

# CAS section la Gruyère



Numéro 7  
Juillet 2015

<b>Présidente</b>	Chantal Python Nikles, Rte du Couchant 3, 1723 Marly 079 385 15 91, e-mail: <a href="mailto:presidence@cas-gruyere.ch">presidence@cas-gruyere.ch</a>
<b>Adresse du club</b>	Case postale 502 - 1630 Bulle 1
<b>Sites internet</b>	<a href="http://www.cas-gruyere.ch">www.cas-gruyere.ch</a> / <a href="http://www.gjgruyere.ch">www.gjgruyere.ch</a>
<b>E-mail</b>	E-mail: <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, 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>	Voie « Autour de la maison » à la Rotespitze, Sud des Gastlosen, photo de Claude Hekly
<b>Nouveau logo</b>	Emilien Laville du G.J.

## Un tout grand merci !!!



Une petite équipe de jeudistes est montée à la fin mai pour remettre le sentier des Roches Pourries en bon état. Durant une journée, à coup de piolets et de balais de branches, ils ont bichonné ce passage entre nos 2 cabanes du pied du Vanil-Noir.

Ce sentier, marqué en bleu blanc bleu, est par conséquent bien praticable pour cet été; il reste toutefois un passage délicat, réservé aux randonneurs aux pieds sûrs!

*Un tout grand merci donc à nos  
terrassierEs !!!*

## Sommaire

<b>Reflets de la section</b>	<b>3</b>	<b>Formation adulte</b>	<b>17</b>
<b>Les cabanes de la section</b>	<b>5</b>	<b>Les courses de la section</b>	<b>18</b>
<b>Groupement jeunesse</b>	<b>11</b>	<b>Récits de course</b>	<b>30</b>

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](http://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 :

**Jean-Louis Blanc**, membre vétéran ;

**Marie-Rose Bossel**, membre, ancienne cheffe de courses, maman de Denis Bossel et belle-maman de Mireille Bella ;

**Anne-Marie Studemann**, maman de François et Antoine Studemann, belle-maman de Nicole Gisler, membres ;

**Marie Chatagny**, maman de Christiane Musy, membre et belle-maman de François Musy membre et co-responsable de la cabane Bounavaux ;

**Denise Meyer**, membre vétéran, épouse d'Alain et belle-sœur de Dominique et de Claude, tous membres.

## Activités de mai

Date	Lieu	Nbre
07.05	Vanil des Cours	29
12.05	Région de Lucens	15
14.05	Dent de Broc	17
16.05	Tannay et Grandes Jumelles	6
24.05	Tête du Portail	11
28.05	Gorges de l'Orbe	24
31.05	Dent de Combette	9

## Candidats

**Bonzon Laurence**  
Rue de Corbières 30 Bulle

**Magnin Guy**  
Route de la Grand-Fin 17 Vuippens

## Admissions

**Bertherin Oswald**  
Rue du Tirage 16 Bulle

**Dohner Béatrice**  
Chemin des Esserts 3 Estavannens

**Seydoux Didier**  
Chemin des Combes 18 Bulle

**Schneider Gérard**  
Rue de Botterens 101 Botterens

**Volet Marie**  
Rue du Cârô 11 Bulle

**Blanc Benjamin**  
Rue de l'Europe 20 Bulle

**Offner Fernande**  
Chemin des Bourrières 18 Autigny

**Coquoz Gilles**  
Rue de la Léchère 57 Bulle

## Groupement Jeunesse

**Pythoud Maxime**  
Rue du Moléson 6 Albeuve

**Pythoud Alexis**  
Rue du Moléson 6 Albeuve



La BCF, partenaire de vos loisirs



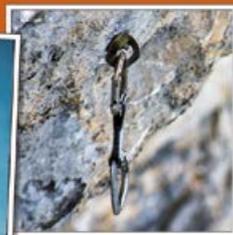
Banque Cantonale  
de Fribourg

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

# 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 des Clés

### **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

### **Août**

Week-end	01 - 02	Gilbert et Manuella Berset
Semaine du	03 au 07	Dédé et Madeleine Liard
Week-end	08 - 09	Martial et Agnès Rouiller
Semaine du	10 au 14	Martial et Agnès Rouiller
Week-end	15 - 16	Alain Berset et Muriel Biemann
Semaine du	17 au 21	Pierrot et Myriam Roulin
Week-end	22 - 23	Pierrot et Myriam Roulin
Semaine du	24 au 28	Brigitte Girard, Lucie Suard et Martia Masset
Week-end	29 - 30	Gilbert et Manuella Berset, Henri et Georgette Maillard

