

CAS section la Gruyère



Numéro 1
Janvier 2016

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	Diverses photos tirées des photos de courses de la section

Editorial de la présidente

Chers amis,

Notre section CAS la Gruyère s'ouvre en 2016 avec tous les ingrédients pour que cette année soit bonne, un brin relevée, agréable et comble chacun de ses souhaits ou aspirations.

Parmi les activités de la section, chacun peut y trouver son plaisir, selon son niveau, ses goûts et ses envies.

Vous découvrirez dans le carnet des courses 2016 – nouveau format – un programme attractif et de nombreuses formations.

Les barmaids vous attendent dans nos cabanes avec le sourire et une bonne soupe, parfois même beaucoup plus.

Plusieurs manifestations seront organisées au stamm, ne les manquez pas. Consultez notre site et ses news!

2016 sera aussi une année jubilaire pour la colonne de secours qui fêtera ses 75 ans!

Et si le temps et l'envie vous le permettent, mettez aussi vos compétences et votre savoir au service du club, pour un jour, une activité, pour un moment qu'il fait si bon partager.

A tous nos bénévoles qui mettent tout leur cœur et beaucoup de temps pour le bon fonctionnement du club, à tous nos membres et nos jeunes, une belle année comblée de bonheur!

Chantal Python Nikles, Présidente

Sommaire

Reflets de la section	3	Infos carnet des courses	17
Les cabanes de la section	3	Remerciements, animations au stamm	19
Le groupement jeunesse	11	Prêt de matériel	21
Formation pour tous	15	Courses de la section	22
		Ski hors-piste en station	32
		Récits de course	36

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

FLYERS sur papier couché RECYCLÉ 150 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

Les déchets de papier, les emballages et les consommables utilisés pour l'impression sont triés et recyclés!

TVA incluse

To Print

L'impression numérique de qualité

Magne & Pillier

BULLE

N'HÉSITEZ PLUS !

Ch. Pauvre Jacques 36
1630 BULLE

Tél. 026 912 50 65
topleft@bluewin.ch

Reflets de la section

Coin de la sympathie

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

Jacques Kamer, membre septantenaire ;

Marie-Louise Niquille, maman de Jean-Claude Niquille, membre ;

René Rey, papa de Patrick Rey, membre ;

Agnès Noll, maman de Michel Noll, membre.

Activités

29.10	Tour du Haut Lac	20
05.11	Vounetz / Belvédère	30
07.11	Creta de Vela	15
12.11	Semsaes / Bulle	32
14.11	Tour du Mt d'Or	11
19.11	Hundsürck / Bire	28
26.11	Course surprise	54

Admissions

Abraham Carine	Rue de l'industrie 1	Fribourg
Alluin Bertrand	Rue de l'industrie 1	Fribourg
Bastian Jean-Luc	Ch. de la Gilla 15	Villaz-St-Pierre
Broccard Pierre-Vincent	Rue des Auges 9	La Tour-de-Trême
Butticaz Vincent	Rte du Steckel 25	La Roche
Comte Fabienne	Route de Villarimboud 45	Villaz-st-pierre
Cornaz Aurélie	Ch. de la Tour 8	Carrouge

Dowding Ed

La Taupinière, Ch. du Castor
Moléson-sur-Gruyères

Esseiva Philippe

Chemin Paul-Messerli 11 Bulle

Gentilhomme Pierre

Chemin des Préalpes 16 Bulle

Giordano Cyril

Rte du village 21 Pont-la-Ville

Gremaud Tobie

Route Principale 237 Vuadens

Pugin Ludmilla

Chemin de Fin-Derrey 67 Broc

Pugin Martial

Chemin de Fin-Derrey 67 Broc

Seydoux Claude

Rte de la Joretta 40 Sâles

Vial Magali

Sur-Carro 8 Corpataux

Zagula Vincent

Chemin des Crêts 65 Bulle

Groupement jeunesse

Allaman Brian

Ch. des Présmondoz 5 Marnand

Pugin Alicia

Chemin de Fin-Derrey 67 Broc

Pugin Baptiste

Chemin de Fin-Derrey 67 Broc

Pugin Grégory

Chemin de Fin-Derrey 67 Broc

Pugin Jérémy

Chemin de Fin-Derrey 67 Broc

Tinguely Julien

Route de Cournillens 64 Misery



4MOTION – la transmission intégrale intelligente de Volkswagen.

Avec la transmission intégrale 4MOTION, la voiture épouse la route: dans toutes les situations critiques, vous profitez d'une excellente propulsion. Cela signifie pour vous une sécurité accrue, une meilleure stabilité directionnelle et un plaisir "intégral" sur tous revêtements. 4MOTION, c'est une technologie innovante qui vous mène très sûrement à bon port – sur routes comme hors routes, qu'il neige ou qu'il vente. Venez vite essayer l'un de nos nombreux modèles 4MOTION. Nous serons heureux de vous accueillir.



Das Auto.

AMAG Fribourg

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

AMAG Bulle

Rue de Vuippens 55, 1630 Bulle
Tél. 026 916 13 13, www.bulle.amag.ch

Les cabanes de la section

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

Cabane de l'Oberegg

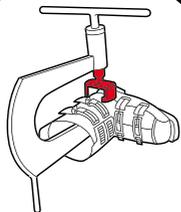
Janvier	3	Bernard et Gilbert
	10	Eloi Bosson
	17	Georgette Aubry, Odette et Léonard Crottaz
	24	Alex Yerly et Dominique
	31	Pti Louis et Pilli
Février	7	Dodo et Bernard
	14	Daniel et Christophe
	21	Cédric Menoud, Rémi Chassot
	28	Toto et Rosemarie
Mars	6	Georgette Aubry, Odette et Léonard Crottaz
	13	Libre
	20	Libre
	27	Libre
Avril	3	Alex Yerly et Dominique
	10	Erica, Annelyse, Dodo et Cédric
	17	Libre
	24	Berset et Girard
Mai	1	Daniel Sturny
	8	José, Marie-Jo, Daniel, Corine Romanens
	15	Nadia Siffert
	22	Alex Yerly et Dominique
	29	Sabine Remy et Edith Sandoz
Juin	5	Maillard, Bobone et Babar
	12	Nadia Siffert
	19	Popol et Tintin
	26	Bernard – Gilbert (fermeture)

