour Fr. 1.-/pce
Lors d'un tirage groupé avec vos flyers

Papier flyers 100% recyclé avec labels, EMAS, Cygne Nordique, Ange Bleu, Fleur Européenne, FSC...

To Print

L'impression numérique de qualité

Magne & Piller

BULLE

N'HÉSITEZ PLUS !

Ch. Pauvre Jacques 36
1630 BULLE

Tél. 026 912 50 65
toprint@bluewin.ch

TVA incluse



Cabane des Clés

Juin

Fête-Dieu	du 4 au 7	Berset Gilbert et Manuella
Week-end	13 - 14	Jungo Sandra et Frioud Philippe
Week-end	20 - 21	Dervev Roland et Anne-Lyse
Week-end	27 - 28	P'tit Louis et Marinette

Juillet

Week-end	04-05	Géraldine Demarles et Sandrine
Semaine du	06 au 10	Géraldine Demarles et Sandrine
Week-end	11-12	Léonard et Odette Crottaz
Semaine du	13 au 17	Léonard et Odette Crottaz
Week-end	18-19	Bobonne et Gilbert Maillard
Semaine du	20 au 24	Bobonne et Gilbert Maillard
Week-end	25-26	Patrick et Alice Monney
Semaine du	27 au 31	Gilbert et Manuella Berset

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

Rue du Cáro 1
1630 Bulle
T 026 919 60 20

LE SAVOIR-FAIRE SUISSE
GRAVÉ DANS LE MARBRE
WWW.GRAND-MARBRENERIE.CH

GM
GRAND
MARBRERIE

Seydoux PAPERIE BUREAU SA

Tél. 026 919 62 62
Fax 026 919 62 63

Web www.seyd.ch
Mail info@seyd.ch

Rue des Ecoles 15
1635 La Tour-de-Trême



TREZZINI

CONCIERGERIE

Rte de Morlon 45
1630 Bulle

Brevet fédéral

Tél. (24 h/24): 026 / 919 30 00
www.trezzini-conciergerie.ch
office@trezzini-conciergerie.ch

GESA

GRUYÈRE ÉNERGIE SA



A la source de votre énergie
www.gruyere-energie.ch

« EXPRIMEZ VOS IMPRESSIONS »

COMMUNIQUEZ VOS IDÉES PAR DES IMPRESSIONS DE QUALITÉ



www.glassonprint.ch

255, rue de Vevey - 1630 Bulle
T : +41 (0)26 919 88 44
E : info@glassonprint.ch

Cabane des Marindes

Mai

Sa - di 30 et 31 Bobonne et Gilbert Maillard

Juin

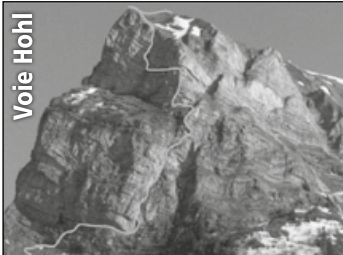
Di - je 31 au 4 Hayoz Pierre-Alain
Je - di 4 au 7 Krattinger René
Semaine 7 au 13 Krattinger Edouard
Sa - di 13 et 14 Auer Mathilde, Dupasquier Denyse, Limat Agnès
Semaine 14 au 20 Dorthe Laurent
Sa - di 20 et 21 Progin Julien
Semaine 21 au 27 Volery Denis
Sa - di 27 et 28 Chatagny Philippe et Erika

Juillet

Semaine 28 au 4 Sto, Schuwey Henri
Sa - di 4 et 5 Sugnaux Philippe
Semaine 5 au 11 Krattinger Joseph
Sa - di 11 et 12 Repond Alain
Semaine 12 au 18 Jaquet Pierre-André
Sa - di 18 et 19 Seydoux Maurice et Anne, Chenaux Benoît et Lynda
Semaine 19 au 25 Gillon Henri-Paul et Geneviève
Sa - di 25 et 26 Mueller Gil
Semaine 26 au 1er Sciboz Jean-Marie, Rossier Sylviane,
Sciboz René, Gaby Python

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

Voie Hohl



Via ferrata Moléson

Accès gratuit

à tous les membres

de la section «La Gruyère»



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

info@gruyere-parapente.ch

www.facebook.com/gruyereparapente



Cabane de l'Oberegg

Juin

- 7 Nadia Siffert
- 14 Sabine Remy- Edith Sandoz
- 21 Maillard - Bobone - Babar
- 28 Bernard et Gilbert (**Fermeture**)

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

Les responsables :

Bernard Bussard, 079 740 86 48 ou
Gilbert Descloux, 079 634 31 46

Cabane des Portes

Fermeture estivale

Le Groupement jeunesse

Gross-Diamantstock

Week-end 13-14 juin

Lieu et heure de départ

13 juin 7 h 30 au stamm

Situation/altitude

Gross Diamantstock 3162 m

Itinéraire choisi

Arête Est

Difficulté et cotation

AD+ (A2, un peu d'expérience en course d'arête est requise. Tu hésites? Alors, appelle-moi!)

