

# CAS section la Gruyère



**Numéro 3**  
**Mars 2016**

<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>	Diverses photos tirées des photos de courses de la section

## Editorial du vice-président

Cher clubiste,

Depuis le printemps passé, en accord avec Francis Van Wynsberghe, nous avons décidé d'organiser les rencontres des nouveaux membres sous un format nouveau. Jusqu'ici, ces rencontres avaient lieu à notre stamm de Bulle, où une rapide présentation de notre section était faite, accompagnée d'un petit apéritif.

En mai 2015, rendez-vous fut donné aux nouveaux membres inscrits à cette sortie sur le parking de la grotte de Grandvillard. But de la journée : la cabane de Bounavaux, à 1620 m d'altitude, au pied du Vanil Noir. Après 2 bonnes heures de marche pour les plus téméraires partant de Grandvillard et une heure pour le groupe parti du parking des Baudes, nous sommes accueillis par les gardiens et Eloi, pour une brève intro-

duction sur l'organisation de notre section, accompagnée d'un verre de bienvenue. La fondue offerte permet ensuite de nourrir tout le monde, même si le fromage fut un peu limite côté quantité (merci à André et Jean-Paul de m'avoir tiré de ce mauvais pas!). Dans l'après-midi, tout le monde redescend en plaine, la peau du ventre pas tout à fait tendue, mais après avoir découvert un nouveau coin pour certains.

Janvier 2016, rendez-vous sur le parking du Stamm pour une petite vingtaine de nouveaux membres. La météo n'est pas terrible et c'est tout à l'honneur des inscrits d'être présents au rendez-vous. Seul deux personnes se sont désistées. Direction le col du Jaun, où tout le monde s'équipe, une première pour certains, avec du matériel flamboyant neuf. Après une bonne heure et demie, en raquettes ou à ski, nous atteignons tous

### Sommaire

Nouveautés pour le site internet	5
Conférence illustrée au stamm	7
Reflets de la section	9
Les cabanes de la section	11

Le Groupement jeunesse	17
Récit Groupement jeunesse	19
Félicitations	21
Et pourquoi pas toi ?	23
Courses de la section	24
Récit de course	34

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



**Notre  
nouvelle  
machine  
est arrivée!**



**Xerox  
Versant 80  
pour mieux  
vous servir!**



# To Print

**L'impression numérique de qualité**

**Magne & Piller**

**BULLE**

Chemin Pauvre Jacques 36 - 1630 Bulle

Tél. 026 912 50 65 - 079 433 31 37

E-mail: [toprint@bluewin.ch](mailto:toprint@bluewin.ch)





la cabane de l'Oberegg, où Eloi et Francis nous accueillent. Comme il reste un peu de temps, nous en profitons pour faire l'aller et retour jusqu'à la croix, histoire de profiter un peu d'une météo moins mauvaise pour un moment. C'est sans coup de soleil, mais avec quelques virages dans une neige pas si mauvaise que cela que nous rejoignons la cabane, pour la petite explication, le verre de vin et notre traditionnelle fondue, cette fois en suffisance. Retour au parking dans l'après-midi pour tout le monde, puis dans les chaumières. Au départ de la cabane, un magnifique ciel bleu nous attendait pour la descente, avant le retour du mauvais.

Alors pourquoi ce changement et ces « minis » récits de courses me direz-vous ? Eh bien déjà, pour le côté actif de ces sorties avec les « nouveaux ». Il me semble important de pratiquer la montagne dès le début avec nos nouveaux membres, chacun à son niveau, comme ont pu s'en rendre compte les participants à ces deux sorties.

Ensuite, il y a les rencontres. En ce qui me concerne, je pense que le souvenir d'une course reste plus profondément ancré dans les esprits qu'un « speech » avec présentation PowerPoint dans notre vénérable stamm, même avec un verre à la main. Je suis persuadé que les échanges se font sur un autre niveau en activité qu'en salle. Et il y a la fondue, à ne pas oublier !

Et pour finir, je souhaite faire découvrir nos cabanes à nos nouveaux membres, même si certains les connaissent déjà. Ainsi ces rencontres des « nouveaux » sont une petite pierre à l'édifice des personnes fréquentant

nos cabanes si précieuses dans le cœur des responsables et des gardiens.

Alors bien sûr, ces deux sorties ne peuvent en aucun cas être considérées comme des « courses », cela n'étant pas le but. Pour cela chacun trouvera chaussure à son pied dans notre carnet de courses. Pour les « nouveaux », il s'agit bien plus d'avoir une activité physique abordable à tous et de découvrir de nouveaux coins en y prenant du plaisir et en rencontrant d'autres personnes.

Permettez-moi pour finir de tirer un petit bilan personnel de ces deux sorties. Déjà, j'ai eu beaucoup de plaisir de rencontrer tous les participants : si à Bounavaux les personnes étaient de tout âge (d'enfants à adultes), ce qui m'a frappé à l'Oberegg, c'est le nombre de membres plus jeunes. Ceci est pour moi un signe fort, prouvant que nous attirons par nos activités tous les âges de notre société. Parmi ces « jeunes » se trouvent à coup sûr des futurs membres actifs et même des futurs chefs de courses. Et pour moi ceci est vraiment génial, car toute société, organisation ou club a besoin de sang neuf afin d'évoluer.

Enfin, je remercie ici les gardiens qui nous ont accueillis à Bounavaux, André, Jean-Paul et les autres personnes présentes, ainsi que Eloi et Francis, mes fidèles compagnons dans mes activités de « Vice ».

Au plaisir de vous rencontrer nombreux, à la prochaine rencontre de « nouveaux », ce printemps.

