

CAS section la Gruyère



Numéro 10/11
octobre/novembre
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	Photos tirées lors de courses du club (voir notre site, sous « photos » « Picasa »)

Invitation

Tous les membres du CAS de la Gruyère sont cordialement invités à l'

Assemblée Générale

le samedi 10 décembre
aux Halles à Bulle à 17 heures.

Plus de précisions et modalités d'inscription suivront
dans le bulletin du mois de décembre.



Visitez notre
Vinothèque

Du Lu a.m. au Sa. matin



Sommaire

Reflets de la sections	3	Le Groupement jeunesse	13
Activité au stamm	3	Programme des courses 2017	19
Les cabanes de la section	5	Courses de la section	21
		Récit de course	34

Impression d'après vos photos fournies au TIFF, PSD ou JPG

CALENDRIERS PERSONNALISÉS

Nous vous envoyons une épreuve par e-mail au format PDF

Calendrier A3



1 pièce
Fr. 14.-
Dès 3 pièces
Fr. 10.-/pce

1 page = 1 année

1 photo

Papier couché 300 g/m²

Calendrier A3



1 pièce
Fr. 34.-
Dès 3 pièces
Fr. 27.-/pce

13 pages

13 photos (1 couv. + 12 mois)

Papier couché 250 g/m²

Anneaux métalliques + crochet

Calendrier A3

(ou A4)



1 pièce
Fr. 29.-
Dès 3 pièces
Fr. 23.-/pce

13 pages détachables

13 photos (1 couv. + 12 mois)

Papier couché 200 g/m²

Collé en tête + trou pour suspension

Calendrier A3 (2 A4 oblongs)



1 pièce
Fr. 34.-
Dès 3 pièces
Fr. 27.-/pce

26 pages

13 photos (1 couv. + 12 mois)

Papier couché 200 g/m²

Anneaux métalliques au centre + trou pour suspension

Calendrier de table



1 pièce
Fr. 34.-
Dès 3 pièces
Fr. 27.-/pce

Calendrier de table

13 photos (1 couv. + 12 mois)

Papier couché 170 g/m²

Anneaux métalliques en tête

carton 400 g/m² comme support

Avec bandeau pub (21 x 15 cm)

Sans bandeau pub (21 x 10 cm)

Envie d'en offrir à toute la famille ? Pas de soucis ! Quand la quantité augmente, les prix descendent !

Vous nous fournissez vos photos, on s'occupe du reste !

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

N'HÉSITEZ PLUS !

Ch. Pauvre Jacques 36
1630 BULLE

Tél. 026 912 50 65
toprint@bluewin.ch



Reflets de la section

Date	But	Participants
04.08	Gleicksteinhütte	26
06-07.08	Hockenhorn	6
11.08	Dent de Combette	15
12-13.08	Sidelhorn	9
17.08	Passeport vacances	9
18.08	La Tzoumaz/ Croix de Cœur	23
20-21.08	Alphübel	8
25.08	Le Grammont	21
27-28.08	Les Weissmies	10
27-31.08	Les Alpes Uraïnaïses	4

Vernizzi Christophe

Route du Riez 5 Bouloz

Risse Lucas

Chemin Pré-Vert 5 Bulle

Risse Simon

Chemin Pré-Vert 5 Bulle

Ansermet Virginie

Route de l'Ecole 4 Mènières

Berset Jean-Daniel

Route de Sommentier 70 Sommentier

Brogli Muriel

Rte de Thierrens 10 A1 St-Cierges

Gabriel David

Impasse du Pré-de-l'Eglise 6 Rossens

Maillard Anne

Route du Nord 3 Marly

Pont Frederic

Rue de la Léchère 57 Bulle

Rudaz Michèle

Rte du Carmel 6 Le Pâquier/Montbarry

Seydoux Isabelle

Chalamala 17 Bulle

Activité au stamm

Magie de la chasse

Ronny Mast est un chasseur... d'images et ce qu'il nous rapporte de ses « battues » est juste incroyable ! Après avoir visionné son film sur la chasse, notre vision de ce sport s'en trouve bien changé, en bien ! Il viendra nous présenter son nouveau film le

30 septembre prochain à 20 h au stamm

Le bar sera ouvert avant et après la projection !

Chapeau à la sortie!