Matériel

Course d'arête, escalade en grosses chausures sur tout l'itinéraire max 4c

Subsistance

Pique-nique tiré du sac

Coût approximatif

Nuit à la cabane + transport env. CHF 80.-

Renseignements/inscription

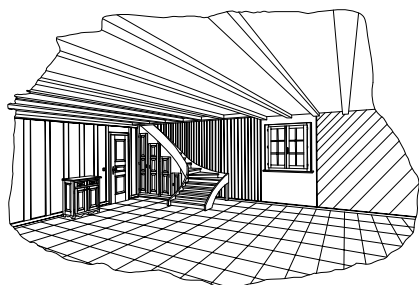
Johannes Konrad
kon.johannes@gmail.com
ou +41 78 647 21 77

Délai d'inscription

8 juin à 12 h, les places sont limitées à 5 jeunes et deux moniteurs

Remarque/descriptif

Le Gross-Diamantstock culmine directement derrière la petite Bächlitalhütte. Son arête fait partie des plus belles de Suisse. Un must pour tout jeune alpiniste! En fonction des participants, possibilité de grimper autour de la cabane le samedi.



Menuiserie - Agencement

Eloi Bosson Sàrl

1632 Riaz

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

Maîtrise Fédérale

Entreprise Formatrice

Natel 079/230.58.60

Tél. prof. 026/912.42.52

Fax 026/912.49.27

E-mail: eloi.bosson@websud.ch



GÉRANCES
GIROUD



GERANCE IMMOBILIERE
MISE EN VALEUR
GESTION DES TRAVAUX

ESTIMATIONS
ADMINISTRATION DE PPE
COURTAGE

gerances-giroud.ch

026 408 95 65

des ailes pour vous...

1752 Villars-sur-Glâne
Rue du Centre 4

1680 Romont
Grand-Rue 20

1630 Bulle
Champ-Francey 72

Le Groupement jeunesse *(suite)*

Traversée Marchzähne

Sa 20 juin

Lieu et heure de départ

Stamm, 7 h

Situation/altitude

Gastlosen

Itinéraire choisi

Traversée des Marchzähne

Difficulté et cotation

4a à 5c (oblig)

Matériel

Matériel standard d'escalade (boudrier, casque, mousquetons, dégaines, chaussons, descendeur, prussik), quelques coinces pour ceux qui en ont, sangles, chaussures de marche

Subsistance

Pique-nique tiré du sac

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Jonas Clerc, 079 737 25 53

Délai d'inscription

16 juin

Remarque/descriptif

Course d'arête, le participant peut grimper en chaussures de montagne et doit se débrouiller avec les manipulations de corde. Il faut compter environ 1 h d'approche.

Arête des Gais Alpins

Di 28 juin

Lieu et heure de départ

Stamm 7 h 30

Situation/altitude

Dent d'Hautaudon (1872 m)

Itinéraire choisi

Arête des Gais Alpins

Difficulté et cotation

PD, 4A

Matériel

Matériel d'escalade (boudrier, casque, mousquetons, dégaines, descendeur, prussik, chaussons), chaussures de montagne

Subsistance

Pique-nique tiré du sac

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Antoine Clerc, antoineclerc@hotmail.com
ou 079 377 42 17

Délai d'inscription

25 juin

Remarque/descriptif

Jolie arête pouvant se faire en chaussure de montagne dans une ambiance alpine. Les participants doivent avoir quelques connaissances de base en escalade.

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

Le Groupement jeunesse *(suite)*

Escalade à Orny

Week-end 4-5 juillet

Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h 30

Situation/altitude

Aiguille d'Orny - Aiguille de la Cabane

Itinéraire choisi

Voies de plusieurs longueurs

Difficulté et cotation

6a maximum

Matériel

Baudrier, dégaines, friends, coinceurs, corde, casque, cordelette, chaussons

Subsistance

Pique-nique pour les 2 jours

Coût

Transport, télésiège et demi-pension : environ CHF 100.-

Renseignements/inscription

Chez Laurent Scheurer au 079 287 40 70

Délai d'inscription

1^{er} juillet

Remarque/descriptif

Course limitée à 6 participants, si possible grim pant en tête

Slow up

12 juillet



Tu es libre le 12 juillet? Ça tombe à pic, on a besoin de toi!