*Claude Heckly, vice-président de la section*



## **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](http://www.fribourg.amag.ch)

### **AMAG Bulle**

Rue de Vuippens 55, 1630 Bulle  
Tél. 026 916 13 13, [www.bulle.amag.ch](http://www.bulle.amag.ch)

# Nouveautés pour le site internet

Comme annoncé lors de notre assemblée générale, le site internet a été remanié et il est maintenant possible de se connecter comme membre de la section pour obtenir plus d'informations et aussi pour s'inscrire en ligne aux courses de la section.

Pour se connecter à notre site internet : [www.cas-gruyere.ch](http://www.cas-gruyere.ch) en tant que membre vous devez vous inscrire de la manière suivante :

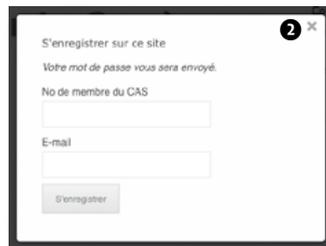
- Cliquer sur la rubrique « s'enregistrer » ❶
- Compléter la nouvelle fenêtre qui s'ouvre avec votre n° de membre (voir sur votre carte de membre CAS) et votre adresse e-mail ❷
- Un e-mail vous sera envoyé avec votre mot de passe que vous pourrez changer ultérieurement.



Dans la rubrique « Besoin d'aide », vous trouvez la marche à suivre complète.

## Inscriptions en ligne

Les inscriptions en ligne sont désormais possibles aux courses pour lesquelles le chef de courses a donné son accord.



La marche à suivre est disponible sous la rubrique « Besoin d'aide » sur la page d'accueil lorsque vous êtes enregistré comme membre.

## Menuiserie Agencement

Denis Risse Sàrl

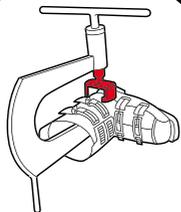


Fenêtres - Portes  
Agencements - Cuisine  
Parquet - Escalier

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

## **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](http://www.Castella-Sports.ch)



026 912 76 47

# Conférence illustrée

## Date à retenir!

**Le 13 avril à 20 h au stamm**

5 ans à vélo sur les routes du monde, une naissance et 15'000 km avec un bébé. Partis en 2010, nous nous sommes lentement transformés en nomades et pas à pas, nous avons emmené notre fille dans cette vie de mouvement. Nous avons goûté aux saveurs de la Syrie, découvert les traditions iraniennes, roulé en Asie Centrale, affronté le froid de la Mongolie en hiver, pénétré le mystère japonais, traversé la Chine d'est en ouest, plongé dans le sous-continent indien. Avec notre fille, nous roulons en Asie du Sud-Est et traversons le désert de Nullarbor en Australie. Des Alpes suisses au Alpes du Sud en Nouvelle-Zélande, nous avons atteint notre destination 50'000 km plus tard.



Notre conférence illustrée: **Des Alpes suisses aux Alpes du Sud** se veut un moment d'évasion et d'inspiration au coeur des Lumières d'Ailleurs. **Chapeau à la sortie**

*Céline Pasche et Xavier Pasche*



Céline Pasche (1982) est anthropologue et accompagnatrice en montagne. Xavier Pasche (1980) est photographe et dessinateur en bâtiment. Depuis 2010, ce couple suisse voyage à vélo dans le monde. En 2013, Nayla, leur fille, est née en Malaisie. Aujourd'hui, ils sont nomades en famille.



La BCF, partenaire de vos loisirs



Banque Cantonale  
de Fribourg

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

simplement ouvert



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)

# Reflets 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 :

**Thérèse Jordan**, maman de Nicolas Jordan, membre ;

**Oswald Schuwey**, membre soixantenaire ;

**Germaine Richoz**, maman de Benoît Richoz, membre ;

**Thérèse Rumo-Chassot**, maman de Gérald Rumo de Farvagny et belle-maman de Sylvie, membres ;

**Mathilde Jordan**, fille de Pierre Jordan, sœur de Ludivine Jordan, membres.

## Activités de janvier

02.01	Oberreg	24
07.01	Monts Chevreuils	12
14.01	Monts Chevreuils	25
17.01	Le Creux (2 fois)	12
21.01	Wispile	25
21.01	Le Molard	9
22.01	Les Portes au clair de lune	15
23.01	Flöshore	13
28.01	Bürgle	11
30.01	Albristhorn	3

## Candidats

**Jungo Sonia**  
Chaumiaux 37 Epagny

**Savary Christophe**  
Le Terdo 21 Gletterens

**Sottas Jonathan**  
Rte de la Vignettaz 25 Fribourg

## Admissions

**Bourquin Freddy**  
Ducenet 18 Villarsiviriaux

**Casabon Julien**  
Chemin du Pâquier 46 Maules

**Charlet Eric**  
Champ-Riond 9 Echarlens

**Courtine Nicolas**  
Porte-d'En-Bas 14 La Tour-de-Trême

**Gentizon Luc**  
Route de la Bataille 11 St-Aubin

**Goulet Joanie**  
Route du Banneret 15 Grandvillard

**Grossenbacher Elodie**  
Erlenweg 96 Bösinggen

**Guillet Elsa**  
Les Arses 14 Charmey

**Heidebrecht Heinrich**  
Rue du Vieux-Pont 76 Bulle

**Oblanca Carmen**  
Rue de la Vudalla 35 Bulle

**Petitjean Brice**  
Chemin Champ-Francey 6 Bulle

**Schoellammer Patrick**  
Route de la Bataille 11 St-Aubin

## Groupement jeunesse

**Rime Lara**  
Rue de Corbières 11 Bulle

**Schouwey Yoann**  
Rte de la Bahy 17 Hauteville

**Tercier Chloé**  
Rue Xavier-de-Poret 15 Riaz



# 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](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)

# Les cabanes de la section

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

## Cabane de l'Oberegg

### **Mars**

- 6 Georgette Aubry, Odette et Léonard Crottaz  
13 Claude Bovigny & Cie  
20 **Libre**  
27 **Pâques**

### **Avril**

- 3 Alex Yerly et Dominique

*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

## Cabane de l'Oberegg

Comme vous l'avez peut-être déjà appris, nous avons décidé après 5 ans pour moi-même et 2 ans pour Gilbert de cesser notre activité en tant que responsables de la Cabane de l'Oberegg. C'est pourquoi nous cherchons à partir de la saison 2016-2017 un ou des responsable(s) pour la cabane.