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

Les responsables: Bernard Bussard 079 740 86 48
Gilbert Descloux 079 634 31 46

Chaussures Ski & Rando

100 % sur mesure



**Adaptation
des coques**



**Semelles
sur mesure**



**Chaussons
sur mesure**
Thermoformés & injectés



VACUUM FIT

Prestations sur rendez-vous :



www.Castella-Sports.ch



026 912 76 47



Cabane des Clés

Janvier

Week-end	02-03	Gilbert et Manuella Berset
Week-end	09-10	Freddy Rigolet et Pierre-Noël Bapst
Week-end	16-17	Joël et Janine Pugin, Claude et Jacqueline Beaud
Week-end	23-24	Mimi, Rachel et Anne-Laure
Week-end	30-31	Gilbert et Manuella Berset, Henri et Georgette Maillard

Février

Week-end	06-07	Roland Dervev
Semaine du	08 au 12	Vacances de Carnaval: Pierrot et Myriam Roulin
Week-end	13-14	Pierrot et Myriam Roulin
Week-end	20-21	Eloi Bosson
Week-end	27-28	Gaston et Isabelle Sapin, Pierre et Marie-Claire Castella

Nous adressons nos sincères remerciements à tous les gardiens qui ont consacré de leur temps libre durant l'année 2015, pour que la cabane des Clés soit toujours accueillante et pour qu'elle reste un endroit sympathique et convivial. A tous, nous souhaitons nos meilleurs vœux pour la nouvelle année!

Les responsables de la cabane:

Gilbert et Manuella Berset
Henri et Georgette Maillard

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

Pour les gardiens de la cabane, 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



Messerli Groupe
Auto Electricité - Radiocommunication
MSG Solutions Sàrl
www.messerli-groupe.com Tél. / fax +41 (0)26 912 83 88



Promotion:

Nouvelle radio de détresse Rega pour Fr. 280.-

Visitez notre nouvelle exposition à la rue de l'Industrie 2 à Bulle.

Vous pourrez découvrir nos dernières nouveautés.

Renseignements: 026 912 83 88



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



Cabane des Portes

Ouverture de la cabane le mercredi

A partir du mois de janvier et jusqu'à la fermeture qui a lieu à la fin avril, la cabane des Portes sera désormais ouverte tous les mercredis de 10 h à 16 h. Lors d'une randonnée en raquette, une sortie ou simplement pour vous réchauffer, il y a aura toujours quelqu'un pour vous accueillir.

Pour tout renseignement à ce sujet, vous prendre contact :

José Romanens 026 915 32 29 ou 079 706 50 24

José Romanens

Gardiennage de la cabane

Janvier	2-3	Poupette Richoz
	9-10	José, Marie-Jo, Daniel et Corine Romanens
	16-17	Petit Louis et Marinette
	23-24	Joël et Françoise Bach
	30-31	Famille Raoul Ruffieux et Bouby
Février	6-7	Jérôme Romanens et David Dousse
	13-14	Dany Gachet
	20-21	Daniel et Corine Romanens
	27-28	Eloi Bosson

Gardiennage Week-end : du samedi 15 h au dimanche 16 h

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

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

Cabane de Bounavaux

En fermeture hivernale

Cabane des Marindes

En fermeture hivernale



La vie vous réserve plein de belles surprises

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

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

« **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

Le Groupement jeunesse

Module ski de randonnée débutant

Rappel: délai pour s'inscrire au module, mardi 5 janvier



Voir bulletin de décembre

Cascade de glace

Samedi 23 et dimanche 24 janvier



Lieu et heure de départ

6 h au stamm

Situation/altitude

Dépendant des conditions
(Col du Simplon, Vallée de Cogne)

Difficulté et cotation

Expérience en glace et technique d'assurage requise

Matériel

Crampons, piolets ancreurs, broche à glace, dégaines, baudrier, casque, habits chauds et habits de rechange pour le soir, sac de cabane.

Subsistance

Pique-nique pour 2 jours

Coût approximatif

CHF 100.–

Renseignements/inscription

Jonas Clerc (079 737 25 53)

Délai d'inscription

17 janvier

Remarque/descriptif

Il est aussi possible que nous partions le vendredi soir, suivant la destination. Les participants seront avertis en conséquence.

Préalpes

Samedi 30 janvier



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Situation/altitude

Gros Brun - Patraflon

Difficulté et cotation

S2

Matériel

Ski de rando complet - DVA, pelle, sonde sont disponibles au Stamm

Subsistance

Tiré du sac

Coût

Transport en bus

Renseignements/inscription

Rainer Frick tél. 079 372 54 93

ou frick.rainer@bluewin.ch

Délai d'inscription

28 janvier

Remarque/descriptif

Belle sortie dans nos Préalpes avec deux jolies descentes

GRUYERE
PARAPENTE
.CH



Décollage à la Jungfraujoch 3475m

Ecole de parapente

Bons Cadeaux
Vols Biplace
Formation
Voyages
Matériel

+41 79 379 28 17 | www.gruyere-parapente.ch



Camp de carnaval **Samedi 6 au vendredi 12 février**



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Situation/altitude

Courses en étoile depuis un refuge dans le Val Maira

Difficulté et cotation

Camp ouvert à toutes et à tous!

Matériel

Une liste sera envoyée aux participants
Subsistance: Demi-pension au refuge.

Coût approximatif

Environ CHF 400.- (prix définitif sera communiqué aux participants)

Renseignements/inscription

Johannes Konrad 078 647 21 77
ou kon.johannes@gmail.com

Délai d'inscription

23 janvier

Remarque/descriptif

Viens découvrir le val Maira, petite vallée typique de l'Italie. Normalement la neige devrait être au rendez-vous. Alors, viens en profiter avec nous!

Si tu as une question ou un doute, appelle-moi ou envoie-moi un message!



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

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



Maçonnerie, béton armé, rénovations, échafaudages
Crépis de finition, aménagements extérieurs

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

OUVERT 7 JOURS SUR 7



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

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
Bastien Ecabert, chef de team

Pour toutes vos assurances

AU MULTICOLORE



RENE OTTOZ
COULEURS ET VERNIS

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

SPO RTS

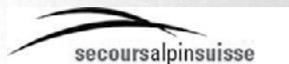
SHOP
BIKING
RANDO

a v e n t u r e s

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

SPORTS AVENTURES SA / ROUTE DE BILLENS 14 / 1660 ROMONT / FR
T 026 852 40 41 F 026 852 40 42 / SPORTS-AVENTURES.CH
HORAIRES DU MAGASIN
LUNDI FERMÉ // MA-VE 09H-12H / 13H30-18H // SA 09H-12H / 13H30-18H

Formation pour tous



*Évaluer le danger
Réduire les risques
Faire sa trace
Connaître les gestes qui sauvent*

"Cours de sauvetage avalanche"

Mercredi soir 20 janvier à 19h30 au stamm à Bulle

- Récit d'un rescapé polytraumatisé, analyse et enseignements
- Thème médical en rapport avec l'accident

Samedi 23 janvier de 09h00 à 16h00 dans les préalpes *

Nous sortirons dans le terrain par groupe et allons nous déplacer pour mettre en pratique le sauvetage improvisé.