Comme chaque année, le slow-up se tiendra le 12 juillet autour du lac de la Gruyère. Depuis deux ans déjà le Groupement jeunesse a le privilège de disposer d'un stand en plein cœur de la manifestation devant

l'hôtel de ville à Bulle. Le programme proposé sera le même que l'année passée soit un mur de grimpe et une vente de crêpes. La manifestation se tiendra de 8 heures à 18 heures et un programme détaillé avec des tranches horaires sera distribué aux participants (max 3 h par tranche si assez de jeunes se présentent).

Rappel de dates

Camp d'été

Semaine 13-18 juillet (voir bulletin de mai)

Festival du film alpin des Diablerets

8-9 août

Récits de course GJ

Roman du Queyras

Samedi 14 février 15

Nous sommes partis du stamm vers 6 h 10. Nous n'avons fait qu'une pause de tout le voyage. Heureusement que la gendarmerie nous a arrêtés et nous a demandé si on avait bien pris nos chaînes et nos pneus d'hiver. Arrivés au refuge, nous n'avons pas tardé à mettre nos skis et à partir. Arrivés à la bergerie, nous avons tous sorti la pelle et la sonde. Alexandre nous a montré comment creuser un trou efficacement. Le trou était énorme et il y avait 2 m 40 de neige. Après une étude des couches de neige, nous sommes redescendus. Un souper excellent nous a été servi! Une belle journée.

Dimanche 15 février 15

Nous nous sommes levés à 7 h 30, le déjeuner

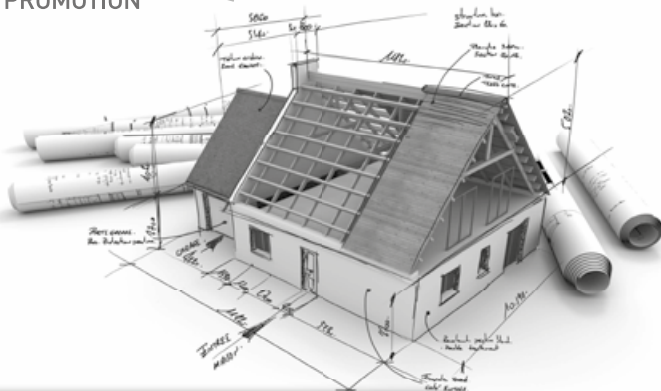
a été servi à 8 h. Alexandre et Johannes sont partis acheter le pique-nique, nous n'attendions plus qu'eux! Nous sommes partis vers 10 h. A peine avait-on fait 20 m que nous avons vu un renard. On fait 15 m de plus et là on voit des poils et une queue de quelque chose qui ferait une belle écharpe, quoique petite... Il faisait beau. Nous avons vu des chèvres brunes à cul blanc et des chamois. Plus nous montions, plus il faisait froid et ça se couvrait. Arrivés en haut, il y avait carrément une tempête! Nous sommes redescendus; belle poudreuse. Le soir nous étions tous crevés. Nous avons bien mangé et nous nous sommes couchés tôt.

Lundi 16 février 15

Nous nous sommes levés vers 8 h et on a pu entendre «40cm» (de neige). Alors, nous sommes allés déjeuner et nous avons décidé de rester au refuge. Ensuite, nous avons déblayé


anura
IMMOBILIER & PROMOTION

S.A.



Courtage - Mise en valeur - Promotion - Estimation

anura.ch | Rue de la Condémine 66 | 1630 Butte | Tél. 026 301 01 01 | Fax 026 301 01 02 | info@anura.ch



le chemin qui permettait de prendre la route pour aller à Ristolas. Pendant toute la journée, il a neigé et soufflé. Après l'excellent dîner du cuisinier, nous avons joué aux cartes, dormi et fait un igloo. Certains d'entre nous sont allés aux magasins à Ristolas. Pour finir, nous avons soupé et sommes allés au lit.

Mardi 17 février 15

LA POOOOOOORTEEEEE! Eh oui, vous l'aurez compris, un chauffage électrique a été installé dans notre dortoir, le chauffage classique ne fonctionnant pas depuis le début du camp. Les dieux de l'hiver ayant eu la main lourde sur la neige, le danger 4 nous force à faire une autre sorte de ski, sur une piste (ou à côté, mais chuuut!). Quelle idée! Aller jusqu'au Queyras et finir sur une piste! Petit cours théorique tout de même, histoire de se coucher moins bête le soir. Départ donc pour les pistes d'Abriès. Nous passons plus de temps dans la poudre blanche (la neige pas la coke) à faire des sauts ou des chutes, que sur la piste. Il a été convenu que l'auteur de chaque chute paie un génépi le soir au refuge. Y'en a qui finiront bourrés j'vous dis. Seul bémol, IL Y A TROP DE NEIGE! Oui oui, vous avez bien lu, «bémol»: on n'avance pas. Pour des soucis de restrictions budgétaires, le tralala du soir ne sera pas raconté. Imaginez-le.