La cabane de l'Oberegg se trouve au-dessus du Col du Jaun à une altitude de 1818 m. Elle est accessible avec un 4x4 pour le ravitaillement et à 1 heure de marche depuis le col. La cabane est ouverte du dernier week-end d'août au dernier week-end de juin et peut accueillir 40 personnes dans le réfectoire et 12 personnes dans le dortoir.

La cuisine est équipée d'une cuisinière à bois qui sert pour cuisiner et chauffer la pièce. Le réfectoire est équipé d'un poêle à bois et l'électricité est produite par panneaux solaires.

En cas d'intérêt ou de questions, vous pouvez contacter Bernard Bussard au 026 655 17 40 ou 079 740 86 48

*Bernard et Gilbert*

# Seydoux PAPERIE BUREAU SA

Tél. 026 919 62 62  
Fax 026 919 62 63

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

Rue des Ecoles 15  
1635 La Tour-de-Trême

## Sports et Loisirs

Avry-devant-Pont

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

Rte de l'Eglise 19  
026 915 12 42



**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)



Votre sourire, notre métier  
[www.bussard.ch](http://www.bussard.ch)

Grand-Rue 19 Agence immobilière  
CH - 1630 Bulle Roger Bussard SA  
t +41 26 919 80 50 [office@bussard.ch](mailto:office@bussard.ch)  
f +41 26 919 80 59 [www.bussard.ch](http://www.bussard.ch)

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



## Cabane des Clés

### **Mars**

Week-end	05 - 06	Bernard et Christine Bussard, Dodo et Anne-Lyse
Week-end	12 - 13	Christophe et Carole Remy
Week-end	19 - 20	Gérald Rumo, Daniel Schafer
Du ven au lun	25 - 28	<b>Pâques:</b> Henri et Georgette Maillard

### **Avril**

*La cabane des Clés est fermée en avril.*

Réservations, gardiennages: Berset Gilbert et Manuella  
tél: 079 625 17 07 par mail: cle@cas-gruyeres.ch

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



## **Recherche responsable et suppléants**

Chers (es) amis clubistes,  
L'aventure extraordinaire de nos cabanes se poursuit et doit continuer. C'est pourquoi nous sommes à la recherche d'un responsable et de suppléants pour **la cabane des Clés**.

Si vous avez intérêt et motivation à reprendre ce poste, un cahier des charges est à votre disposition. Les responsables en place vous renseigneront sur le fonctionnement et de l'administration de la cabane.

**Entrée en fonction octobre 2016**

### **Pour une prise de contact:**

#### **Préposé aux cabanes**

Eloi bosson  
079 230 58 60

#### **Responsables cabane des Clés**

Manu et Gilbert Berset  
Georgette et Henri Maillard  
Tél. 079 625 17 07



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

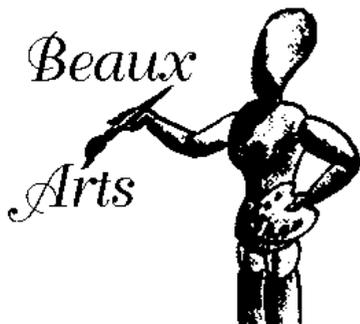
*Assurances & prévoyance*

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**  
a v e n t u r e s

SKI  
BIKING  
RANDO

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 45 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



## Cabane des Portes

<b>Mars</b>	05-06	Vonvon Kolly et J.-Claude Ecoffey
	12-13	Georges Demierre (Pateu)
	19-20	José et Daniel Romanens (Papet vaudois)
	26-27	Nadia Siffert ( <b>Pâques</b> )
<b>Avril</b>	02-03	Myriam Kolly

**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 des Portes

**Samedi 19 mars à partir de 18 h 30**  
**Dimanche 20 mars à partir de 11 h**  
**Week-end « Papet vaudois »**

**Fr. 20.– (café compris)**

**Inscription jusqu'au 14 mars**

Chez José Romanens à Marsens, tél. 026 915 32 29 ou 079 706 50 24.



## Cabane de Bounavaux

*En fermeture hivernale*

**Réservations :** [bounavaux@cas-gruyere.ch](mailto:bounavaux@cas-gruyere.ch) ou au 079 603 68 78

## Cabane des Marindes

*En fermeture hivernale*

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

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

## Cascade de glace

Samedi 5 mars



### Lieu et heure de départ

Stamm à 6 h

### Situation

En fonction de la glace

### Difficulté

Expérience en glace et technique d'assurance requise

### Matériel

Crampons, piolets, broche, dégaines, casque, baudrier, habits chauds

### Substance

Pique-nique

### Coût

Environ CHF 10.-

### Inscription

Alexis Jaquet 079 513 02 27

### Délai d'inscription

1<sup>er</sup> mars

### Remarque

Il est possible que la sortie soit remplacée par du dry, vu les températures de cet hiver...