### **Avis important:**

#### **Merci de prendre note de ce qui suit**

Réservations, gardiennages : Berset Gilbert et Manuella tél. : 079 625 17 07

Pour les gardiens, veuillez prendre la clé de la cabane chez Henri et Georgette Maillard : 079 450 50 92 (pas de réservations ou de gardiennages à ce numéro).

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

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

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

# FLYERS sur papier couché RECYCLÉ 130 g/m<sup>2</sup>

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 & Pillier

BULLE

**N'HÉSITEZ PLUS !**

Ch. Pauvre Jacques 36  
1630 BULLE

Tél. 026 912 50 65  
toprint@bluewin.ch

TVA incluse

## Cabane des Marindes

### **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 1 <sup>er</sup> .08	Sciboz Jean-Marie, Rossier Sylviane, Sciboz René, Gaby Python

### **Août**

Sa-di	1 <sup>er</sup> au 2	Sciboz Jean-Marie, Rossier Sylviane, Sciboz René, Gaby Python
Semaine	2 au 8	Guex François
Sa-di	8 au 9	Rausis Pascal et Marie-Hélène
Semaine	9 au 15	Rausis Pascal et Marie-Hélène
Sa-di	15 au 16	Parnet Bruno
Semaine	16 au 22	Blatter Pierrette et Daniel, Egger Claude
Sa-di	22 au 23	Savary Geneviève, Roulin Gérard
Semaine	23 au 29	Repond Françoise
Sa-di	29 au 30	Andrey Constant et Simone
Semaine	30 au 5.09	Progin Julien

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



**Cabane des Marindes**  
**Jeudi 1<sup>er</sup> août à midi**  
**Soupe de chalet**



## La vie vous réserve plein de belles surprises

Canyoning  
Rafting  
Culture & Aventure  
Enigmes & Sensations  
Parachute  
Parapente  
Vol en Montgolfière

Nous organisons votre sortie en Gruyère.

Nos activités de plein air sont idéales lors d'une sortie entre amis, une sortie de groupe, une sortie d'entreprise, un enterrement de vie de garçon ou de jeune fille.

Vous pouvez aussi offrir nos activités, c'est une bonne idée de cadeau !

\* Certifié: Safety in Adventures



Gruyère Escapade Sàrl :: 1661 Le Pâquier :: 026 921 39 94 :: [www.gruyere-escapade.ch](http://www.gruyere-escapade.ch)

« **EXPRIMEZ VOS IMPRESSIONS** »  
COMMUNIQUEZ VOS IDÉES PAR DES IMPRESSIONS DE QUALITÉ

**glasson**  
printbulle

 [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)

www.dfsabbat.com

## Cabane de Bounavaux

### **Juillet**

Semaine	28.06 - 4.07	Egger Emmanuel
Sa-di	4 - 5	Poffet Jean-Luc
Semaine	5 - 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

### **Août**

Sa-di	1 - 2	Jaquet Jean-Paul et Dubath Evelyne et André
Semaine	2 - 8	Jaquet Jean-Paul et Dubath Evelyne et André
Sa-di	8 - 9	<b>Libre</b>
Semaine	9 - 15	Kolly Myriam, Wehren Jean-Pierre, Romanens Corine et Daniel
Sa-di	15 - 16	Ducrest Stéphane et Eric
Semaine	16 - 22	Charbonnier Nathalie et Egger Rose-Marie
Sa-di	22 - 23	Delaquis Jean-Marc et Lucienne Dupont, Patrice
Semaine	23 - 29	Zenger Jean-Jacques
Sa-di	29 - 30	Sallin Claude

**Responsables:** Evelyne et André Dubath

**Réservations:** bounavaux@cas-gruyere.ch ou au 079 603 68 78



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

# Castella

SPORTS BULLE

INTERSPORT®

100%  
ITALIAN  
CONCEPT

REDA  
REWOLUTION

100%  
MERINO



GEMINI  
TOP



CAMELEON  
POLO SHIRT

CHOOSE YOUR WAY.