Votre équipement est exactement celui d'une randonnée traditionnelle, skis ou raquettes, avec lunch et habits chauds, la pelle, la sonde et le DVA font naturellement partie du matériel emporté.

Afin de pouvoir donner une formation de qualité et travailler dans de petits groupes, le nombre de participants est limité cette année. Ouvert à tous et de tout niveau. La priorité sera donc donnée dans l'ordre des inscriptions et par mail svp. Veuillez préciser votre niveau de connaissance : *débutant, moyen ou confirmé.*

Attention, nous ne serons pas forcément sur les pistes, veillez donc à avoir votre matériel complet et en bon état pour la randonnée, y compris pour l'orientation.

* Le lieu sera choisi en fonction de l'enneigement et vous sera communiqué par mail.

Inscriptions jusqu'au 15 janvier chez Charly Perritaz c.perritaz@bluewin.ch
Coûts : frs 10.- par cours pour les membres CAS (frs 20.- pour les non-membres)

Organisé par la station de secours de Bulle

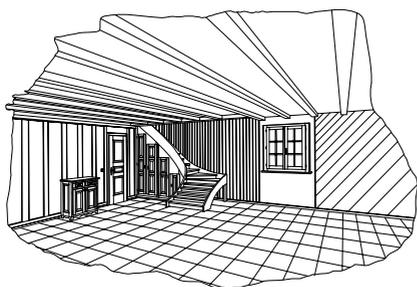
Bonne et heureuse année 2016



*Je vous souhaite beaucoup de plaisir
à la lecture de nos bulletins mensuels,
lors de vos sorties en montagne
et au contact de notre belle nature!*

*Que chaque jour soit source de satisfaction,
plein de petits bonheurs et que l'amour, l'amitié
et le partage émaillent cette nouvelle année!*

Colette Dupasquier, rédactrice du bulletin



*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*

Infos carnet des courses

Avec ce bulletin vous recevez le carnet des courses 2016 dans lequel il conviendrait de **modifier l'adresse e-mail d'Alexis Jaquet, chef de courses pour le GJ et responsable du bus, pages 30 et 37.**

La nouvelle adresse mail est: alexisjaquet94@gmail.com

Il conviendrait aussi d'ajouter 3 accompagnateurs de moyenne montagne qui ont été oubliés, nos excuses aux personnes intéressées ont été faites!

En page 39 il faut donc ajouter:

Guisolan Paula, Brevet fédéral (BF)

Membre UIMLA 079 731.59.19 paula.guisolan@bluewin.ch

Jean-Claude Pesse, Actif diplômé été et hiver

jcpesse@rosey.ch 079 756 25 53

Torrent Juliane, BF, Membre UIMLA

076 561 47 13 info@oeil-emerveille.ch www.oeil-emerveille.ch

La semaine dans le Tyrol italien est déplacée:

elle aura lieu du 5 au 12 mars, **inscription souhaitée avant le 25 janvier.**

Infos suivront.

Le chef de courses Francis Dévaud

Avec une seule agrafe (après séparation du bulletin), il se peut que vous trouviez le carnet des courses insuffisamment agrafé. Si tel est le cas il suffit d'en ajouter une: ouvrir l'agrafeuse et mettre une gomme sous le carnet à l'endroit où viendra l'agrafe, planter l'agrafe, retirer la gomme, fermer l'agrafe d'un crayon ou stylo et c'est tout bon!

Ne me reste qu'à vous souhaiter bonne lecture de ce carnet, vous y découvrirez de belles courses, dont quelques-unes seront des premières pour la plupart de nos membres!

Colette Dupasquier

**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

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



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

Remerciements

Un chaleureux merci à la Colonne de Secours qui a participé à la Marche du CHUV au Moléson pour la sécurisation du parcours et des personnes handicapées. Pour rappel, cette action, qui était en faveur de l'ARFEC, a réalisé un bénéfice de CHF 260'000.—.

Le comité

Animations au stamm

Soirée film-documentaire Ski dans le Grand Nord

Présenté par le guide Pierre Morand, guide de notre section

Jeudi 21 janvier 2016
à 20 h 15



Match aux cartes

Amis des cartes,
réservez déjà la date du
26 février prochain



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

Prêt de matériel



Après de très nombreuses années où ils avaient la gestion du matériel de sécurité pour les courses d'hiver, Michel et Babeth Gremaud de Riaz ont décidé de cesser leur activité. Un tout grand merci à tous les deux pour leur grande disponibilité!

A l'avenir, ce matériel sera disponible chez Sébastien Rumo, Bourg de l'Auge 13 à Broc, de préférence le soir, après un contact par téléphone ou par e-mail : 079 373 81 38 ou sebastien.rumo@hotmail.com



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

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

Comment s'enregistrer sur le site du CAS de la Gruyère ?

Aller sur le site à l'adresse <http://www.cas-gruyere.ch>

Cliquer sur le lien "Besoin d'aide?",

CAS Section La Gruyère

Connexion

Identifiant

Mot de passe

Connexion Se souvenir de moi

Mot de passe oublié ?

S'enregistrer

Rechercher

Cliquer sur le lien Besoin d'aide

Besoin d'aide ?

puis sur le lien

"S'enregistrer en tant que nouvel utilisateur – réservé aux membres du club alpin de la Gruyère". La documentation (fichier pdf) s'ouvre dans un nouvel onglet.

ACTIVITÉS CABANES ORGANISATION STAMM ACTUALITÉS COLONNE DE SECOURS DEVENIR MEMBRE

Besoin d'aide

Cliquer sur ce lien. La documentation s'ouvre dans un nouvel onglet

S'enregistrer en tant que nouvel utilisateur – réservé aux membres du club alpin de la Gruyère

Pour toute question ou aide, envoyer un courrier électronique à webmaster@cas-gruyere.ch

PILLER & KRATTER SA

chauffage • sanitaire • toitures

1632 Riaz

Tél. 026 912 98 04
Natel 079 230 50 37



Hundsrügg

Samedi 2 janvier

S1 / WT1



Plan de Tissineva

Dimanche 3 janvier

S2/S3



Vounetz par la Vatia

Jeudi 7 janvier

WT2



Waligürli

Jeudi 7 janvier

S2



Walighürli

Samedi 9 janvier

S2



Course des Rois Les Portes

Dimanche 10 janvier

WT1



Pour ces courses, voir le bulletin de décembre.