## Sortie famille - Ski rando

Dimanche 6 mars

S2/S3



### Lieu et heure de départ

Stamm 7 h 30

### Situation et itinéraire

Seront choisis en fonction des conditions du moment

### Matériel

De randonnée à ski

### Substance

Pique-nique

### Coût

Participation aux frais de carburant

### Renseignements/inscription

Illan Manuel 026 912 40 03

### Délai d'inscription

4 mars

### Remarque/descriptif

Pelle, sonde et DVA peuvent être emprunté au GJ. Dépôt de CHF 10.-.

# PILLER & KRATTER SA

chauffage • sanitaire • toitures

1632 Riaz

Tél. 026 912 98 04  
Natel 079 230 50 37

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](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)

## Col du Brotzet

Dimanche 20 mars

AD/S4



### Lieu et heure de départ

Stamm Bulle à 5 h 30

### Situation/Altitude

Le Brotzet, 2709 m

### Itinéraire choisi

Solalex – Anzeindaz – Brotzet –  
Derborence – Pas-de-Cheville – Solalex

### Matériel

Complet de randonnée + piolet et crampons 1 corde

### Subsistance

1 midi

### Coût approximatif

Transport

### Renseignements/inscription

Jean-Bruno Pugin 079 667 12 56

### Délai d'inscription

Jeudi 17 mars

### Remarque/descriptif

Pente à 45°

Course Section et jeunesse

## Récit Groupement jeunesse

### Camp de Noël dans le Kiental

Du 27 au 30 décembre



**Jour 1 :** Dimanche 27.12.2015, 8 h, le stamm: ça commence bien, Adibou a oublié ses peaux. Heureusement son papa est allé chercher tout ça. 10h, le bus VW dérape fortement sur le Glacier du Golderli. L'équipe descend de l'auto afin de la pousser, mais rien n'y fait. C'est finalement le célèbre pilote de rallye, Alex, qui sortira le bus du pétrin. Nous arrivons finalement à l'hôtel sains et saufs. A 11 h, l'expédition commence surtout pour P.V. qui a des soucis matériels. Le temps est superbe, ainsi que la vallée du Kiental, mais le manque de neige fait tache. Puis ce fut au tour de la descente caillouteuse: enlever les skis, remettre les skis, enlever les skis, remettre les skis... Mais ça fait plaisir de skier! Arrivés à la base à 15h30

puis durant 2 heures cours avec les DVA (pendant lesquels certains s'amuse bête ment à brouiller les recherches). Puis, après une partie de cartes extrêmement conviviale, le souper complètement vegan arrive: macaronis de chalet, certes goûteux. Finalement, dodo.

**Jour 2 :** -40° au thermomètre, on hésite à partir, mais bon on vient du sud quand même. On a bien profité de manger, car on n'avait pas de pique-nique. Certaines personnes sont même au point de voler des quignons de pain dans le but de survivre. 9h, départ. Marjolaine, Alexis et Johannes nous rejoignent peu après le départ avec les très demandés pique-niques. Le manque d'eau en revanche fait



ravage chez un malheureux du groupe, ses 3 litres ne lui suffisant pas! Aux alentours de midi, l'équipe se sépare en deux et Colin part avec Johannes à l'assaut d'un couloir au piolet. Montée finale sympathique et arrivée au sommet. Puis, descente de malade mental, c'est une véritable mer de poudre saupoudrée de gentils petits cailloux. Alex donne le rythme avec ses cuisses de «compét». Vers 1500 m, disparition de la neige sous nos pieds, donc on marche. Puis petit exercice avec les DVA où des records de vitesse sont pulvérisés et des centaines de victimes sauvées. Niklas cependant chute malheureusement lors de cet exercice ma foi très technique. La remontée de corde se passe dans la bonne humeur pour tous (enfin... presque tous). Partie de cartes et souper du soir.

Jour 3: Réveil en avance grâce au réveil magique de Baptiste. Déjeuner et départ à l'heure habituelle. Une heure plus tard, début de la partie de plaisir pour P.V. et son matos d'hurluberlu. Les passages des azimuts 1 et 2 se sont bien passés. Mais c'est alors qu'il faut s'équiper de couteaux, car la montée se raidit et c'est un véritable mur que nous avons là. Le groupe se sépare alors en deux puis en trois car P.V. a décidé de déchausser ses skis pour plus de challenge. Le groupe numéro 1, arrivé au sommet entre-temps, redescend pour encourager les retardataires. Au sommet,

Colin était tellement en forme qu'il fit du dry tooling sur les falaises environnantes. Super poudreuse le début de la descente, gravillon pour la fin. Lors du repas, Baptiste, pris d'une crise de rage, décida délibérément d'atomiser deux bouteilles de bière sur une table voisine à l'aide d'un textile corporel. Finalement, une partie enflammée du «Roi d'Angleterre a perdu son chapeau» se déroula pour le bonheur des uns et le malheur des autres, n'est-il pas?

Jour 4: Pas de ski aujourd'hui, mais de la grimpe. En effet, après avoir mangé et tout paqueté, nous nous dirigeons vers les immenses falaises du côté de Därstetten. Mais bon, comme c'était un peu facile, on a par la suite grimpé avec des cailloux dans les sacs. Eh oui, on est une équipe de flibustiers! Mais, vers 14 h, nous devons lever le camp. Arrivée en grande pompe à Bulle. Les basses de la stéréo font vibrer tout Bulle. On décharge tout et c'est alors qu'on se rend compte que c'est déjà la fin de cette magnifique aventure et la retrouvaille de cette bonne vieille Gruyère.