Castella  
SPORTS BULLE

Grand Rue 17  
1630 Bulle

Tél. 026 912 76 47

Castella-sports.ch

BON DE REMISE

15%

SUR TOUTE LA GAMME  
REWOLUTION

Valable jusqu'au  
30 juillet 2015



## Cabane de l'Oberegg

*Fermeture estivale*

## Cabane des Portes

*Fermeture estivale*

# Le Groupement jeunesse

**Mont Blanc de Cheillon**

**Week-end 25-26 juillet**

*Course annulée*

**Via ferrata de Saillon**

**Sa 25 juillet**

***En cas de mauvais temps, la course sera déplacée au 26 juillet***

### **Lieu et heure de départ**

Stamm, 8 h

### **Itinéraire choisi**

Départ du village de Saillon, arrivée en amont de la passerelle à Farinet. Longueur totale 1010 m, distance câblée 820 m, dénivellation 335 m

### **Difficulté et cotation**

1<sup>er</sup> partie AD (obligatoire), 2<sup>e</sup> partie D (obligatoire), 3<sup>e</sup> partie TD+ (en fonction des participants)

### **Matériel**

Bonnes chaussures avec semelles « vibram », casque, baudrier, 1 mousqueton, longe VIA FERRATA avec amortisseur de chute

### **Subsistance**

Pique-nique + boisson

### **Coût**

Frais de déplacement

### **Renseignements/inscription**

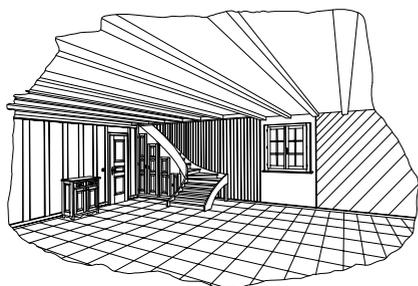
Chez Nicolas Dreyer, 078 627 14 02

### **Délai d'inscription**

23 juillet

### **Remarque/descriptif**

Expérience via ferrata ou bon niveau de grimpe requis



*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](mailto:eloi.bosson@websud.ch)



GÉRANCES  
**GIROUD**

GERANCE IMMOBILIERE  
MISE EN VALEUR  
GESTION DES TRAVAUX

ESTIMATIONS  
ADMINISTRATION DE PPE  
COURTAGE

[gerances-giroud.ch](http://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)*

## FIFAD Les Diablerets

Week-end 7-8-9 août

### Lieu et heure de départ

Vendredi soir 7 août

### Situation/altitude

FIFAD Les Diablerets

### Difficulté et cotation

Tu sais marcher et rire? Alors c'est tout bon

### Matériel

Des informations suivront

### Coût approximatif

CHF 80.- pour le week-end

### Renseignements/inscription

Johannes Konrad

kon.johannes@gmail.com

ou +41 78 647 21 77

### Délai d'inscription

1 août

### Remarque/descriptif

Après le succès de l'année passée, le comité a eu le désir de rééditer l'expérience du Festival du Film des Diablerets. Il s'agit d'un festival qui tourne autour de la montagne et sa nature. Les organisateurs proposent, au prix de CHF 80.- par jeune, un week-end complet avec à la clef des rencontres privilégiées avec les stars du festival. Les têtes d'affiche de cette année sont les frères Falquet, freeriders bien connu des Marécottes. Ne loupe pas l'occasion! Tu seras accompagné par 2 moniteurs durant tout le week-end. Les informations détaillées seront transmises dès que possible.

## Rappel de dates

### Slow Up

Dimanche 12 juillet (voir bulletin de juin)

### Camp d'été

Semaine 13-18 juillet (voir bulletin de mai)



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

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

Rte de l'Eglise 19  
026 915 12 42

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)*

## Des félicitations

Comme certains d'entre vous l'ont peut-être remarqué dans «La Liberté» du 26 mai, pages «sports», nous avons dans les rangs du groupement jeunesse des jeunes qui nous viennent d'horizons divers.