Sports et Loisirs

Avry-devant-Pont

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

Rte de l'Eglise 19
026 915 12 42

Les courses de la section (suite)

Région Allières

Jeudi 14 janvier

S2/S3



Lieu et heure de départ

Parc Place Majeux, 8 h 30

Situation/Altitude

Région Allières

Itinéraire choisi

Selon conditions

Matériel

Complet de rando à skis

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Jean-Marc Angéloz 079 723 68 29

Délai d'inscription

13 janvier, 20 h

Cape aux Moines

Samedi 16 janvier

S2



Lieu et heure de départ

Parking Duvillard à Epagny à 8 h 30

Situation/Altitude

Cape aux Moines 1946 m

Itinéraire choisi

Depuis Allières

Matériel

De randonnée à ski avec DVA, pelle et sonde

Substance

Pique-nique

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Colette Dupasquier 079 697 26 22

mustang.nicol15@gmail.com

Délai d'inscription

La veille à 18 h



Votre sourire, notre métier
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



Formation : Initiation au ski de randonnée

Dimanche 17 janvier

FB-P



Lieu et heure de départ

8 h départ du stamm à Bulle

Situation/Altitude

Préalpes, selon les conditions

Itinéraire choisi

Selon les conditions

Matériel

Habits pour la randonnée en hiver, souliers de ski de randonnée, ski de randonnée et peau de phoque, bâtons, DVA, pelle et sonde

Subsistance

Pique-nique pour midi

Coût approximatif

CHF 10.– par personne

Renseignements/inscription

Martin Boschung 079 261 48 17

Délai d'inscription

Le 31 décembre

Remarque/descriptif

Initiation au ski de randonnée, ouvert à tous!

Public cible

Membres qui aimeraient tester le plaisir du ski en randonnée.

Prérequis

Savoir skier sur piste, inscription par

e-mail: martinboschung@hotmail.com

Tête à Josué

Dimanche 17 janvier

S2



Lieu et heure de départ

Parking Laniac 7 h 30

Situation/Altitude

L'Étivaz

Itinéraire choisi

Voie normale

Matériel

Matériel de ski de rando complet

Subsistance

Pique-nique du midi

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Castella Alexandre 079 343 32 16

Délai d'inscription

13 janvier

Les courses de la section (suite)

Pic Chaussy

Jeudi 21 janvier

S3



Lieu et heure de départ

Place Majeux à 8 h

Situation/Altitude

Pic Chaussy, alt. 2351 m

Itinéraire choisi

Les Mosses - Pic Chaussy,
dénivelé 1000 m

Matériel

De randonnée à ski

Substance

Pique-nique

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Martial Rouiller 079 176 88 92

Délai d'inscription

Mercredi 20 janvier à 18 h

Le Folly 1730 m et le Mollard 1752 m

Jeudi 21 janvier

WT2



Lieu et heure de départ

Parc Majeux à Bulle à 8 h

Itinéraire choisi

Sonloup - Le Mollard et le Folly

Matériel

Raquettes, DVA, pelle et sonde dans la
mesure du possible

Substance

Pique-nique

Coût

Transport + funiculaire, plein tarif
CHF 10.-, demi-tarif CHF 5.-, pas de
prix AVS

Renseignements/inscription

Antoinette Bussard 026 653 17 43 ou 079
253 45 71

Délai d'inscription

Mercredi à 18 h au 026 653 17 43 ou 079
253 45 71

Remarque/descriptif

Magnifique rando dans un décor hivernal
si dame météo est d'accord

Seydoux PAPETERIE
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



Sortie aux Portes, clair de lune

Vendredi 22 janvier

WT2



Lieu et heure de départ

Parc des Colombettes à Vuadens à 18 h 30

Situation/Altitude

Cabane des Portes 1218 m

Itinéraire choisi

Départ des Colombettes en direction de la Cabane des Portes

Matériel

Raquettes, bâtons, lampe frontale, habits chauds

Substance

Boisson chaude ; une fondue moitié-moitié sera préparée à la Cabane des Portes

Coût approximatif

Env. CHF 20.– pour la fondue, le thé et le café

Renseignements/inscription

Colette Dupasquier 079 697 26 22

Délai d'inscription

Jeudi 21 janvier à 18 h

Flöschhore

Samedi 23 janvier

S2



Lieu et heure de départ

7 h 30 à la piscine de Broc

Situation/Altitude

Flöschhore

Itinéraire choisi

Depuis St Stephan

Matériel

Complet de ski de randonnée

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Francis Grandjean 079 750 16 11

Délai d'inscription

Vendredi 22 à 19 h

Les Merlas depuis le Motélon

Dimanche 24 janvier

S2/S3



Lieu et heure de départ

A préciser la semaine avant

Situation/Altitude

Les Merlas depuis le Motélon ; 1908 m

Itinéraire choisi

Motélon-Leity-Vacheresse, retour par Murs Blancs

Matériel

Standard de randonnée à skis

Substance

Proposition : repas à la Pinte du Pralet après la course

Coût approximatif

Bas (+ le repas)

Renseignements/inscription

Pierre Scyboz, au 026 424 90 52 (le soir) ou par courriel (pierre.scyboz@websud.ch)

Délai d'inscription

Jeudi 21 à 18 h

Les courses de la section (suite)

Ochsen

Jeudi 28 janvier

S3



Lieu et heure de départ

Parc Place Majeux, 8 h

Situation/Altitude

Ochsen, 2188 m

Itinéraire choisi

En boucle, départ de Schwefelbergbad

Matériel

Complet de rando à skis

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Jean-Marc Angéloz 079/7236829

Délai d'inscription

27 janvier à 20 h

Widdergrind-Alpigemäre

Samedi 30 janvier

S3



Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h 30

Situation/Altitude

2104 m

Itinéraire choisi

Depuis Hengst

Matériel

Ski rando (DVA, pelle, sonde, couteaux

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Roland Charrière 079 199 95 32

Remarque/descriptif

7 participants max.