*Rédigé par Baptiste Pugin et Pierre-Vincent Broccard*

**Participants:** Alex, Alexis, Baptiste, Colin, Emilien, Johannes, Marc, Marjolaine, Niklas, Noé, Pierre-Louis, Pierre-Vincent

# Félicitations

## Ski-Alpinisme - Championnat d'Europe et Coupe du monde à Salvan / Les Marécottes



Le Comité et la section CAS la Gruyère s'associent pour féliciter **Remi Bonnet**, membre de notre section, qui s'est illustré lors des récentes compétitions, remportant le titre de vice-champion d'Europe de la discipline individuelle ainsi que la médaille d'argent en course verticale lors de l'épreuve de Coupe du Monde à Salvan / Les Marécottes.

Plusieurs athlètes du Centre régional ouest de ski-alpinisme se sont eux aussi distingués en montant sur les plus hautes marches du podium lors des épreuves de compétitions de championnat d'Europe aux Marécottes ou de la coupe du Monde: **Aurélien Gay, Caroline Ulrich, Mattéo Favre, Fabian Fux, Marianne Fatton, Déborah Chiarello.**

Nos félicitations vont également au **Centre régional ouest de ski-alpinisme, à son président Gérard Spicher dit « Minet », son comité et ses entraîneurs, et à chacun des athlètes**, qui forment un vrai TEAM si important pour l'émulation et la bonne ambiance dans un sport qui demande abnégation, combativité, mais aussi amitié.

N'oublions pas **Baptiste Spicher**, qui fait partie des Espoirs du swiss team de ski-alpinisme et qui s'illustre régulièrement dans les épreuves nationales et régionales.

Bravo à tous pour votre brillante saison, vos excellents résultats et tous nos vœux pour la suite de la saison !

*Chantal Python Nikles, présidente*

# 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

## 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

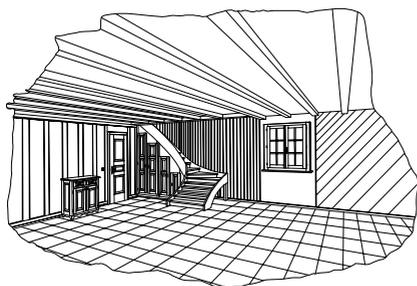
[www.pittetvins.ch](http://www.pittetvins.ch)

# monferini

BULLE

J. MONFERINI S.A.

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



### 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

*Menuiserie - Agencement*

*Eloi Bosson Sàrl*

*1632 Riaz*

*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)

# Et pourquoi pas toi ?

*Oui, pourquoi ne pas t'impliquer un peu plus dans ton activité alpine? Il y a plus de bonnes raisons de faire le pas que de ne pas tenter le coup.*

*Si tu avais encore quelques hésitations, nous allons présenter dans ces prochains bulletins les motivations, les formations de quatre chefs de courses. Voici le premier volet avec Francis Grandjean, 53 ans, résidant à Enney.*



**Quelle formation de chef de courses as-tu suivie? Et quand l'as-tu terminée?**

J'ai fait le cours de chef de courses hiver 1 en février 2014.

**Depuis combien de temps fais-tu de la montagne et depuis quand es-tu au Club alpin?**

Je fais de la montagne depuis l'adolescence et je suis au Club depuis vingt ans.

**Pourquoi avoir décidé de devenir chef de courses?**

Parce qu'on me l'a demandé, mais j'aurais pu me décider il y a longtemps. Mon

engagement dans d'autres activités m'en a empêché.

**As-tu été encouragé à faire ta formation de chef de courses?**

Je dois admettre que j'aurais souhaité recevoir un peu plus de soutien, mais le renouveau arrive avec des gens bien motivés!

**A l'heure où l'on parle toujours plus de sécurité, de responsabilité en cas d'accident, n'as-tu pas de craintes en tant que chef de courses?**

Tout cela a été bien expliqué au cours de formation. Je pense plus à la douleur que j'aurais si un accident devait arriver à la suite d'une erreur de ma part. Nous sommes des bénévoles et, juridiquement, la responsabilité n'a pas les mêmes conséquences que pour un guide de montagne. Beaucoup de choses sont dites à ce sujet sans réellement connaître la réalité.

**La disponibilité qu'implique la fonction de chef de courses te pose-t-elle un problème?**

Aucun. Cet hiver j'ai mis cinq courses au programme. De toute façon, je serai en montagne ces jours-là, avec ou sans engagement comme chef de courses.

**Y a-t-il un âge plus favorable pour être chef de courses?**

Non, un chef de courses propose des sorties en fonction de ses compétences et de ses capacités.



### **Quelles satisfactions as-tu déjà d'être chef de courses ?**

La grande satisfaction est de recevoir un remerciement de la part des participants à la fin d'une course. C'est un plaisir que d'apporter du plaisir. Par ailleurs, les connaissances acquises me permettent aussi d'en profiter lors de mes sorties en privé. De plus, j'apprécie beaucoup les formations continues qui me permettent de progresser.

### **Et si c'était à refaire ?**

J'ai peu de recul, mais ce que j'ai déjà vécu m'enthousiasme.

*Propos recueillis par Florence Luy*

***Pour toute information, n'hésitez pas à contacter nos responsables de courses d'hiver Michel de Techtermann ou de courses d'été Boris Grandjean. Leurs coordonnées se trouvent sur [www.cas-gruyere.ch](http://www.cas-gruyere.ch).***

## **Les courses de la section**

### **Pointe du Tsaté 3078 m**

**Jeudi 3 mars**

**S3**



### **Semaine Tyrol Italie**

**Samedi 5 au samedi 12 mars**

**S3**



Pour ces courses : s'en référer au bulletin de février

### **Semaine de randonnée à ski senior 2**

**Lundi 7 mars au samedi 12 mars**

**S2/S3**



### **Semaine de randonnée à ski seniors**

**Dimanche 13 mars au samedi 19 mars**

**S3**



Pour ces 2 semaines : s'en référer au bulletin de janvier



## **Albristhorn**

**Samedi 5 mars**

S3



### Lieu et heure de départ

Stamm 7 h 30

### Situation/Altitude

Albristhorn 2762 m

### Itinéraire choisi

Par le Färmeltal

### Matériel

Complet de ski de rando  
(DVA, couteaux, pelle, sonde)