Mercredi 18 février 15

Lassés de toujours déjeuner à 8 h tapante, nous changeons et choisissons 7 h 30. Eh oui, un bonhomme plus ou moins célèbre a dit: «Le changement c'est maintenant». Bref. Une fois de plus, MétéoFrance nous gratifie d'un danger avalanche de 4. Quelle poisse! Qu'à cela ne tienne, on est venu ici pour faire de la peau, et on fera... de la peau. Bon on sera sage hein!

On part donc sur une pente pas trop raide, Alex et Pauline iront un peu moins haut. On se retrouve au bus vers 12 h 45. Là, Alex ne dit plus de conneries, ça va mal. Malade, il se couchera dès notre retour au refuge. Après un pique-nique bien mérité, Niklas ne tient pas en place. Igloo? Exercices DVA? Ski? Bon, va pour le ski. Nous montons donc la pente du premier jour, baptisée «Talus 1». Pas très original, mais bon... Après une descente d'enfer, nous soupons à 19 h. Pas trop de changements, sinon les gens sont perdus. Ce soir, le cuistot nous a concocté un bon steak-frites. Miam. Daniel et Jojo dégustent leur traditionnel génépi puis zou! Au lit!

Jeudi 19 février 15

Un déjeuner super bon nous a été servi à 7 h 30. Nous sommes ensuite partis à la crête de Gardiole. Nous avons choppé une journée merveilleuse avec un ciel bleu sans un nuage. Le grand perdant était Alex. Il a choppé la grippe et a donc loupé une superbe poudre. Au sommet, on a mangé un superbe pique-nique. Ah ouais, enfin! Enfin le chauffage marche dans notre dortoir.

Vendredi 20 février 15

Nous avons déjeuné pour la dernière fois au refuge. Nous avons préparé nos affaires sommes partis malheureusement sans Pauline et Alex, malades. Nous sommes ensuite montés, mais avons renoncé au sommet visé à la base. La descente a été excellente et nous sommes rentrés au refuge. De là, nous avons pique-niqué et sommes rentrés à Bulle.

L'auteur: Simon Wicky.

Les participants: Simon, Niklas, Pauline, Émilien, Daniel, Alexandre et Johannes.

Formation adulte

Initiation haute-montagne Me 1^{er} et week-end des 4-5 juillet

Cours théorique

Le mercredi 1^{er} juillet, rendez-vous à 20 h au stamm de Bulle

Cours pratique

Le week-end du 4 et 5 juillet, samedi rendez-vous à 6 h 30 au stand de tir de Bulle (derrière le bâtiment GESA).

Situation/altitude

Haute montagne, altitude max. environ 3800 m

Itinéraire choisi

Glacier d'Argentière avec nuit au refuge d'Argentière

Difficulté et cotation

POUR TOUS! Initiation pour débutants.

Matériel

Souliers pour la haute montagne, crampons adaptés aux souliers, baudrier, piolet, casque, 1 mousqueton à vis, 1 sangle de 120 cm.

Subsistance

Pique-nique pour 2 jours, boissons pour le samedi (des boissons peuvent être achetées au refuge).

Coût

Environ CHF 150.- (transport, ½ pension et nuitée, télécabine. Les boissons sont en plus!) Les frais de guide sont payés par la section.

Renseignements/inscription

Inscription par mail chez sebastien.rumo@hotmail.com, renseignements par téléphone au 079 373 81 38 entre 18 h 30 et 20 h 30.

Délai d'inscription

Le 20 juin, attention places limitées!

Remarque/descriptif

Avis à tous les débutants! Venez passer un super week-end dans le bassin d'Argentière afin de goûter aux joies de la haute montagne en été! Le mercredi soir sera consacré à une théorie concernant plusieurs éléments liés au week-end.