Melchior Frick fait partie de ceux-là. En plus d'être actif avec le GJ du CAS de la Gruyère, il trouve encore le temps de faire de la gymnastique à un niveau élevé.

Le comité du GJ aimerait féliciter Melchior pour ses résultats en gymnastique en plus de sa participation aux nombreuses sorties en ski, alpinisme ou escalade.

Pour la petite histoire: durant l'été 2014, nos petits jeunes, à savoir Emile Illan, Loïc Stäubli, Cédric Heckly et Melchior ont passé quelques jours dans les Gast. Rien de particulier à cela me direz-vous, si ce n'est qu'ils sont partis de Bulle en vélo avec tout le «barda». Et vous vous souvenez de la météo de l'été dernier...

Voilà, donc encore toutes nos félicitations à Melchior et encore beaucoup de plaisir en gymnastique et en montagne.

*Le comité GJ*



Voie Hohl

## Via ferrata Moléson

Accès gratuit  
à tous les membres  
de la section «La Gruyère»



### 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)



### GESA GRUYÈRE ÉNERGIE SA



A la source de votre énergie  
[www.gruyere-energie.ch](http://www.gruyere-energie.ch)

Rue du Cârô 1  
1630 Bulle  
T 026 919 60 20

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

  
GRAND  
MARBRERIE



Visitez notre  
*Vinothèque*

Du Lu a.m. au Sa. matin



**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

**PILLER & KRATTER SA**

chauffage • sanitaire • toitures

1632 Riaz

Tél. 026 912 98 04  
Natel 079 230 50 37

# Formation adulte

## Formation pour chef de courses Week-end du 22 au 23 août

### **Lieu et heure de départ**

Samedi matin à 6 h sur le parking «Laniac» à Bulle

### **Situation/altitude**

Weissmies, 4017 m

### **Itinéraire choisi**

Monté par l'arête Est depuis Almagellerhütte et descente par l'arête Nord

### **Difficulté et cotation**

PD, Haute montagne arête, mixte

### **Matériel**

Matériel pour la haute montagne

### **Substance**

Pique-nique pour deux midis, à boire

### **Coût**

Demi-pension, boisson env. CHF 100.- par personne (transport et guide pris en charge par la section)

### **Renseignements/inscription**

Par e-mail martinboschung@hotmail.com, renseignements au 079 261 48 17

### **Délai d'inscription**

31 juillet

### **Remarque/descriptif**

Cours de formation continue réservé aux chefs de courses actifs. Un guide nous accompagnera tout le week-end. Le premier de cordée tournera dans les groupes afin que tous les chefs de courses soient passés devant.

## Rappels / informations

### **Schönried-Rindergerg-Egg**

Jeudi 2 juillet (voir bulletin de juin)

### **Brenleires**

4 juillet (course annulée)

### **Hochmatt par le Verdy**

Dimanche 5 juillet

(changement de date, voir bulletin de juin)

### **Aiguille de la Tsa**

Week-end 4-5 juillet (voir bulletin de juin)

# Les courses de la section

## Col de Balme

Je 9 juillet

### Lieu et heure de départ

Place Majeux, à 7 h

### Itinéraire

Col de la Forclaz (1527 m) - Trient (1273 m)  
- Col de Balme (2204 m) Cabane des Grands  
- Col de la Forclaz

### Difficultés et cotation

T3, dénivellement 1050 m, env. 6 h 30

### Matériel

De randonnée pédestre

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Déplacement

### Renseignements et inscription

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

### Délai d'inscription

Mercredi 8 juillet à 18 h

## Nadelhorn, Arête nord

Week-end 11-12 juillet

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

### Situation

Nadelhorn, 4327 m

### Itinéraire

Arête NE, voie normale

### Difficulté

PD

### Matériel

Pour glacier

### Subsistance

Pique-nique pour samedi et dimanche midi

### Coût

Transport + cabane

### Renseignements et inscription

Christophe Hugonnet 077 452 11 91

### Délai d'inscription

3 juillet

**Schorderet** SARL

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)