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

Avis important

Si l'envie de prendre un week-end ou une semaine de gardiennage dans une de nos cabanes vous titille, vous pouvez vous référer au site **des cabanes** où vous pourrez voir les disponibilités et, le cas échéant, vous inscrire par mail à la cabane choisie.

Notre site <http://www.cas-gruyere.ch/wp/> après vous cliquez sur la cabane de votre choix et vous trouverez le calendrier et l'adresse mail.

Grand merci par avance !

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

Le Souper des « Barmens »

aura lieu le

samedi 5 novembre

**au Café-Restaurant de la Couronne
à Sâles (Gruyère)**

Animation par l'orchestre JEM-GREVIRE

Vous êtes cordialement invités.

L'apéritif sera servi dès 19 heures, il sera suivi du repas.

Inscription : Eloi Bosson 079 390 18 84 ou par mail eloi.bosson@websud.ch



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



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



#Chaussures



#SurMesure



ESPACE
DU PIED.ch

Meilleure répartition des appuis

Meilleure stabilité

Diminution de la fatigue musculaire

Réalisation de
semelles sur
mesure

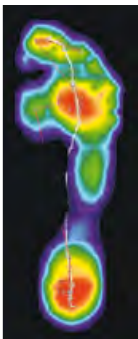
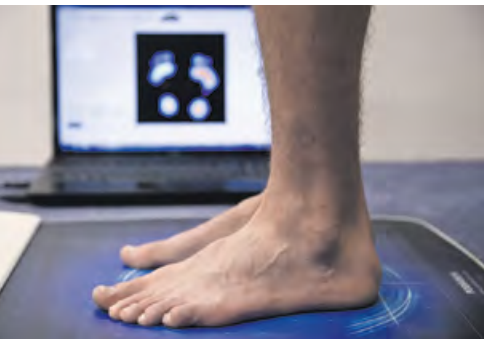
Analyse vidéo sur
tapis à capteurs
de pression

Conseils
personnalisés

Prestations sur rendez-vous :



026 913 70 00





Cabane de l'Oberegg

Octobre	2	Georgette Aubry, Odette et Léonard Crottaz
	9	Georgette et Henri Maillard
	16	Nadia Siffert
	23	Maillard, Bobonne et Babar
	30	Christine et Bernard, Otto, Dodo
Novembre	6	Eric Sudan
	13	Denyse Dupasquier, Denis Bossel, Mireille Bela
	20	Colette et Nicolas Dupasquier
	27	Libre
Décembre	4	Dominique Menoud et René Vallélian
	11	Jacques Menoud, Daniel Prélaz, Marc Jaquier, Roland Cettau
	18	Libre
	25-26	Libre
Janvier	8	Eloi Bosson

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

Le nouveau responsable : Raphaël Pipoz 079 816 88 57

Cabane des Clés

Samedi 1^{er} octobre

Midi dès 12 h 30 et le soir dès 18 h

Risotto

Inscriptions recommandées
auprès de mathilde-auer@bluewin.ch
ou au 079 657 97 92



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.



ENVIE DE DONNER

UNE NOUVELLE DIMENSION

A VOS RANDONNEES

Obtenez votre licence parapente dans notre école du Val-de Charmey,
spécialiste des randos-vols*

www.anemos-parapente.ch / +41 79 765 71 57

*montée en randonnée accompagnée et descente en parapente



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 Clés - Responsable et suppléants

Chers, chères ami(e)s 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 un intérêt et de la motivation à reprendre ce poste, un cahier des charges est à votre disposition. Les responsables en place ou le préposé aux cabanes vous renseigneront sur le fonctionnement et l'administration de la cabane.



Entrée en fonction octobre 2016

Pour une prise de contact:

Préposé aux cabanes

Eloi Bosson

Tél. 079 390 18 84

Responsables cabane des Clés

Manu et Gilbert Berset

Georgette et Henri Maillard

Tél. 079 625 17 07

Cabane des Clés

Octobre	Week-end	1 ^{er} et 2	Mathilde Auer
	Week-end	8 et 9	Roland Dervey
	Week-end	15 et 16	Géraldine Demarle et Sandrine Decraene
	Week-end	22 et 23	Léonard et Odette Crottaz
	Week-end	29 et 30	Gilbert et Manuella Berset, Henri et Georgette Maillard

La cabane des Clés est fermée en novembre. La date d'ouverture sera communiquée dans le bulletin de décembre.