### Subsistance

Tirée du sac

### Coût approximatif

Trajet

### Renseignements/inscription

Roland Charrière 079 199 95 32

### Délai d'inscription

Mercredi 2 mars

### Remarque/descriptif

Max 8 participants / env. 1400 m de dénivelés

## **Cape aux Moines**

**Dimanche 6 mars**

S3/S4



### Lieu et heure de départ

Stamm 7 h 30

### Situation/Altitude

Région L'Etivaz Cape au Moine 2352 m

### Itinéraire choisi

Paquier-Mottier - Sazième

### Matériel

DVA, pelle, sonde

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transports

### Renseignements/inscription

Jean-Claude Mauron 079 710 67 34

### Délai d'inscription

Samedi 5 mars (midi)

### Remarque/descriptif

Belle course, alpine dans la dernière partie

# Les courses de la section (suite)

## Région Gd St Bernard

Jeudi 10 mars

S2/S3



### Lieu et heure de départ

Parc rue Majeux à 7 h

### Situation/Altitude

Entre 1927 m et 2900 m

### Itinéraire choisi

En fonction de l'enneigement

### Matériel

De rando, DVA, pelle et sonde, couteaux

### Subsistance

Tirée du sac

### Coût

Du transport

### Renseignements/inscription

Michel de Techtermann 079 245 03 45

### Délai d'inscription

La veille à 18 h

### Remarque/descriptif

Le choix du but ainsi que l'itinéraire sera fait en fonction du temps et des conditions locales.

## Grösse Bäder

Jeudi 10 mars

WT2



### Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 8 h 30

### Situation/Altitude

Grösse Bäder 1661 m

### Matériel

Standard de randonnée à raquettes, DVA, pelle et sonde

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements/inscription

Antoinette Bussard

079 253 45 71 ou 026 653 17 43

ou par e-mail à ant.bussard@hotmail.com

### Délai d'inscription

Mercredi 9 mars à 18 h

### Remarque/descriptif

Ne pas oublier de prévoir CHF 5.- en monnaie pour le parc



**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



CHAUSSURES  
*Waeber*  
BULLE

Grand-Rue 21



## Le Métailler

Samedi 12 mars

S3



### Lieu et heure de départ

Place covoiturage Vaulruz 6 h 30

### Situation/Altitude

Nendaz 3213 m

### Itinéraire choisi

De Siviez par chalet de Chervé

### Matériel

De randonnée à ski (DVA, pelle, sonde)

### Substance

Pique-nique

### Coût approximatif

Env. CHF 35.–

### Renseignements/inscription

Jean-Claude Perroud 079 230 68 35

chef de courses adjoint : Francis Grandjean

### Délai d'inscription

Vendredi 11 mars à 17 h 30

## Région Schoenried

Jeudi 17 mars

S2



### Lieu et heure de départ

Place Majeux à 8 h

### Situation/Altitude

Hornflue, 1940 m

### Itinéraire choisi

Schonried - Hornflue

### Matériel

De randonnée à ski (DVA, pelle, sonde)

### Substance

Pique-nique

### Coût approximatif

Transport

### Renseignements/inscription

Martial Rouiller 079 176 88 92

### Délai d'inscription

Le mercredi 16 mars à 18 h

## Pointe des Grands

Samedi 19 mars

S3



### Lieu et heure de départ

Stamm, 6 h 30

### Situation/Altitude

3101 m

### Itinéraire choisi

Montée : Départ Trient Le Peuty 1328 m

- Chalet du Glacier - Pte des Grands

Descente : selon les conditions

### Matériel

Complet de randonnée à ski

### Substance

Pique-nique tiré du sac

### Coût

Transport

### Renseignements/inscription

Par e-mail :

privateniklespython@hotmail.com

### Délai d'inscription

16 mars à 18 h

# Les courses de la section (suite)

## Col du Brotzet

Dimanche 20 mars

AD/S4



### Lieu et heure de départ

Stamm Bulle à 5 h 30

### Situation/Altitude

Le brotzet 2709 m

### Itinéraire choisi

Solalex – Anzeindaz – Brotzet –  
Derborence – Pas-de-Cheville – Solalex

### Matériel

Complet de randonnée + piolet et cram-  
pons 1 corde

### Subsistance

1 dîner

### Coût

Transport

### Renseignements/inscription

Jean-Bruno Pugin 079 667 12 56

### Délai d'inscription

Jeudi 17 mars

### Remarque/descriptif

Pente à 45° Course Section et jeunesse

## Alpiglenmäre

Jeudi 24 mars

S3



### Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 8 h ou Le Mouret centre  
sportif 8 h 20