## Cabane d'Orny

Je 16 juillet

### Lieu et heure de départ

Parc de la rue Majeux à 7 h

### Situation/altitude

Région Champex

### Itinéraire choisi

Champex-Lac 1498 m - Télésiège - La Brea  
2194 m - Combe d'Orny 2464 m - Lac d'Orny  
- Cabane d'Orny 2826 m et retour par le Col  
de la Brea - Revers d'Arpette 1988 m - Val  
d'Arpette 1822 m

### Difficulté et cotation

T3, env. 5 heures

(un peu aérien sur le premier tronçon)

### Matériel

De randonnée pédestre

(bonnes chaussures + bâtons)

### Subsistance

Pique-nique (évent. soupe à la cabane)

### Coût

Transport + télésiège

(AG+Abo demi pas valables)

### 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 15 juillet à 18 h

### Remarque/descriptif

Paysage idyllique avec lacs et glaciers !

## Gwächtenhorn/Sustenhorn

Week-end 18-19 juillet

### Lieu et heure de départ

7 h 30 au stamm

### Situation/altitude

Gwächtenhorn- Sustenhorn (3503 m)

### Itinéraire choisi

Arête Ouest du Gwächtenhorn

### Difficulté et cotation

PD+

### Matériel

D'alpinisme

### Subsistance

Pique-nique pour 2 jours

### Coût approximatif

CHF 110.-

### Renseignements/inscription

Roland Charrière 079 199 95 32

### Délai d'inscription

3 juillet

### Remarque/descriptif

Course relativement facile et complète (pas-  
sage de 45°, escalade 3a), nuitée à la cabane  
Tierbergli, on fera un peu d'escalade facile  
avant de monter à la cabane. 5 participants  
selon 1<sup>ers</sup> de cordée.



## **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)



# Les courses de la section (suite)

## Dreisnitz

Sa 18 juillet

### Lieu et heure de départ

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

### Situation/altitude

Kiental/ 2520 m

### Itinéraire choisi

Staldeweid / Rengg

### Difficulté et cotation

T3 avec quelques pentes assez raides

### Matériel

De randonnée

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements/inscription

Netty Bersier

026 663 46 22 ou 079 242 07 82

### Délai d'inscription

Le 17 juillet à 18 h

### Remarque/descriptif

Environ 4 h 30 de montée pour 1600 m de dénivelée positive

## La Fouly – Col de La Rouse

Di 19 juillet

### Lieu et heure de départ

Stamm, 6 h

### Situation/altitude

Val Ferret - La Fouly

### Itinéraire choisi

La Seilo - Roc de l'Oiseau- Pointe de Revedin  
2780 m - Mont de la Fouly - Le Basset - La  
Fouly

### Difficulté et cotation

T4, 8 heures de marche

### Matériel

De randonnée, très bonnes chaussures

### Subsistance

Pique-nique

### Coût approximatif

Transport

### Renseignements/inscription

Denis Bossel, 079 332 04 68

### Délai d'inscription

Vendredi, 20 h

### Remarque/descriptif

Très belle course, absence de vertige, arête



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

**monferini**  
BULLE

J. MONFERINI S.A.

Constructions 026 912 82 68  
[www.monferini.ch](http://www.monferini.ch)

# Les courses de la section (suite)

## Cabane Monte Leone

Me 22 et je 23 juillet

### Lieu et heure de départ

Parc de la rue Majeux à 7 h

### Situation/altitude

Hospice du Simplon - Cabane Monte Leone  
2848 m

### Itinéraire choisi

Mercredi: Hospice du Simplon - Cabane Monte Leone, 3 heures environ

Judi: Cabane Monte Leone - Hospice du Simplon - en voiture jusqu'à Simplon village, Via Stockalper jusqu'à Gondo, 5 heures environ. Retour en bus

### Difficulté et cotation

T2

### Matériel

De randonnée avec bâtons

### Subsistance

2x le pique-nique pour midi. Possibilité de s'approvisionner en boisson pour le 2<sup>e</sup> jour.