Réservations, gardiennages:

Berset Gilbert et Manuella, tél. 079 625 17 07 ou e-mail: cles@cas-gruyere.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 réservation ou de gardiennage 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



La vie vous réserve plein de belles surprises

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

Nous organisons votre sortie en Gruyère.

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

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

* Certifié: Safety in Adventures



Gruyère Escapade Sàrl :: 1661 Le Pâquier :: 026 921 39 94 :: www.gruyere-escapade.ch



«EXPRIMEZ VOS IMPRESSIONS»

COMMUNIQUEZ VOS IDÉES PAR DES IMPRESSIONS DE QUALITÉ



glasson
printbulle

www.glassonprint.ch

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



Cabane des Portes
Journée Bouilli
Dimanche 30 octobre
Apéro offert dès 11 h 30
Prix : CHF 25.–
(dessert et café compris)
Animation avec Les Amis du Cousimbart
Inscription jusqu'au 22 octobre
chez Joël Bach au 077 409 18 36.

Cabane des Portes

Novembre	5 – 6	Jean – François Vienny
	12 – 13	Clotilde et Stéphane Romanens
	19 – 20	Vonvon Kolly
	26 – 27	Joël Bach
Décembre	3 – 4	Georgette et Henri Maillard
	10 – 11	Serge Dupasquier
	17 – 18	Stéphane et Clotilde Romanens
	24 – 25	Libre
	31 – 1 ^{er}	Joël Bach

Réservations gardiennages : chez Joël Bach tél. 077/ 409 18 36.

Le gardiennage débute le samedi à 14 h et se termine le dimanche à 16 h.

Sports et Loisirs *Avry-devant-Pont*



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

Rte de l'Eglise 19
026 915 12 42

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

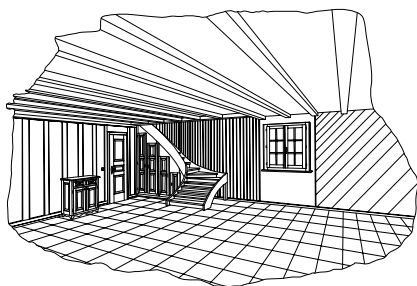
www.pittetvins.ch

monferini

BULLE

J. MONFERINI S.A.

Constructions 026 912 82 68
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



Cabane des Marindes

Octobre

Semaine 25 au 1^{er} Hayoz Pierre-Alain
Sa – di 1 et 2 Dénervaud Eric et Florence - **Fermeture**

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

Cabane de Bounavaux

Septembre

Semaine 25 au 1^{er} Musy François - **Présence de chasseurs**

Octobre

Sa – di 1^{er} et 2 **Fermeture - équipe**

Responsables: Evelyne et André Dubath

Pour un gardiennage ou des réservations:

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

Le Groupement jeunesse

Escalade longue voie style alpin

Dimanche 9 octobre (*Changement de date*)

D, 5a



Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

Situation/altitude

Pain de Sucre, Grand-St-Bernard

Itinéraire choisi

Arête SE, Zuccherò

Matériel

Baudrier, casque, dégaines, mousquetons à vis, sangles, descendeur/reverso, quelques friends, chaussures d'alpi.

Subsistance

Pique-nique et boissons

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Florence Nikles,
flonikles@gmail.com ou 079 479 72 75

Délai d'inscription

Dimanche 2 octobre

Remarque/descriptif

Jolie course d'escalade alpine avec possibilité de poser de l'équipement soi-même



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



Plaisirs partagés



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

ECOSA
EBENISTERIE • AGENCEMENT DE CUISINES

LES CUISINES COMPLICES

Le Groupement jeunesse (suite)

Vanil Noir

Dimanche 9 octobre

T3



Lieu et heure de départ

Stamm 8 h 30

Situation/Altitude

Vanil Noir au-dessus de Grandvillard

Itinéraire choisi

Via Bounavaux ou les Marindes

Matériel

De randonnée, bons souliers de marche

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Alexandre Castella 079 343 32 16

Chef de courses adjoint

Qui se lance?

Délai d'inscription

Mercredi 5 octobre

Remarque/descriptif

Course jumelée avec la section

Escalade dans le sud

Du lundi 24 au samedi 29 octobre

5 à 8c



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Situation/altitude

Finale en Italie (entre Gênes et Marseille)

Itinéraire choisi

Camp d'automne ouvert aux personnes maîtrisant au minimum le degré 5

Difficulté et cotation

A partir de 5 jusqu'à 8 c. Possibilité aussi de faire des longues voies.