Env. 1200 m de dénivelé

Bürgle massif du Gantrisch

Dimanche 31 janvier

S2



Lieu et heure de départ

Stamm Bulle 7 h 30

Situation/Altitude

2200 m

Itinéraire choisi

Oberi - Gantrischhütte - Morgetepass -

Sommet - retour par chemin de montée

Matériel

Rando - hiver

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Serge Blanc +41 79 213 59 76

Délai d'inscription

30 janvier / 12 h



Grande Dent de Morcles

Dimanche 31 janvier

S3



Lieu et heure de départ

Stamm 6 h

Situation/Altitude

Dent de Morcles 2968 m

Itinéraire choisi

Ovronnaz 1420 m - Dent de Morcles

2968 m. Voie normale, descente par Tête

Noire selon conditions

Matériel

De ski de rando

Substance

Pique-nique pour midi

Coût

Transport voiture

Renseignements/inscription

Christophe Hugonnet 077 452 11 91

Délai d'inscription

28 janvier

Remarque/descriptif

dénivelé 1500 m, alt max: 2968 m,

orientation E

Les Moulins-Mts Chevreuils 1749 m

Jeudi 4 février

WT2



Lieu et heure de départ

Bulle, parc rue Majeux à 8 h 30

Situation/Altitude

Les Moulins-Mt Chevreuils 1667 m

Itinéraire choisi

A voir selon les conditions d'enneigement

Matériel

Raquettes, DVA, sonde et pelle

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Jean-Louis Kolly

079 331 49 53 ou 026 475 15 51

Délai d'inscription

3 février à 18 h

Remarque/descriptif

Course facile, mais assez longue

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)

Wandflue

Jeudi 4 février

S3



Lieu et heure de départ

Parc rue Majeux à 8 h

Situation/Altitude

Préalpes fribourgeoises, 2132 m

Itinéraire choisi

Itinéraire habituel depuis Ablänschen

Matériel

De randonnée à ski, DVA, pelle et sonde, couteaux

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Romain Chofflon

026 411 12 85 / 079 293 41 09

Délai d'inscription

Mercredi 3 février 18 h

Tour du Moléson

Samedi 6 février

S2/S3



Lieu et heure de départ

Stamm de la section, 8 h

Situation/Altitude

Région Moléson

Itinéraire choisi

Moléson - Teysachaux - Vudalla

Matériel

De ski de randonnée

Substance

Tirée du sac

Renseignements/inscription

Benoît Richoz 079 208 08 76

Délai d'inscription

Jeudi soir 4 février

Les Merlas - Le Van

Dimanche 7 février

S2/S3



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Situation/Altitude

Les Merlas, Le Van 1966m.

Itinéraire choisi

Grandvillard - Les Chablets - La Chia -

Les Merlas - Le Van

Matériel

Ski de randonnée et DVA, pelle, sonde

Substance

Pique-nique

Renseignements/inscription

Jean-Claude Mauron 079 710 67 34

Délai d'inscription

Samedi 6 février (midi)

Remarque/descriptif

Environ 1200 m de dénivelé, S2 pour les Merlas - S3 pour le Van



Semaine ski de randonnée seniors 2

Lundi 7 au samedi 12 mars

S2/S3



Une nouvelle fois en 2016, une semaine de randonnée à skis seniors 2 est mise sur pied. Elle aura lieu du lundi 7 au samedi 12 mars, à Unterbäch, haut Valais, hôtel Bietschorn.

Courses à un rythme adapté et dénivelés modestes jusqu'à 800 m par jour.

Groupe limité à 16 personnes.

Quelques places sont encore disponibles.

Inscriptions

Jusqu'au 15 janvier

Chef de courses:

Jean-Marc Angéloz

Renseignements et inscriptions

Suzanne Gremaud

026 912 95 77 ou 079 364 24 66

Semaine de randonnée à ski séniors 1 à San Bernardino

Dimanche 13 mars au samedi 19 mars

S3



Lieu et heure de départ

A définir avec les participants

Situation et altitude

Région San Bernardino

Itinéraire choisi

Courses en fonction des conditions

Matériel

De randonnée à ski, DVA, pelle et sonde

Coût approximatif

Env. CHF 800.-

Responsables de la semaine

Jean-Claude Mauron et Romain Chofflon

Renseignements/inscription

Romain Chofflon,

026 411 12 85 / 079 293 41 09

Délai d'inscription

La semaine est complète. Toutefois, une liste d'attente existe en cas de désistement éventuel d'une personne du groupe.

La semaine dans le Tyrol italien est déplacée

elle aura lieu du 5 au 12 mars, inscription souhaitée avant le 25 janvier.

Infos suivront.

Le chef de courses Francis Dévaud



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.

!!! Avis important pour le ski hors-piste en station !!!

Les Remontées Mécaniques des Alpes Fribourgeoises donnent la possibilité aux randonneurs de pratiquer leur sport le soir sur leurs pistes, sans s'exposer aux dangers générés par les dameuses.

Horaires et possibilités

Lundi

La Berra, le Brand - La Gormanda : 17 h - 22 h 30
Schwarzsee, tout le domaine: 17 h - 22 h 30

Mardi

Jaun, tout le domaine: 17 h - 22 h 30

Mercredi

Charmey, le Ganet: 17 h - 22 h 30

Jeudi

La Berra, le Brand - La Gormanda : 17 h - 22 h 30
Les Paccots, tout le domaine : 17 h - 22 h 30
Moléson, tout le domaine : 17 h - 22 h 30

Vendredi

Charmey, le Ganet: 17 h - 22 h 30



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



Le ski de randonnée sur les pistes



De plus en plus de gens pratiquent le ski de randonnée sur les pistes. Les raisons de cet engouement sont diverses: envie de pratiquer du sport et de faire du ski, protection des domaines skiables contre les avalanches, bonnes conditions pour la descente et possibilité de se restaurer dans une cabane ou une buvette en bonne compagnie. Mais cette nouvelle

tendance est une source de risques et de conflits potentiels. Avec le présent dépliant, le Club Alpin Suisse CAS souhaite attirer l'attention des randonneurs sur les éventuels problèmes et leur donner des conseils afin que leurs sorties sur les pistes de ski se déroulent sans heurts et en toute sécurité.



Seilbahnen Schweiz
Remontées Mécaniques Suisses
Funivie Svizzere

www.seilbahnen.org

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



www.sac-cas.ch



Règles de conduite et recommandations

Conflits, dangers et solutions



Pendant les heures d'ouverture des pistes, il y a danger du fait du **trafic en sens inverse**. C'est pourquoi, pendant la journée, les randonneurs ne doivent utiliser que le bord de la piste et monter en file indienne, pas de front. Ils redoubleront de prudence aux abords des sommets, des passages étroits et des pentes raides, en cas de neige verglacée et lorsqu'ils souhaitent traverser la piste. Les chiens pouvant également poser un sérieux problème, il est interdit de les emmener sur les pistes de ski.