PILLER & KRATTER SA

chauffage • sanitaire • toitures

1632 Riaz

Tel. 026 912 98 04
Natel 079 230 50 37

Formation adulte *(suite)*

50^e cours de sécurité et de sauvetage en montagne WE 26-27 septembre

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

26-27 septembre

Prix

CHF 110.- : 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 ou sous
www.cas-prevotoise.ch/section/cours-de-sauvetage-2015.php

OUVERT 7 JOURS SUR 7

Petit
Marché
de l'Intyamion



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



Visitez notre
Vinothèque

Du Lu a.m. au Sa. matin





90
YEARS
ESTABLISHED 1924

AVEL NAGLICH & STEPHAN SKRUPP AG

TRANSALP: JE FAIS UN RÊVE.

Fischer fait de ce rêve une réalité, incarnée par le Fischer TRANSALP. Ce ski intègre la technologie Aeroshape brevetée: une forme intelligente et aérodynamique, une masse optimisée et des matériaux légers et résistants à la traction, un équilibre parfait entre légèreté et stabilité. Avec son patin de 80 mm, ce ski présente un poids incroyable de 950 g seulement pour 163 cm.

Pour un ensemble parfait, nous avons créé notre nouvelle chaussure Vacuum ts lite, c'est la première chaussure de randonnée 100% sur mesure. Résultat une chaussure offrant une plus grande liberté de mouvement, une meilleure transmission de la puissance et un fit parfait.

SKI: TRANSALP 80, CHAUSSURE: TRANSALP VACUUM TS LITE

CASTELLA SPORTS SA, GRAND RUE 17, CH-1630 BULLE - WWW.CASTELLA-SPORTS.CH

Castella
SPORTS BULLE
INTERSPORT

Les courses de la section

Pour les 3 courses suivantes, se référer au bulletin de mai

Schibe-Märe

Jeudi 4 juin (Fête-Dieu)

Arête Mont-Fort

Samedi 6 juin

Gantrisch-Bürglen

Dimanche 7 juin

Jura vaudois

Sa 6 juin

Lieu et heure de départ

Bulle, parc Majeux à 7 h

Situation/altitude

Jura vaudois

Itinéraire choisi

La Cure - Le Noirmont - Crêt des Danses

Difficulté et cotation

T2 5-6 h de marche

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

CHF 35.-

Renseignements/inscription

Agnès Limat 079 294 27 62

Délai d'inscription

Vendredi 5 juin à 20 h

Remarque/descriptif

Belle course à travers forêts et pâturages

Bisse de Lens

Je 11 juin

Lieu et heure de départ

Parc de la rue Majeux à 7 h

Situation/altitude

Région Chermignon - Lens - Icogne

Itinéraire choisi

Chermignon-d'en Bas 966 m - Revouire - Grand Bisse de Lens - Icogne 1057 m - Pt 1064 et retour par Pra Peluchon - Lens 1128 m

Difficulté et cotation

T2/T3, env. 5 h

Matériel

De randonnée pédestre (bâtons+bonnes chaussures)

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Charly Bochud, tél. 026 402 30 27

ou SMS 079 348 29 74

ou e-mail charly.bochud@bluewin.ch

Délai d'inscription

Mercredi 10 juin à 18 h

Remarque/descriptif

Course limitée à 20 personnes. Parcours escarpé déconseillé aux personnes sujettes au vertige! Coup d'oeil imprenable sur la Vallée du Rhône. Le bisse longe la colline où trône la statue du Christ-Roi.



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

La Mobilière

Assurances & prévoyance

Agence générale de Bulle
Rue de Gruyères 67

Jacques Yerly, agent général
Claude Donzallaz, chef de team
Jean-Claude Mauron, chef de team

Pour toutes vos assurances



**MENUISERIE
GERALD RUFFIEUX**

Rte de Botterens 95

1652 BOTTERENS

Tél. 026 921 26 68

Fax 026 921 28 41

gerald.ruffieux@bluewin.ch

Agencements
Transformation
Fenêtres - Portes
Parquet - Escaliers
Rénovation



Grand-Rue 21

R. Pittet & Fils

Vins et spiritueux



Qualité - Prix
Service - Accueil
info@pittetvins.ch

1663 Epagny/Gruyères
Tél. 026 921 11 84
Fax 026 921 37 72

www.pittetvins.ch

monferini
BULLE

J. MONFERINI S.A.

Constructions 026 912 82 68
www.monferini.ch

Les courses de la section (suite)

Arête W Dent de Broc

Sa 13 juin

Lieu et date de départ

Au stam à 8 h

Situation/altitude

Dent de Broc, 1829 m

Itinéraire

Arête W

Difficulté

5c, AD+

Matériel

D'escalade

Subsistance

Pique-nique pour midi

Coût

Eventuellement transport

Renseignement/inscription

Christophe Hugonnet, 077 452 11 91

Délai inscription

11 juin

Escalade

Di 14 juin

Course annulée pour raison professionnelle

Dent de Jaman

Dimanche 14 juin

Course prévue initialement le 13 juin

Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Situation/altitude

Dent de Jaman 1875 m

Itinéraire choisi

Allières, Les Cases, Col de Jaman, Dent de Jaman, Col de Bonaudon, Vallée de Bonaudon, Allières