Matériel

Une liste sera communiquée aux participants

Subsistance

Pique-nique du premier jour

Coût approximatif

CHF 250.- environ, un décompte précis sera effectué à la fin du camp

Renseignements/inscription

Chez Alexandre au 079 343 32 16 ou inscription sur le site [alpiniste.ch/camp d'automne](http://alpiniste.ch/camp-d'automne)

Délai d'inscription

Mercredi 12 octobre

Remarque/descriptif

Cette année nous irons à Finale. Ce site n'est pas vraiment idéal pour les débutants, c'est pourquoi il est demandé aux participants de maîtriser les bases de l'escalade. Là-bas nous logerons sous tente. Au plaisir de vous rencontrer. Arrivederci!

23 août 2016
Communiqué de presse «Cuisine Sauvage»

alpines museum
alpines museum
alpines museum
alpines museum
alpines museum

BIWAK#17

CUISINE SAUVAGE. UNE EXCURSION CULINAIRE À TRAVERS LES ALPES

Pur plaisir, enjeu de santé, tendance ou philosophie de vie ? Le Musée Alpin Suisse consacre sa nouvelle exposition du cabinet « Biwak » à la cuisine sauvage, du 1er septembre 2016 au 8 janvier 2017.

Étalages de plantes aromatiques, pousses de légumes et asperges marinées, gelées de fleurs, vins de fruits, liqueurs, compotes, racines, sauces de fruits sauvages : Biwak#17 se transforme en garde-manger à parcourir. Au cœur de l'exposition, quelque 500 bocaux à conserver. Ils ont été garnis de plantes sauvages récoltées dans l'espace alpin, préparées et conservées selon les savoirs traditionnels. C'est l'œuvre de l'Autrichien Michael Machatschek, économiste paysagiste, expert des populations végétales, et d'Elisabeth Mauthner, conseillère en santé humaine.

Il y aura six postes d'écoute, où vous pourrez entendre les plus célèbres cuisiniers et cuisinières « sauvages » Meret Bissegger, Maurice Maggi, Kevin Nobs, Violette Tanner et Stefan Wiesner. Ils vous expliqueront leur philosophie de récolte, de préparation et de dégustation. Vous apprendrez ainsi que tout, s'utilise chez l'épicéa, dont on peut même faire du vinaigre à partir du charbon de bois. Les genres culinaires vont de la cuisine sauvage sous les étoiles à la médecine sauvage en passant par la cuisine sauvage urbaine, végétarienne ou enseignée aux enfants. On apprend alors que la collecte de plantes sauvages n'est pas nécessairement limitée aux paysages naturels classiques. Voyez Maurice Maggi. Jardinier voltigeur et cuisinier : il s'est spécialisé dans la collecte de plantes en milieu urbain, suivie de tablées qu'il organise dans l'environnement de la ville. En appoint à l'exposition Biwak, il animera un atelier où les habitants de la ville de Berne se verront proposer une balade virtuelle parmi les trésors comestible de leur cité (voir encadré).

La recherche de nourriture, un luxe

Christine Brombach fait de la recherche en science de l'alimentation. Elle note que la vogue de la cuisine sauvage s'observe en Suisse depuis cinq à dix ans. La cuisine aux herbes sauvages exige des connaissances étendues, et surtout du temps pour la collecte en nature. C'est ainsi que la cuisine sauvage devient aussi un luxe ; elle permet de combler une nostalgie d'expérience unique à l'époque des étals débordants, des goûts standardisés et des processus de production découplés des circuits naturels. La relation personnelle à la terre nourricière permet de se détacher d'un monde toujours plus numérisé. Mais aussi : les plantes sauvages n'entreront jamais dans le courant général des échanges et de la consommation. Parce que dès le moment où elles sont cultivées, ce ne sont plus des plantes sauvages.

Le projet Biwak#17 « Cuisine sauvage » a été réalisé en collaboration avec l'exposition nationale du Land de Niederösterreich.