### Situation/Altitude

Région Gantrisch, 2070 m

### Itinéraire choisi

Depuis Hengst

### Matériel

De randonnée à ski, DVA, pelle et sonde

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements/inscription

Romain Chofflon

026 411 12 85 ou 079 293 41 09

### Délai d'inscription

Mercredi 23 mars 18 h

## Hauterive

Vendredi 25 mars

S3



### Lieu et heure de départ

La Tuffière à 13 h

### Situation

La Tuffière – Hauterive (couvent 30 min.)  
– La Tuffière

### Itinéraire choisi

Aller par la rive droite, retour par la rive  
gauche

### Renseignements/inscription

Norbert Seydoux

079 695 47 80 ou 026 912 55 65



## La Maya

Vendredi 25 mars au samedi 26 mars

S2/S3



### Lieu et heure de départ

6 h 30 place de covoiturage à Vaulruz

### Situation/Altitude

2983 m

### Itinéraire choisi

Suen – Tsalet d'Eison – Cabane des Becs de Bosson

### Matériel

De randonnée à ski

### Substance

Pique-Nique

### Coût approximatif

Environ CHF 100.–

### Renseignements/inscription

Jean-Claude Perroud 079 230 68 35

### Délai d'inscription

Jeudi 10 mars

## Albristhorn

Jeudi 31 mars

S2/S3



### Lieu et heure de départ

Place rue Majoux à 7 h

### Situation/Altitude

Simmental 2762 m

### Itinéraire choisi

De Gruebe par le flan Nord

### Matériel

De rando, DVA, pelle, sonde, couteaux

### Substance

Tirée du sac

### Coût

Transport

### Renseignements/inscription

Michel de Techtermann 079 245 03 45

### Délai d'inscription

Le mercredi 30 mars à 12 h

### Remarque/descriptif

Belle course avec un passage technique

## Tournalon Blanc

Samedi 2 avril au dimanche 3 avril

S3



### Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

### Situation/Altitude

3700 m

### Itinéraire choisi

Depuis Fionnay (1500 m) par la cabane FX Bagnoud (2640 m)

### Matériel

De ski de rando et glacier

### Substance

Pique-nique pour 2 jours

### Coût approximatif

Transport et cabane, soit env. CHF 120.–

### Renseignements/inscription

Florence Luy 079 293 53 08

### Délai d'inscription

18 mars

# Les courses de la section (suite)

## Corminbœuf - Payerne

Jeudi 7 avril

T1



### Lieu et heure de départ

Bulle : parc Majeux 7 h 30  
Corminbœuf : parc terrain de foot 8 h

### Situation/Altitude

Corminbœuf - Payerne

### Itinéraire choisi

Etape du chemin de Compostelle

### Matériel

Randonnée, bonnes baskets

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport Bulle - Corminbœuf  
+ train retour

### Renseignements/inscription

Jean-Louis Kolly 0793314953

### Délai d'inscription

Mercredi 6 avril à 18 h

### Remarque/descriptif

Rando de pèlerins de 20 km

## Iffighore

Jeudi 7 avril

S3



### Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 7 h 30

### Situation/Altitude

Région La Lenk, 2378 m

### Itinéraire choisi

Depuis Pöschenried

### Matériel

De randonnée à ski, DVA, pelle et sonde

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements/inscription

Romain Chofflon  
026 411 12 85 ou 079 293 41 09

### Délai d'inscription

Mercredi 6 avril 18 h

### Remarque/descriptif

S3, dénivelé 1100 m

**Schorderet** SARL

chauffage solaire sanitaire

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

**Boissons  
Corboz**  
S.A.

POUR VOUS

UNE ENTREPRISE  
UNE ÉQUIPE  
UN SERVICE  
UNE PASSION

VINS, BIÈRES, SPIRITUEUX, BOISSONS SANS ALCOOL

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

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



Montagne Attitude  
Votre spécialiste textile  
montagne Crazy Idea  
Rte de Morlon 11 - 1630 BULLE  
[www.montagneattitude.ch](http://www.montagneattitude.ch)

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

**MONTAGNE**  
attitude

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

# Les courses de la section (suite)

## Dammastock

Vendredi 8 avril au lundi 11 avril

S4



### Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h

### Situation/Altitude

Dammastock 3630 m, Tieralplistock 3383 m

### Itinéraire

Depuis le Susten par la Tierberglühütte (1<sup>er</sup> jour), montée à la Trifthütte (2<sup>e</sup> jour), sommet et retour à la Trifthütte (3<sup>e</sup> jour), Tieralplistock et descente sur la Gelmersee (4<sup>e</sup> jour)

### Matériel

De ski de rando et glacier

### Subsistance

Pique-nique pour 4 jours

### Inscription et renseignements

Auprès de la cheffe de courses, Florence Luy au 079 293 53 08. Adjoint-chef de courses: Roland Charrière

### Coût approximatif

Transport et cabanes, soit env. CHF 300.–

### Délai d'inscription

Vendredi 18 mars

## Mont Rose

Lundi 11 avril au vendredi 15 avril

AD/S4



### Lieu et heure de départ

CO2, La Tour, 7 h

### Situation/Altitude

Suisse/Italie entre 2000 et 4000 m

### Itinéraire

Boucle

### Matériel

Ski et alpinisme

### Subsistance

Pique-nique pour midi (demi-pension en cabane)

### Chef de courses

Boris Grandjean

### Coût approximatif

Transport + remontée mécanique + demi-pension en cabane  
CHF 300.– et € 200.–

### Délai d'inscription

Lundi 28 mars

### Remarques/descriptif

6 personnes

Voie Hohl



## Via ferrata Moléson

Accès gratuit

à tous les membres

de la section «La Gruyère»



PHOTO: M. P. / VISUM

Route du Briez 73  
1628 VUADENS  
026 912 74 75

sports cycles   
**dupasquier**  
vuadens

www.dupasquier-sports.ch

notre  
expérience  
a choisi  
**la qualité**



# Les courses de la section (suite)

## Découverte de la Chartreuse

Jeudi 26 au dimanche 29 mai

T3/T4



### Lieu et heure de départ

Stamm 7 h

### Situation/Altitude

Massif de la Chartreuse, sommets situés entre 1500 m et 2100 m

### Itinéraire

Quelques sommets possibles: Mont Granier, Grand Som, Dent de Crolles, Roche Veyrand, Pointe de Gorgeat

### Matériel

De randonnée pédestre

### Subsistance

Pique-nique et boisson. Boulangerie, boucherie et petite épicerie au village.