Difficulté et cotation

T3 avec passages en T4, environ 6 h 30 de marche

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Lise Ruffieux au 026 913 11 68
(le soir après 19 h)

Délai d'inscription

Vendredi 12 juin à 21 h

Remarque/descriptif

Si les conditions le permettent, le retour depuis la vallée de Bonaudon se fera par l'ancien sentier pour éviter la route de l'Hongrin

Les courses de la section (suite)

Rocher du Midi par la Montagnette

Di 14 juin

Course déplacée au 26 juillet

Lac Noir – Schwyberg - Zollhaus

Je 18 juin

Lieu et heure de départ

Bulle, Parc Majeux à 7 h 15 ou
Le Mouret, centre sportif, à 7 h 35

Situation/altitude

Lac Noir - Schwyberg - Zollhaus

Itinéraire choisi

Schwarzsee Bad (1054 m) - Fuchses
Schwyberg - Gross Schwyberg (1609 m) -
Gurli - Zollhaus (871 m)

Difficulté et cotation

T2 temps de marche 4 h 30, dénivellation
de (+720) (-900)

Matériel

De randonnée pédestre

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Voiture + bus Zollhaus - Lac Noir

Renseignements/inscription

Irénée Savary

026 913 11 16 ou 079 510 62 25

i.savary@bluewin.ch

Délai d'inscription

Mercredi 17 juin à 16 h

Remarque/descriptif

Prendre demi-tarif

Col de la Croix

Samedi 20 juin

Course annulée

Menuiserie Agencement

Denis Risse Sàrl



Fenêtres - Portes
Agencements - Cuisine
Parquet - Escalier

Case postale 2041 Tél. 079 371 07 76 info@denis-risse.ch
1630 Bulle 2 Fax 026 912 39 92 www.denis-risse.ch

Les courses de la section *(suite)*

Vanil des Artses

Di 21 juin

Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h 30

Situation/altitude

Vanil des Artses 1993 m

Itinéraire choisi

Départ d'Allières direction sommet en passant par Pierra Perchia et le Pila

Difficulté et cotation

T5

Matériel

De randonnée + piolet

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Raphaël Muntwiler 079 129 83 02

Délai d'inscription

Vendredi 19 juin à 19 h

Remarque/descriptif

2-3 pas d'escalade (3a) sur le Pila, pied sûr obligatoire.

Gantrisch

Jeudi 25 juin

Lieu et heure de départ

Bulle, parc Majeux 7 h 30

Le Mouret, centre sportif 7 h 50

Situation/altitude

Gantrisch 2175 m

Itinéraire choisi

Sommet par col Leiterei retour par col Morgete

Difficultés et cotation

Rando: T2-T3 passage avec chaînes

Via ferrata D

Physique 3 Gaz 4 Type haute mont 2

Technique 1

Matériel

De randonnée pédestre alpine.

Via: matériel complet de ferratiste

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Rando: Michel de Techtermann

079 245 03 45 ou 026 652 33 64

Via ferrata: Jean-Louis Kolly

079 331 49 53 ou 026 475 15 51

Délai d'inscription

Mercredi 24 juin, 18 h

Remarque/descriptif

Jolie rando de 9.4 km pour 623 m dénivelé positif et 623 m négatif

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

Tél 026 919 60 90
www.francis-mooser.ch



Une cordée gagnante

www.bussard.ch

Grand-Rue 19
CH - 1630 Bulle
t +41 26 919 80 50
f 41 26 919 80 59

Agence immobilière
Roger Bussard SA
office@bussard.ch
www.bussard.ch

Rue du Centre 32
CH - 1637 Charmey
t +41 26 927 19 60
f +41 26 919 80 59

AU MULTICOLORE



RENE OTTOZ

COULEURS ET VERNIS

Grand-Rue 66
1630 BULLE
Tél. 026 912 68 24
Fax 026 913 92 50

SPO RTS

SNOW
BOARD
RAN
DO

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 / 1680 ROMONT / FR
T 026 652 40 41 / F 026 652 40 42 / SPORTS-AVENTURES.CH
HORAIRES DU MAGASIN
LUNDI FERMÉ // MA-VE 09-12H / 13H30-18H // SA 09-12H / 13H30-18H