Alpines Museum der Schweiz | Musée Alpin Suisse
Museo Alpino Svizzero | Swiss Alpine Museum
Helvetiaplatz 4, 3005 Bern, T +41 031 350 0440, +41 031 350 0751
info@alpinesmuseum.ch, www.alpinesmuseum.ch

Le Groupement jeunesse (suite)

Rando dans les Préalpes Fribourgeoises

Dimanche 13 novembre

T4



Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

Situation/altitude

Course d'arête dans le Gantrisch

Itinéraire choisi

Traversée Widdergrind - Alpiglemären

Matériel

Baudrier

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Transport en bus

Renseignements/inscription

Rainer Frick tél 079 372 54 93 ou par e-mail frick.rainer@bluewin.ch

Délai d'inscription

Samedi 12 novembre

Soirée des moniteurs

Lundi 14 octobre (et non le 7 octobre)

Lieu et heure de départ

19 h au Stamm

Remarque/descriptif

Le comité du GJ convie tous les moni-

teurs et monitrices du GJ à venir participer à l'élaboration du programme des courses de 2017. S'en suivra un apéro pour partager nos expériences.

Sortie Musée et escalade

Samedi 26 novembre



Lieu et heure de départ

Au stamm à 9 h

Situation

Selon l'envie des participants

Itinéraire

Sortie dans une salle d'escalade de romandie

Matériel

D'escalade

Subsistance

Pique-nique de midi

Coût

Entrée de la salle, env. CHF 25.- + transport

Renseignements/inscription

Chez Alexandre au 079 343 32 16 ou inscription sur le site alpiniste.ch

Délai d'inscription

25 novembre

Remarque

Journée qui allie la culture au sport (grimpe dans une salle)

Le Groupement jeunesse (suite)

Initiation au Drytooling **Dimanche 27 novembre**



Lieu et heure de départ

Au stamm 8h

Situation

Baulmes

Matériel

Baudrier, casque, mousqueton chausson d'escalade ou chaussures avec crampons pour ceux qui en ont, piolet encreur pour ceux qui en ont, habits assez chauds et pas trop dommages

Subsistance

Pique-nique tiré du sac

Coût

Environ CHF 20.-

Inscription

Ecoffey Maxime 079 317 75 31

Délai d'inscription

Vendredi 25 novembre

Schorderet sarl

chauffage solaire sanitaire

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

Seydoux PAPETERIE
BUREAU SA

Tél. 026 919 62 62
Fax 026 919 62 63

www.seydouxsa.ch
info@seydouxsa.ch

Rue des Ecoles 15
1635 La Tour-de-Trême

Programme des courses 2017

Afin d'établir un programme des courses et de cours varié et intéressant, nous demandons aux skieurs, raquetteurs, alpinistes, grimpeurs et randonneurs de nous faire part de leurs suggestions de course ou de formation au moyen des coupons ci-dessous, et ce jusqu'au 10 octobre 2016.



Courses d'hiver

Difficulté

Date choisie

1.
2.
3.
4.

☐ j'accepte de fonctionner comme chef de courses

☐ je souhaiterais participer à une formation organisée par le CAS La Gruyère

pour l'activité suivante :

Nom: Prénom:

Téléphone: E-mail:

Coupon à retourner à: Michel de Techtermann, En Bouley 63, 1680 Romont

ou par e-mail à: michel.detechtermann@outlook.com

Les chefs de courses peuvent insérer leurs courses directement sur le site www.cas-gruyere.ch selon les indications reçues.



Courses d'été

Difficulté

Date choisie

1.
2.
3.
4.

☐ j'accepte de fonctionner comme chef de courses

☐ je souhaiterais participer à une formation organisée par le CAS La Gruyère

pour l'activité suivante :

Nom: Prénom:

Téléphone: E-mail:

Coupon à retourner à: Michel de Techtermann, En Bouley 63, 1680 Romont

ou par e-mail à: michel.detechtermann@outlook.com

Les chefs de courses peuvent insérer leurs courses directement sur le site www.cas-gruyere.ch selon les indications reçues.

La BCF, partenaire de vos loisirs.



www.bcf.ch

**Banque Cantonale
de Fribourg**
simplement ouvert

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

SPORTS
RAVINT
RANDONNÉE

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 / 1680 ROMONT/FR
T 026 852 40 41 / F 026 852 40 42 / SPORTS-AVENTURES.CH
HORAIRES DU MAGASIN
LUNDI FERMÉ // M-A-VE 9H-12H / 13H30-18H // SA 9H-12H / 13H30-18H

Les courses de la section

Randonnées à la carte

Tout au long de l'année, à pied ou à ski, chaque mardi, les clubistes peuvent se retrouver pour une randonnée à la carte. Le but est fixé selon les conditions du moment et les envies des participants. Ces courses ne dépassent pas les niveaux T3 ou S3.