### Inscription et renseignements

Auprès de la cheffe de courses: Lise Ruffieux 026 913 11 68 ou de la cheffe adjointe: Colette Dupasquier 079 697 26 22

### Coût approximatif

€ 165.- (pour 3 nuits en chambre double ou triple avec demi-pension) + transports

### Délai d'inscription

30 mars (délai d'inscription très tôt en raison de la réservation de l'hôtel)

### Remarques/descriptif

Le choix définitif des sommets et itinéraires se fera en fonction des conditions météo, entre 5 et 7 h 30 de marche par jour. Nous logerons au Relais du Grand Som à Saint-Pierre d'Entremont situé à 650 m d'altitude.

## Récit de course

### Le Catogne 2598 m

12 septembre 2015



*Il y a déjà eu un récit de course pour cette sortie, mais je ne peux m'empêcher de publier aussi celui-ci, tant la vision des choses est différente, par conséquent la lecture de ce récit s'en trouve tout aussi intéressante!*

Le sommet du Catogne est un merveilleux point de vue, mais il se mérite. Pour l'avoir gravi depuis Champex-d'en Bas, le nez dans le talus durant 600 m de montée dans un couloir malcommode, je m'étais dit, c'est bon une fois ça suffit. A moins

qu'un itinéraire plus intéressant me soit proposé!... Eh bien oui, cet itinéraire, il existe, par l'arête SE et Florence, notre cheffe de courses, nous y a amenés en ce samedi d'automne ensoleillé. Partant de l'Adray, les premiers 300 m de montée entre forêt et couloir d'éboulis nous permettent un échauffement efficace. Arrivés sur l'arête, le plaisir commence. On se croirait dans un paysage méditerranéen, entre gradins rocheux faciles et buissons odorants, nous cheminons tout en admi-

**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](http://www.fleury.ch)



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



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

Ch. de la Pépinière 56

1630 Bulle

T 026 912 92 42

N 079 285 04 76

F 026 912 92 41

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

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



rant la vue sur l'arête effilée de La Li Blanche devant nous, la Vallée d'Orsières à notre droite et le Vallon de Champex à notre gauche. Gentiment nous arrivons au col, d'où nous ne manquons pas d'aller dire bonjour au Bonhomme, un vrai belvédère. Reprenant notre cheminement, l'arête, de plus en plus effilée et requérant quelques jolis pas d'escalade aérienne, nous amène à la Pointe des Chevrettes. Pas évident de trouver le bon itinéraire, mais notre cheffe de courses connaît son domaine et nous y amène en toute confiance. Une pause méritée nous permet de lever le nez et d'admirer à nouveau le magnifique panorama alentour et de découvrir au loin la croix du sommet du Catogne. Nous n'y sommes pas encore. Une légère descente plutôt abrupte, pas la première ni la dernière, à nouveau le fil de l'arête avec des dalles qui méritent toute notre attention, et nous rejoignons, pour les derniers mètres, le sentier normal qui nous amène au sommet. Environ 4 heures de montée et nous n'avons pas vu passer le temps, tant ce parcours est intéressant et ludique. Une bonne pause nous permet d'apprécier la vue panoramique à 360° de l'entrée du Bas-Valais au massif des Combins. Le Mont-Blanc préfère se cacher derrière une barrière nuageuse, mais qu'importe, la chaîne du Chardonnet au Mont Dolent s'offre à nous dans toute sa splendeur.

La descente, tout d'abord en ligne directe le long d'une barre rocheuse, met quelque peu à mal les genoux sensibles. S'ensuit une longue traversée jusqu'au Plat de Fratsay qui nous permet d'évaluer la distance parcourue sur l'arête, tout ça pour se retrouver

à peine 50 m plus bas que le début de la traversée! L'esprit plus libéré qu'à la montée donne l'occasion à nos mathématiciens de faire de savants calculs et d'avancer de savantes théories sur le résultat des descentes à la montée et des montées à la descente! Conclusion... si le point de départ et d'arrivée est identique, le dénivelé négatif doit être égal au dénivelé positif, même si les itinéraires de montée et de descente sont différents! Cette constatation se vérifiera sans équivoque grâce à la T-Touch, la montre indispensable à l'alpiniste aguerri qui permet de lire toutes sortes d'informations importantes en montagne, et accessoirement l'heure exacte, sans lunettes. C'est le top, non? Une dernière descente dans les arrolles, aussi raide que la montée initiale, nous ramène à l'Adray tout en dissertant sur des sujets hautement philosophiques, ce qui a pour avantage de ne pas voir passer le temps à la descente non plus.

Merci Florence pour cette superbe randonnée, variée à souhait, un vrai cadeau. Et surtout bravo pour l'organisation jusque dans les moindres détails y compris la météo que tu as réussi à convaincre de rester au beau fixe alors qu'en début de semaine elle s'annonçait très pessimiste.

**Les participants:** Florence, cheffe de courses, Colette, André, Pascal notre photographe de service, et Mathilde la rapporteuse heureuse.

Visionnez les photos sur notre site : [www.cas-gruyere.ch](http://www.cas-gruyere.ch) > courses > photos de courses



**VOTRE  
ÉQUIPEMENT  
DE SKI RANDO**



Photo : areaphoto.it



**Castella Sports SA**  
Grand Rue 17 - 1630 Bulle



[www.Castella-Sports.ch](http://www.Castella-Sports.ch)

# !!! 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

### **Jedi**

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



## **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.

GRUYERE  
**PARAPENTE**  
.CH

Vol biplace au Moléson

## Ecole de parapente

Bons Cadeaux  
Vols Biplace  
Formation  
Voyages  
Matériel

+41 79 379 28 17 | [www.gruyere-parapente.ch](http://www.gruyere-parapente.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.vanwynsberghe@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): .....