### Coût

Transports + nuitée et demi-pension à la cabane + bus (environ CHF 100.-)

### Renseignements/inscription

Agnès Limat 079 294 27 62  
ou agnes.limat@hispeed.ch

### Délai d'inscription

Vendredi 17 juillet à 20 h

### Nombre maximum de participants

20

### Remarque/descriptif

La course aura lieu seulement si le beau temps est assuré. Le nombre de 20 participants étant atteint, il n'y a plus d'inscription possible.

## Tanzbödéli

Je 23 juillet

### Lieu et heure de départ

Parc rue Majeux 7 h, Matran 7 h 15

### Situation/altitude

Alpes bernoises, 2130 m  
(région Lauterbrunnen)

### Itinéraire choisi

Téléphérique Stechelberg - Gimmelwald, Im Tal - Busenbrand - Tanzbödéli, retour par Obersteinberg et Trachsellauen.

### Difficulté et cotation

T3, dénivelé: positif 950 m, nég. 1350 m, environ 5 h 30 de marche

### Matériel

De randonnée en montagne

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport et téléphérique environ CHF 40.-

### Renseignements/inscription

Romain Chofflon  
026 411 12 85 / 079 293 41 09

### Délai d'inscription

Mercredi 22 juillet 18 h

### Remarque/descriptif

En plus des faces Nord et des cascades de la vallée de Lauterbrunnen, cette randonnée permet la découverte d'une flore variée.

# Les courses de la section (suite)

## Mont Ruan

Week-end 25-26 juillet

### Lieu et heure de départ

Stamm à 6 h

### Situation/altitude

Mont Ruan 3044 m et Grand Ruan 3057 m

### Itinéraire choisi

Départ de Grand-Paradis, pas d'Encel, Col des Ottans puis sommets

### Difficulté et cotation

PD (3b)

### Matériel

A définir...

### Subsistance

Pique-nique pour deux jours

### Coût

Transport (env. CHF 20.-)

+ nuitée demi-pension (env. CHF 53.-)

### Renseignements/inscription

Raphaël Muntwiler 079 129 83 02

### Délai d'inscription

Vendredi 17 juillet, 19 h

### Remarque/descriptif

Course rocher alpinisme, ~2000m de dénivelé le samedi, dimanche course «relax» d'environ 6 heures à définir lors de notre nuitée en cabane...

## Rocher du Midi

Di 26 juillet

### *Changement de date*

### Lieu et heure de départ

Stamm, 7 h

### Situation/altitude

Rocher du Midi par La Montagnette

### Itinéraire choisi

Gérignoz - Les Paccots - La Montagnette - Rocher du Midi - Gérignoz

### Difficulté et cotation

T3, T4 Montée de la Montagnette

### Matériel

De randonnée

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements/inscription

Denis Bossel, 079 332 04 68

### Délai d'inscription

Samedi 25 juillet 18 h

### Remarque/descriptif

Passage aérien avec des chaînes. Itinéraire peut-être modifié

# Les courses de la section *(suite)*

## Pointe de Paray – Vanil de l'Écri

Je 30 juillet

### Lieu et heure de départ

Place rue Majeux à 7 h

### Situation/altitude

Pointe de Paray 2375 m - Vanil de l'Écri  
2376 m

### Itinéraire choisi

Parc des Baudes - Pointe de Paray - Vanil de  
l'Écri - retour par Bounavaux

### Difficulté et cotation

T3, 1400 m de dénivelé, 7 heures

### Matériel

De randonnée en montagne

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements/inscription

Martial Rouiller

026 411 13 92 / 079 176 88 92

### Délai d'inscription

Mercredi 29 à 18 h

### Remarque/descriptif

Course longue avec difficulté moyenne

## Traversée de la Blümlisalp

Week-end 1<sup>er</sup>-2 août

*Course annulée*

## Weissmies en traversée

Week-end 1<sup>er</sup>-2 août

### Lieu et heure de départ

Stamm 6 h

### Situation/altitude

Weissmies, 4017 m, vallée de Saas

### Difficulté et cotation

PD III

### Matériel

Baudrier, crampons aiguisés, casque, vis à  
glace

### Subsistance

Pique-nique

### Coût approximatif

Transport, cabane, téléphérique CHF 150.-

### Renseignements/inscription

Jean-Claude Perroud 079 230 68 35

### Délai d'inscription

15 juillet

### Remarque/descriptif

Une belle traversée de ce sommet permet-  
tant de toucher à tous les éléments de la  
montagne estivale et ceci à plus de 4000 m.  
Course limitée selon 1<sup>er</sup> de cordée.