Rendez-vous chaque mardi à 8 h au parking de la Rue Majeux.

Randonnées légères à la carte

Les randonnées habituelles vous paraissent trop astreignantes ?

Chaque jeudi, retrouvez les clubistes qui souhaitent randonner gentiment, sans trop de dénivelé.

Le but est fixé selon les conditions du moment et les envies des participants. Ces courses ne dépassent pas les niveaux T2 ou S2.

Rendez-vous chaque jeudi à 8 h au parking de la Rue Majeux.

Gros Van - Mont d'Or

Samedi 8 octobre

T5



Lieu et heure de départ

Stamm de la section, 7 h 30

Situation/Altitude

Préalpes Vaudoises

Itinéraire choisi

Montée au Gros Van par Dorchaux et l'arête N. Puis traversée vers le Mont d'Or par le fil de l'arête. Retour par le Larzey. Itinéraire en boucle.

Matériel

De randonnée, piolet

Subsistance

Tirée du sac

Coût approximatif

CHF 10.– pour le transport

Renseignements/inscription

Benoît Richoz 079 208 08 76

Délai d'inscription

Jeudi soir 6 octobre



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

Les courses de la section (suite)

Les Sommêtes

Samedi 8 octobre - changement de date!

5B



Lieu et heure de départ

Stamm 7 h

Situation/Altitude

Arête des Sommêtes

Itinéraire choisi

Via la voie normale

Matériel

Matériel d'escalade (baudriers casques
dégaines corde)

Chausson d'escalade selon choix personnel

Subsistance

Pique-nique du midi

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Castella Alexandre 079 343 32 16

Délai d'inscription

Jeudi 6 octobre

Remarque/descriptif

Superbe course d'initiation pour
apprendre à cheminer sur une arête

Notes

Suite à un chevauchement de programme
cette course est reportée au samedi
8 octobre

Vanil Noir

Dimanche 9 octobre

T3



Lieu et heure de départ

Stamm 8 h 30

Situation/Altitude

Vanil Noir au-dessus de Grandvillard

Itinéraire choisi

Via Bonavaux ou les Marindes

Matériel

De randonnée, bon souliers de marche

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Alexandre Castella 079 343 32 16

Chef de courses adjoint

Qui se lance?

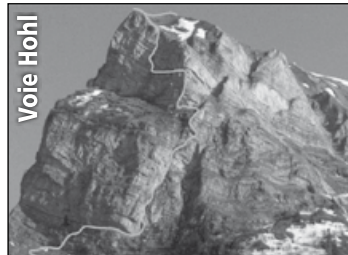
Délai d'inscription

Mercredi 5 octobre

Remarque/descriptif

Course jumelée avec le groupement
jeunesse

Voie Hohl



Via ferrata Moléson

Accès gratuit

à tous les membres

de la section «La Gruyère»



Gorges du Gottéron

Jeudi 13 octobre

T1



Lieu et heure de départ

Parc de la Rue Majeux à 8 h

Situation/Altitude

Gorges du Gottéron à Fribourg

Itinéraire choisi

Vieille ville – Pisciculture – Les Gorges –
La Lorette + 365 marches de la cathédrale

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Norbert Seydoux

079 695 47 80 ou 026 912 55 65

Mélèzes en feu

Samedi 15 octobre

T3



Lieu et heure de départ

Place covoiturage de Vaulruz à 7 h 30

Situation/Altitude

2440 m

Itinéraire choisi

Lourantse, chemin du col du Rawyl,
Armillon, lac

Matériel

Randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Environ CHF 35.–

Renseignements/inscription

Jean-Claude Perroud 079 230 68 35

Délai d'inscription

Vendredi 14 octobre

Menuiserie Agencement



Denis Risse Sàrl

Une philosophie, une passion!