Après la fermeture des remontées mécaniques en fin de journée, les pistes sont fermées. Ensuite intervient la **préparation des pistes, souvent avec l'aide de treuils**. Les minces câbles en acier qui traversent les pistes mettent en danger la vie des skieurs. De leur côté, les engins de damage des pistes, ainsi que les canons à neige, peuvent également être dangereux, p. ex. si des conduites d'eau et d'électricité sont posées au travers de la piste. D'une manière générale, les randonneurs effectuent montées et descentes à leurs risques et périls. Il est impératif de consulter les indications relatives aux pistes, plus particulièrement en ce qui concerne leurs horaires et leur fermeture.



En cas de chutes de neige ou de vent fort, il peut être nécessaire de **déclencher des avalanches** dans les domaines skiables, ce qui met les randonneurs en danger. Ces derniers doivent absolument en tenir compte dans la planification de leurs sorties et respecter les mises en garde.

Les exploitants des domaines skiables investissent beaucoup d'argent afin de créer des conditions de piste idéales pour leurs hôtes payants. Lorsque les randonneurs descendent des **pistes fraîchement damées**, leurs traces peuvent geler et abîmer le damage. Afin d'éviter tout conflit, les randonneurs doivent s'en tenir à la bordure des pistes fraîchement damées, jusqu'à ce que celles-ci soient solidifiées.

Lorsque la couche de neige est insuffisante, les skieurs risquent **d'endommager la couverture végétale et le sol des pistes de ski**. C'est pourquoi les randonnées à ski ne doivent être entreprises que si le manteau neigeux est suffisamment stabilisé, sur les pistes comme en dehors.

Les randonnées en soirée ou la nuit peuvent considérablement **déranger la faune**. Afin de minimiser les perturbations, il est indispensable de respecter les indications d'heure et d'itinéraire destinées aux randonneurs.

Sur les **parkings**, il peut y avoir des problèmes si des randonneurs garent leur voiture sur les espaces réservés aux utilisateurs des remontées mécaniques, qu'ils bloquent des sorties de voiture ou se garent sur des espaces privés. Les randonneurs sont priés de faire preuve de respect et, le cas échéant, de payer leur place dans un parking.

Dans certains lieux de sports d'hiver, des **règlements locaux spécifiques** s'appliquent en plus des règles concernant la randonnée à skis sur les pistes. Prière de vous renseigner aux guichets des remontées mécaniques ou dans les offices du tourisme.

Neuf règles

Les pistes de ski sont destinées en priorité aux utilisateurs des remontées mécaniques!

1 Montées et descentes se font aux risques et périls des randonneurs, qui en assument l'entière responsabilité.
2 N'utiliser que le bord de la piste pour monter (règle FIS n°7). Monter en file indienne, pas de front, et faire attention aux autres skieurs.

3 Attention aux abords des sommets, des passages étroits et des pentes raides, en cas de neige verglacée et de traversée des pistes. Ne pas traverser aux endroits dépourvus de visibilité.

4 Ne jamais emprunter de piste fermée. Respecter les indications sur place, notamment en ce qui concerne les itinéraires.

5 Prudence maximale lorsque les pistes sont préparées. Pour des raisons de sécurité, les pistes de ski sont fermées lors de l'utilisation de treuils. **Il y a danger de mort!**

6 N'utiliser que le bord des pistes fraîchement damées.

7 Être attentif aux dangers, faire particulièrement attention aux avalanches. S'abstenir d'emprunter des domaines skiables où des déclenchements artificiels d'avalanches sont à prévoir.

8 Ne pas emmener de chien sur les pistes de ski.

9 Respecter les réglementations de parcage et payer sa place de stationnement.



Les neuf règles pour les randonneurs empruntant des pistes de ski ont été adoptées conjointement par l'association des remontées mécaniques suisses et le Club Alpin Suisse CAS. Elles sont valables à partir de décembre 2005.



PHOTO: M. P. / VISAGES

Route du Briez 73
1628 VUADENS
026 912 74 75

sports cycles 
dupasquier
vuadens

www.dupasquier-sports.ch

notre
expérience
a choisi
la qualité



Récits de course

Rando et Flore 2015 : escapades dans les Cévennes 3-10 mai 2015



Michel Gremaud est intarissable lorsqu'il s'agit de trouver de nouveaux territoires à arpenter. Cette année, il nous invite à découvrir les Cévennes qui offrent la particularité de vastes plateaux, les causses, perchés à environ 1000 m d'altitude, profondément entaillés de gorges calcaires.

Cap au sud, donc, en ce dimanche 3 mai, vers le printemps méditerranéen, pour atterrir dans un hôtel fort sympathique tenu par Gilles, le non moins sympathique et affable propriétaire des lieux. Lauberge des Douzes se situe un peu en amont du confluent de la Jonte et du Tarn, entre les villages médiévaux de Meyrueis et Le Rozier, flanqués chacun de leur château, de leurs ponts de pierre et de leur église.

La première course au menu consiste en l'exploration des falaises impressionnantes qui surplombent les Douzes. Des sentiers d'entrée très alpins nous emmènent dans un labyrinthe de colonnes calcaires, dont celles au joli nom de « Roches de Franchbouteille », ainsi que par vires et pieds de parois, élégamment sculptés par la patience millionnaire des années géologiques. Ils offrent une vue sur la vallée de la Jonte, dont les flancs inférieurs autrefois cultivés en terrasses sont reconquis par la forêt de chênes verts, de pins et de châtaigniers, enserrant quelques rares hameaux dans un écrin de verdure. Les impressionnants vautours fauves, fort nombreux dans cette région,

surveillent bien les mammifères à deux ou quatre pattes susceptibles de devenir éventuellement un repas de choix. Leurs orbes majestueux donnent au paysage une grandeur inouïe. La boucle du parcours, comme presque toutes celles de la semaine, passe en partie sur le plateau caussenard, plane et boisé, et nous déverse au milieu de l'après-midi dans les falaises des gorges voisines, celles du Tarn, qui avalent la Jonte et sa vallée pour couler plus en aval sous le fameux viaduc de Millau.