# 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](http://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 9H-12H / 13H30-18H // SA 9H-12H / 13H30-18H

# Les courses de la section *(suite)*

## Hochmatt

Je 6 août

### Lieu et heure de départ

Place Majeux, à 7 h 30

### Situation, altitude

Hochmatt, 2151 m

### Itinéraire

Petit-Mont - Creux aux Morts - Hochmatt  
- Lapé

### Difficultés et cotation

T3, environ 5 heures

### Matériel

De randonnée pédestre

### Substance

Pique-nique

### Coût

Déplacement

### Renseignements et inscription

Norbert Seydoux

tél. 026 912 55 65 ou 079 695 47 80

### Délai d'inscription

La veille

## Drunengalm - Tschipparällehore en traversée

Sa 8 août

### Lieu et heure de départ

Place Majeux à 6 h 30 ou parking  
Lavapesson direction Morat à 6 h 50

### Itinéraire

Springenboden - Unter Drunen -  
Drunengalm - Tschipparällehore

### Difficulté

T2/T3+ Très long circuit d'environ  
8 heures (4 sommets), une partie en bleu/  
blanc/bleu

### Matériel

De randonnée

### Substance

Pique-nique

### Coût

Frais de transport

### Renseignements et inscription

Chez Netty Bersier

026 663 46 22 ou 079 242 07 82

### Délai d'inscription

7 août à 18 h



**LANIAC  
ESCALADE**

## Rappel / information

**Lorsque vous allez grimper chez LANIAC à Bulle,  
n'oubliez pas d'annoncer votre appartenance à notre club  
(munissez-vous de la carte CAS)**

**et vous obtiendrez 10% de remise sur le prix d'entrée.**

# Les courses de la section *(suite)*

## Stralhorn

Week-end 15-16 août

*Attention, changement de date*

### Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

### Situation/altitude

Stralhorn 4190 m

### Itinéraire choisi

Départ depuis le barrage de Mattmark

### Difficulté et cotation

PD

### Matériel

De haute montagne

### Subsistance

Pique-nique pour deux jours

### Coût

Transport + nuitée demi-pension CHF 63.-

### Renseignements/inscription

Raphaël Muntwiler 079 129 83 02

### Délai d'inscription

Vendredi 7 août, 19 h

### Remarque/descriptif

Le samedi montée d'environ 4 heures à la cabane et sommet le dimanche.

## 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

## CARROSSERIE *Gérard Spicher*

1731 Ependes

*Rabais aux membres CAS*

*Devis à domicile*

*Voiture de remplacement*

Tél. 026 413 23 14

Tél. à Marsens 026 915 19 64

Natel 079 214 25 54

E-mail: minet.spicher@bluewin.ch



Une Radiobalise GPS avec la certitude de vous retrouver n'importe où dès lors que vous déclencherez 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.–



**MBF**

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)

# Récits de courses

## L'école de la grimpe

*«Celui qui un jour veut apprendre à voler, celui-là doit d'abord apprendre à se tenir debout et à marcher et à courir, à grimper et à danser, ce n'est pas du premier coup d'aile que l'on conquiert l'envol!» - ainsi parlait Zarathoustra de Friedrich Nietzsche.*

Se tenir debout, ça, nous savions déjà tous le faire, à peu près. Tout dépend du terrain, de l'heure, de l'état de fatigue, de la consommation de boisson (oui, surtout cela!). Marcher, courir, ça aussi c'était à peu près dans nos cordes, même si le cours de grimpe ne comprenait pas de test sur ces deux pratiques. Nos instructeurs ont pu mesurer nos capacités en ce sens, un peu tard, le dernier jour, lorsqu'il a fallu faire nos preuves dans ces méandres de l'accès