Les courses de la section *(suite)*

Steingletscher granit du Susten

Week-end 27-28 juin

Lieu et heure de départ

7 h 30 au stamm

Situation/altitude

Steingletscher, région du Susten

Itinéraire choisi

Voies de plusieurs longueurs de 4 c et plus

Difficulté et cotation

Dès 4c/5a en granit et plus si entente, voies équipées

Matériel

D'escalade

Substance

Pique-nique pour midi

Coût approximatif

CHF 100.- (demi-pension et transport)

Renseignements/inscription

Roland Charrière 079 199 95 32

Délai d'inscription

10 juin

Remarque/descriptif

Du beau granit dans cette région, WE pour des grimpeurs autonomes en grandes voies, 7 participants

Kandersteg, via ferrata

Sa 27 juin

Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 7 h

ou parking après giratoire de Lavapesson direction Morat à 7 h 20

Situation

Kandersteg - Allmenalp

Difficulté

K4 soutenu, pas d'échappatoire

Matériel

Complet pour via ferrata, éventuellement bâtons pour descente à pied

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements

Auprès de Netty Bersier 026 663 46 22

Délai

Au plus tard le 26 juin à 18 h

Remarque

Course limitée à 8 personnes



chauffage solaire sanitaire

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

Les courses de la section *(suite)*

Brenleire - Folliéran – Vanil Noir

Di 28 juin

Lieu et heure de départ

Stamm 8 h

Situation/altitude

Brenleire 2353 m, Folliéran 2340 m, Vanil Noir 2389 m

Itinéraire choisi

Traversée en passant par Galère

Difficulté et cotation

T5

Matériel

De randonnée, casque, piolet

Subsistance

Pique-nique de midi

Coût

Transport

Renseignements/inscription

angelique.tinguely@gmail.com

Délai d'inscription

Vendredi 26 juin 16 h

Remarque/descriptif

Course longue, traversée de Galère aérienne

Schönried - Rinderberg – Egg

Je 2 juillet

Lieu et heure de départ

Parc de la rue Majeux à 7 h

Situation/altitude

Rinderberg 2079 m

Itinéraire choisi

Schönried - Rinderberg - Oeschseite

Difficulté et cotation

T2

Matériel

Habituel

Subsistance

Tirée du sac

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Pierre Martignoni, 026 912 65 31
ou pierre@martignoni.net

Délai d'inscription

Mercredi 1^{er} juillet à midi

Remarque/descriptif

Env. 16 km et 1100 m de dénivellation
6 h sans les arrêts

Brenleire

Sa 4 juillet

Course annulée



Une Radiobalise GPS avec la certitude de vous retrouver n'importe où dès lors que vous déclenchez votre balise.

Les secours seront alors alertés et cet outil INDISPENSABLE vous assurera votre survie dans les moments les plus graves.

FAST FIND pour Fr. 459 . –

Action radio secours progr. REGA Fr. 380.–



menuiserie - charpente
MAURICE BEAUD FILS
CONSTRUCTIONS SA
maîtrises fédérales

CHALETES 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 courses de la section *(suite)*

Hochmatt par le Verdy

Di 5 juillet

Changement de date

Heure et lieu de départ

Stamm à 7 h 30

Situation/altitude

Hochmatt

Itinéraire

Par le Verdy (dénivellé 1150 m)

Difficulté

T3 - Arête du Verdy T4

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements

Jean-Claude Mauron 079 710 67 34

Délai d'inscription

4 juillet - 12 h

Remarque

Le plus bel itinéraire de la Hochmatt, aussi bien à la montée qu'à la descente

Aiguille de la Tsa

Week-end 4-5 juillet

Heure et lieu de départ

Stamm à 7 h

Situation/altitude

Aiguille de la Tsa 3668 m

Itinéraire

Par l'arête de Tsalion

Difficulté

AD, 5 h d'escalade

Matériel

D'escalade pour haute montagne

Subsistance

Pique-nique de midi pour 2 jours

Coût

Cabane et transport

Renseignement et inscription

Francis Dévaud 079 256.80.66

Remarque

Course limitée à 4 participants

CARROSSERIE *Gérard Spicher*

1731 Ependes

Tél. 026 413 23 14

Rabais aux membres CAS

Tél. à Marsens 026 915 19 64

Devis à domicile

Natel 079 214 25 54

Voiture de remplacement

E-mail : minet.spicher@bluewin.ch

**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



CRAZY *idea*
Vis ta passion !!!