Le second jour nous offre un parcours sylvestre dans la vallée plus discrète de la Trévezel. Le sentiment d'échapper à la ville se confirme : les territoires sont vastes et bucoliques, l'empreinte de la civilisation s'y fait douce dans l'unique petit village de Trèves, au départ et à l'arrivée de la boucle. Sinon nous ne voyons que des étendues sauvages, à l'exception d'un hameau avec sa magnifique bastide cévenole. Le printemps se manifeste, en ce jour couvert, par l'éclosion de millions de jeunes feuilles parant les bois de nuances pointillistes du plus bel effet, transmettant un sentiment de renaissance et de fraîcheur.

La troisième course se révèle la plus majestueuse et la plus anachronique. Elle commence par la conquête glorieuse du Mont Aigoual... en voiture, avec près de 50 km de route assumés par Maurice et Albert aux volants. Nous ne manquons pas de

Julbo®

Solaires sport avec
verres Hi-Tech
haute protection

Sans correction
dès 79.-

À votre correction
dès 344.-

Disponibles avec verres pour glacier,
polarisés, photochromiques et haut contraste


fleury
OPTICIENS SA

Grand-Rue 12 - 1630 Bulle
026 919 68 00 - www.fleury.ch




Julbo®

Offre spéciale non cumulable avec autres
avantages ou offres. Selon conditions en magasin.



SUGNAUX
électroménager

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



botaniser même depuis nos sièges : le long de la route sinueuse, s'observent en un endroit précis de nombreux adonis, dont le jaune éclatant des corolles n'échappe à l'œil de personne, mais malheureusement à tous les objectifs photo. Puis la marche s'enchaîne depuis le sommet, par une interminable descente, dans un paysage ensoleillé, toujours boisé jusqu'à l'infini : ah ! que la France est grande ! Quelques jonquilles, puis d'innombrables tulipes sauvages encore fermées suscitent un bel enthousiasme, après les échantillons de Remuzat il y a deux ans. Une pause dans le village cévenol de Valleraugue, au point le plus bas du parcours, avec ses maisons hautes typiques des Cévennes, nous permet de nous requinquer pour attaquer les 4000 marches du sentier éponyme qui remonte sur le mont. Parmi des bois de châtaigniers à la verdure naissante, puis parmi des milliers de tulipes jaunes aux nervures rouges, pleinement épanouies par le soleil de l'après-midi, nous vivons une longue marche exaltante qui nous ramène heureux et fourbus au sommet.

Le causse Méjean fait l'objet de la randonnée du jeudi. L'entrée du parcours commence par le domaine négligé d'un apiculteur dont les cadres des ruches éventrées côtoient un vieux tracteur envahi par la végétation, ainsi qu'un jardin à l'orientale squatté par des statues de Bouddha : sans doute les ravages de la varroa et des modes mystiques ! La montée traverse de nouvelles colonnes de calcaire dans la falaise évoquant d'abord des créatures mythologiques, et plus loin, l'enclume de Vulcain formée par un sur-

plomb géant à la pointe de l'une de ces colonnes. Le plateau offre quant à lui un paysage très graphique : des champs fraîchement labourés dont les sillons suivent les caprices de la topographie et de la géologie ; ils dessinent des formes aux courbes épousant celles de l'horizon ondulé du plateau. Des blés encore verts présentent un contraste saisissant avec les pâturages calcaires avares en herbages, herbages d'ailleurs massacrés par des troupeaux de moutons à l'allure famélique. En certains endroits, la dissolution des calcaires par l'acidité des pluies commence à produire son effet dans les fissures, puis à former franchement un lapié et à dessiner au sol des carreaux évoquant un sol de salle de bain. La pirole à une fleur, vue sur le sentier du retour, constitue le clou du spectacle botanique de la journée.

Vendredi est orageux. Une pluie drue nous surprend au sortir des voitures à la Malène sur le Tarn ; elle nous fait chercher le gîte dans un café, mais l'atmosphère de ce dernier, viciée, nous fait unanimement tousser comme des malades. Après l'eau du ciel, nous fuyons donc l'air du lieu. Nous attaquons un dénivelé continu de 500 m sous les dernières gouttes ; il nous amène au Roc des Hourtous, un autre de ces monolithes naturels si typiques de la région. La suite du parcours passe par un long sentier sur le causse. S'y observent des orchis d'Aymonin, endémiques, et le magnifique limodorum, un orchis sans chlorophylle aux grands pétales rose violet qui se déploient un peu comme ceux d'un glaïeul. L'adret spectaculairement

**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



Montagne Attitude
Votre spécialiste textile
montagne Crazy Idea
Rte de Morlon 11 - 1630 BULLE
www.montagneattitude.ch

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



Ouvert du mardi au vendredi:
9h-12h 14h-18h30
samedi matin 9h-12h



tourmenté de la gorge du Tarn constitue une nouvelle délectation pour les amateurs de paysages sauvages et typés, dont une arche spectaculaire dans la falaise. Le retour en voiture, agrémenté d'une éclaircie alors que nous entrons dans la vallée de la Jonte, nous permet d'apprécier encore la majesté de la géologie locale. Cette dernière ressort de verts boisements luxuriants, et contraste sur fond de blancs nuages tapissant un ciel vespéral bleu intense. Un tableau magique dans nos pare-brise!

La dernière course de la semaine nous emmène dans le Chaos de Montpellier-le-Vieux, autre curiosité géologique formée d'une concentration de monolithes non plus en falaise, mais déployés sur une surface ondulée que nous traversons durant le premier quart du parcours. Les créateurs des alignements de menhirs de Carnac n'ont rien inventé: mère nature s'en charge aussi depuis très très longtemps. Malgré la grisaille du ciel, le site est impressionnant à parcourir, plaisant comme au temps des jeux de cache-cache où l'on imagine des géants qui nous regardent de partout. Plus loin nous nous trouvons nez à nez avec des centaines de vététistes réunis dans la région pour un week-end de grand raid, ce qui contraint notre chef de courses à activer le plan B du jour par une voie de détour. Une route asphaltée remplace donc un sentier forestier, mais comme elle est bordée de fleurs intéressantes, la pilule passe et les cyclistes aussi puisque les voilà contraints par leur concours de remonter par la même voie que nous.

Comme elle est large, nous cohabitons en bonne harmonie avec cette autre espèce d'avalées de dénivelés, somme toute bien sympathiques. La journée se clôt par notre verrée quotidienne sur une terrasse d'un village croisé au retour. Dans la douce lumière de la fin d'après-midi, un groupe visite le petit cimetière des Douzes, perché à 20 min de montée tout en haut du Rocher St-Gervais, avec sa microchapelle offrant un lieu de recueillement intimiste, contrastant avec le café de notre ami Gilles toujours rempli de vie et de rires.