**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)



**CRAZY** *idea*  
*Vis ta passion !!!*

Distribution Suisse:  
Montagne Attitude  
Le Riolet, 26  
1628 Vuadens  
[www.montagneattitude.ch](http://www.montagneattitude.ch)





au col de l'Oberberg dans les Gastlosen. Mais GRIMPER??? Nous voilà beaux, le premier jour de cours, sous cette immense falaise nommée Bataille, car oui, c'est bien un combat que nous avons engagé. De la plus jeune (26 ans) à la jeune depuis le plus long temps (60 printemps), nous ouvrons tout grand nos pavillons et nos mirettes pour ne manquer aucune miette de l'instruction dispensée par Ruben, Boris et Alex. «Vos vies en dépendent», «Vous rirez moins quand vous serez en haut», «Tu tombes, t'es mort!» D'entrée de jeu le



cadre est posé, écouter est une question de vie ou de mort. Alors sérieux comme des banquiers et attentifs comme des écoliers du premier rang, nous avons appris: les mousquetons et leur usage, les dégaines, les chaussons, les cordes, les assureurs, les prussiks, les sangles, le casque et puis aussi les types de voies: couennes, dalles, dévers... Nos instructeurs nous ont bel et bien appris à grimper. Il aura tout de même fallu trois sorties en falaises à Bataille et Cerniat, au soleil couchant, voire à la frontale pour les plus distraits, pour acquérir les rudiments de l'escalade en extérieur afin d'être capables d'approcher le Graal: les Gastlosen!

La récompense survint le 30 mai. Après une séance de récapitulation des cours précédents, nous grimpâmes sur l'épaule de l'Eggturm. La bise n'ébranla pas notre courage. En deux longueurs nous étions dans



le canapé. C'est ainsi que les pros nomment l'espace presque confortable où l'épaule de l'Eggturm rejoint son œuf. C'est de là que Boris et Ruben nous ont briefés sur la dernière étape de notre parfaite instruction:

# 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'envol. Car de là la paroi que nous descendons marque un profond dévers. Après cinq à six mètres de descente le long de la corde, en rappel, les pieds au mur, la paroi s'éloigne, et les quarante mètres de descente suivants s'effectuent en vol, au bout de la corde. Certains ont bien essayé de s'agripper au mur, sans succès. Cela méritait bien un petit remontant à la buvette des Sattels.



Alors oui, grâce à l'organisation du cours de grimpe par le Club Alpin, nous avons pu apprendre à grimper, et même quelque part, à voler. A quand la danse? :-)

**Organisation du cours:** Martin Boschung, Sébastien Rumo (Club Alpin)

**Instructeurs:** Ruben Carpentier, Boris Grandjean, Alex Castella

**Participants:** Bruno, Cathy, Colette, Corentine, David, Elodie, Emilia, France, Françoise, Frédéric, Laurence, Michèle, Pierrette, Stéphane, Valérie.





**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

# Demande d'admission



Si vous êtes intéressé par nos activités et que vous désirez devenir membre du Club Alpin de la Gruyère, il suffit de remplir cette demande, de payer la finance d'inscription de Fr. 35.- au CCP 17-534714-1, CAS de la Gruyère. Il faut ensuite envoyer la demande et le récépissé à :  
**Francis Van Wynsberghe**, Route de la Buchille 27, 1633 Marsens  
E-mail: francis.vanwysberghe@bluewin.ch

*Vous trouvez la demande d'admission en ligne: [www.cas-gruyere.ch](http://www.cas-gruyere.ch)*

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

Groupement Jeunesse (jusqu'à 22 ans). Cotisation annuelle de Fr. 65.-

Membre Individuel > finance d'inscription de Fr. 35.- payable d'avance, faute de quoi elle ne sera pas prise en considération. Cotisation annuelle de Fr. 105.-

M.  Mme Nom: ..... Prénom: .....

Représentant légal (Groupement jeunesse): .....

Membre  Non- membre

Adresse: .....

NPA / Lieu: .....

Profession: ..... Téléphone: .....

Tél. portable: ..... E-mail: .....

Date de naissance: .....

Fait partie d'une autre section: ..... Laquelle? .....

Date: ..... Signature: .....

Signature du représentant légal (Groupement jeunesse): .....