Distribution Suisse:
Montagne Attitude
Le Riolet, 26
1628 Vuadens
www.montagneattitude.ch



Récits de course

Histoire d'une traversée

Traversée Zollhaus-La Roche

Rendez-vous dans un petit village de la Singine sur la route du Lac-Noir

Alternance de montées et de descentes garantie,

Vue promise sur la chaîne du Kaiseregg

Equipe de 17 pour la traversée complète

Réconciliation pour ceux qui se sont fait tremper l'an dernier

Sécurité absolue, la neige est printanière

Equipe motivée

Et joyeuse !

Zollhaus n'est qu'à 6 km du Lac-Noir,

Or à ski ça fait bien plus !

Logiquement, le chef de course va devant

L'important est de garder le rythme

Hohmattli, c'est le moment du pique-nique,

Après être passé au Stoss.

Une belle descente vers le Lac-Noir, sans arrêt café...

Schwyberg, puis traversée d'une belle zone de pâturage et de forêts.

La dernière montée de la journée, le dernier sommet est en ligne de mire,

A été menée au pas de charge

Rencontre au sommet avec un pote du club, embrassades, félicitations

Oh, il y a juste assez de neige pour rejoindre le Gîte d'Allières

Chouette, la descente sur la piste de la Berra !

Hé, on arrive, préparez la bière et les sportifs

Enthousiastes jusqu'au bout ! Merci Jean-Marc !

L'auteure : Colette

Les participants : Carlo, Chantal, Colette, Félix, Francis, Gaby, Gérald, Jean-Marc, Marie-Claude, Maryline, Mathilde, Michel, Michel, Nicole, Poupette, Romain et Roland.



Jean **BARRAS** construction bois

Le professionnel du bois proche de chez vous

charpente



Traditionnelle
Industrielle

menuiserie



Intérieure
Extérieure

rénovation



couverture



Jean Barras Sàrl
Construction bois
Fin du Chêne 5
1652 Botterens

079 751 88 85
026 921 13 25
j.barras@barras-charpente.ch
www.barras-charpente.ch

Nous formons des apprentis



Brevet Fédéral

Partenaire



L'hôpital de Lukla a encore besoin de vous !

Suite au tremblement de terre du 25 avril 2015 au Népal, l'hôpital Pasang Lhamu - Nicole Niquille de Lukla a été fortement endommagé dans son infrastructure, heureusement, personne n'a été blessé.



Actuellement, l'hôpital continue de fonctionner avec les moyens du bord, dans des locaux improvisés. Une équipe de spécialistes fribourgeois volontaires sont partis pour organiser et aider à la reconstruction. De gros moyens doivent être mis en œuvre pour remettre en état l'hôpital dans les plus brefs délais.

Si vous voulez soutenir cette action, vous pouvez y contribuer par un don au compte

IBAN CH07 0026 6266 6011 34M1 T

UBS AG 8098 Zurich

Fondation Nicole Niquille

Hôpital Lukla - Nepal

La Bourliandaz 105

1637 Charmey

Nicole Niquille, sa fondation et tous les Népalais vous sont vivement reconnaissants de votre soutien inlassable.

Le comité de la section vous remercie également de votre générosité



**DANS VOS CHAUSSURES COMME
DANS DES PANTOUFLES!**



||||||| NOS SERVICES |||||



Trekking

- ▶ Conseils personnalisés
- ▶ Modification/adaptation des largeurs
- ▶ Semelles



Jogging

- ▶ Analyse vidéo et des pressions
- ▶ Conseils personnalisés
- ▶ Modification/adaptation des largeurs
- ▶ Semelles



Ski

- ▶ Déformation de la coque
- ▶ Chaussons sur mesure
- ▶ Semelles
- ▶ Vacuum FIT



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



**ESPACE-DU-PIED.CH
CASTELLA SPORTS SA
GRAND-RUE 17
1630 BULLE**



**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

sugnaux-electromenager.ch

Sortie pour les personnes nées en 1960

Week-end du 20-21 juin

Rendez-vous

9 heures à La Villette, Restaurant Hochmatt Chez Roger.

Itinéraire

Selon météo, Cabane Grubenberg CAS

Pique-nique

Pour midi

Temps de marche

4-5 heures

Coût

Demi-pension CHF 52.-

Inscription

Par e-mail girard.charly@bluewin.ch, natel 079 391 35 20 jusqu'au 6 juin

Les organisateurs

Gilbert Berset, José Romanens et Charly Girard

Petit truc mnémo technique

Envoyé par une amie clubiste, pour se souvenir de l'ordre dans lequel sont alignés nos sommets mythiques :

**Le Vanil Noir s'Ecric « Y Paraît que le Gros Perré
est Carré comme une Craie »**