Le festin à 5 plats que nous sert son équipe tous les soirs, avec en prime les histoires de Coucoumélo contées par le patron dans son accent provençal qui fleure bon le sud, nous comble à la clôture de la semaine. Certains ressortent blanchis de tout soupçon d'alcoolémie et Chantal au courant du «secret» de cette fort sympathique auberge.

Sportive plus que de coutume, notre semaine rando comble les amateurs de kilomètres bien cadencés plus que ceux des dénivelés, mais aussi, avec tant de nouveautés et de diversité, les photographes qui arrivent à déclencher plus vite que leur ombre. Grand merci à Michel, cette année à nouveau, pour son enthousiasme et pour les défis qu'il nous permet de relever! Maurice quant à lui n'a pas chômé pour repérer toutes espèces singulières, tels l'ophrys-araignée, le salsifis à feuilles de poireau, l'érine, la platanthère et la céphalanthère, la badasse, l'anthyllide, l'astragale de Montpellier,



La BCF, partenaire de vos loisirs

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



le lin campanulé et le lin jaune, la coronille, la mellite, la sabline à fleur de lin, la petite valériane, et les milliers de pulsatilles, pour en citer quelques-unes... Que ferions-nous sans ses yeux avisés et son savoir botanique, remis à jour en fonction des nouveaux territoires visités! Merci à lui de tout cœur, lui si fidèle au poste! Et vive rando-flore qui nous ramène en terres fribourgeoises en pleine forme, les yeux pleins de la beauté du monde!

Pierre et André

Les participants: Mathilde Auer, Hugues Bosson, Antoine Buntschu, Noelle Chatagny, Suzanne Duffey, Colette Dupasquier, Elisabeth Frossard, Elisabeth et Michel Gremaud, Maurice Gremaud, Albert Marchon, André Pauchard, Pierre-André Perritaz, Marie-Thérèse Remy, Elisabeth Saudou, Roland Scherly, Chantal Streich, Jacqueline Wehren.

Semaine uranaise dans le canton de Berne: (Eh oui météo oblige...)



Pour bien commencer la semaine... je loupe le train à Bulle.

Je tiens à remercier l'équipe qui m'a gentiment et patiemment attendu en gare de Fribourg.

Jour 1: Après un voyage en train, nous prenons le car postal en direction de Rosenloui. Nous débutons par les Gorges du glacier du même nom. Magnifique montée sous le soleil à la Dossenhütte.

Jour 2: Grande descente direction Urbachtal suivit d'une chouette montée à la Gaulihütte. Temps agréable pour marcher, de la pluie uniquement durant la nuit.

Jour 3: Journée un peu plus cool, nous descendons sur Meiringen pour prendre un car postal direction Schwarzwaldalp. Visite d'une ancienne scierie datée de

1896. Le soleil est moins généreux et le temps un peu couvert. Nous montons à la Brochhütte.

Jour 4: Départ pour la Glecksteinhütte en passant par la grande Scheidegg. La montée vertigineuse ne nous a pas empêchés d'admirer les glaciers qui nous entourent. Nous avons profité de quelques éclaircies pour admirer les sommets au-dessus de nous: Wetterhorn, Laubhorn, Schreckhorn, l'Eiger, etc. Le soir, à la cabane, un jeune bouquetin squatte notre terrasse.

Jour 5: Réveil pénible sous la neige, impossible de faire le sommet prévu. Nous prenons la sage décision de descendre en plaine.

Un accueil chaleureux et des repas copieux dans des cabanes perchées sur des rochers au milieu de nulle part, merci aux gardiennes et au gardien.



NEW

Spécialement
destinée à ceux qui
veulent de belles
lignes de poudreuse
loin des remontées
mécaniques

Volume
28L
Poids
1150 g

FREERANDO 28



**OFFRE CAS:
ARVA FREERANDO 28**

CHF **120.-** au lieu
de CHF 159.-

Castella
SPORTS BULLE

Grand Rue 17 - 1630 Bulle
Tél. 026 912 76 47
www.castella-sports.ch

Valable jusqu'au
31-01-2016





Je vais finir mon récit par un poème :
Je mets la main à la plume
La plume dans l'encre
L'encre sur le papier
Le papier dans la lettre
La lettre dans la boîte

Pour te remercier Mathilde. Ton organisation au pied levé était juste magnifique.

Merci à toute l'équipe pour cette semaine inoubliable.

A+ Fabienne

Participants : Mathilde, Nicole, Françoise (2 jours), Georges, André, Moi.

Le Catogne



Samedi 12 septembre 2015, il est 6 h. Au nombre de 5, nous voilà partis pour le Catogne, vous savez cette montagne au-dessus de Martigny que l'on voit déjà depuis Vevey, qui ressemble à une pyramide et qui a mauvaise réputation!!! Quand on entend ceux qui l'ont faite : c'est long, c'est raide, on se casse tout, même le c., bref à faire une fois tous les 20 ans. Eh bien non, l'itinéraire choisi par notre chère Florence, cheffe de course du jour, est tout simplement magnifique. De Champex, 1515 m, belle montée vers le replat du 700e puis direction le sommet 2598m par cette superbe arête non balisée, tantôt rocheuse tantôt herbeuse, où l'on caresse à plusieurs reprises du T5, en passant par le Bonhomme à 2435 m. Par une journée presque sans nuages, où les couleurs d'automne font leur apparition, quelle vue plongeante sur Champex-lac, le val d'Arpette, Orsières, Verbier, etc. ! Et en hauteur, aux premières loges, les massifs du Mont-Blanc et du Grand-Combin, et j'en passe sur ce panorama à 360 °. Mais ne croyez pas que c'est de tout

repos, car dans la descente en passant par le col des guides et ses clochetons, une sente nous attend, plus raide que la justice de Berne. Après quelques dérapages contrôlés, c'est un beau flanc de coteau avec traversée de pierriers et de bosquets d'arolles, avec une petite surprise : remontée de 150 m pour rejoindre le replat de Fratsay. Puis nous rejoignons Champex par le toujours raide sentier de l'Adray. Pour ceux qui aiment les chiffres : 12 km, 1450 m positif, idem négatif en 7 h 15 min. Pour les pas, Mathilde en a compté 24 500. Cette magnifique journée se terminant par une bonne bière sur une terrasse ensoleillée au bord du lac de Champex nous a convaincus qu'il ne faudra pas attendre 20 ans pour repartager ce plaisir avec d'autres.

Votre serviteur André

Les participants : Florence Luy, Mathilde Auer, Colette Dupasquier, Pascal Bonvin et André Charrière