Fenêtre - Porte - Agencement
Cuisine - Parquet - Rénovation

079 371 07 76 www.denis-risse.ch

Les courses de la section (suite)

Gros Perré

Dimanche 16 octobre

T2



Lieu et heure de départ

Au stamm, à 7 h 30

Situation/Altitude

Chaîne des Vanils

Itinéraire choisi

Le Gros Perré (2208 m) en passant par Tsavaz

Matériel

De randonnée - pique-nique et beaucoup de bonne humeur

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Claude Heckly

026 928 28 25 – 079 398 06 44

Délai d'inscription

Mercredi 12 octobre

Remarque/descriptif

Sortie limitée à 8 personnes maximum

Mélèzes en feu

Jeudi 20 octobre

T2/T3



Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 7 h 30

Situation/Altitude

Val D'Entremont, Vichères, 1595 m

Itinéraire choisi

Selon les conditions du jour

Matériel

De randonnée en montagne

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Romain Chofflon

026 411 12 85 / 079 293 41 09

Délai d'inscription

Mercredi 19 octobre à 18 h

Remarque/descriptif

Environ 6 h de marche,

1000 m de dénivelé





Escalade Gastlosen

Dimanche 23 octobre

5B



Lieu et heure de départ

Stamm, 8 h

Itinéraire choisi

Selon ensoleillement prévu / température

Matériel

Escalade longues voies

Subsistance

Pique-nique personnel

Coût approximatif

CHF 15.–

Renseignements/inscription

Bruno Parnet, 079 938 19 34

Remarque/descriptif

Niveau de difficulté selon participants

Notes

Escalade dans les Gastlosen. Selon météo: grandes voies ou couennes, exposition nord ou sud. Niveau de difficultés selon participants (5C max).

Sentier des arbres

Jeudi 27 octobre

T1



Lieu et heure de départ

Parc de la rue Majeux à 8 h 30

Situation/Altitude

Saint-Martin

Itinéraire choisi

Dénivelé 300 m, longueur 15 kilomètres,
4 h à 4 h 30

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Norbert Seydoux,
079 695 47 80 ou 026 912 55 65



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



Rue du Cârô 1
1630 Bulle
T 026 919 60 20

Les courses de la section (suite)

Derborence

Samedi 29 octobre

T2



Lieu et heure de départ

Stamm, 7 h 30

Situation/Altitude

Autour de Derborence,
entre 1200 et 1660 m

Itinéraire choisi

Tour de l'Eboulement

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique et boissons

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Colette Dupasquier, 079 697 26 22

Délai d'inscription

Vendredi 28 octobre à 12 h

Balade automnale et lectures dans l'Intyamon

Dimanche 30 octobre

T2/T3



Lieu et heure de départ

Stamm à 9 h

Situation/Altitude

Intyamon

Itinéraire choisi

En fonction de la météo

Matériel

De randonnée et habits chauds

Subsistance

Pique-nique et boisson

Renseignements/inscription

Lise Ruffieux, 026 913 11 68

Chef de courses adjoint

Raymonde Grivel

Délai d'inscription

29 octobre à 20 h

Remarque/descriptif

Lors de cette balade, il est prévu de prendre du temps pour écouter différents textes. Si vous souhaitez faire une lecture à haute voix lors de cette balade, merci de m'en avvertir lors de votre inscription.

Notes

Balade pour admirer les magnifiques forêts de l'Intyamon.

PILLER & KRATTER SA

chauffage • sanitaire • toitures

1632 Riaz

Tel. 026 912 98 04
Natel 079 230 50 37

**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 !!!

**MONTAGNE
attitude**

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

Les courses de la section (suite)

Vanil des Cours

Jeudi 3 novembre

T2



Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 8 h

Situation/Altitude

Préalpes fribourgeoises, 1562 m

Itinéraire choisi

Selon les conditions du jour

Matériel

De randonnée en montagne

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Romain Chofflon

026 411 12 85 ou 079 293 41 09

Délai d'inscription

Mercredi 2 novembre à 18 h

Les Sommêtes

Samedi 5 novembre

PD+



Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h

Situation/Altitude

Le Noirmont, 1079 m

Matériel

Complet d'escalade

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Environ CHF 30.-

Renseignements/inscription

Jean-Claude Perroud, 079 230 68 35

Délai d'inscription

1^{er} novembre

Remarque / Descriptif

L'arête des Sommêtes, jouxtant Le Noirmont, est l'un des sites les plus élevés et panoramiques du canton du Jura. L'Arête des Sommêtes est un itinéraire d'escalade un peu mythique du Jura, jamais difficile mais quand même assez long (1200 m de long !)

la Mobilière

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

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



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

sugnaux-electromenager.ch

Les courses de la section (suite)

Les 3 districts

Jeudi 10 novembre

T1



Lieu et heure de départ

Bulle, parc de la rue Majeux à 8 h ou
Belfaux, parc du parcours Vita à 8 h 20

Situation/Altitude

Belfaux 680 m

Itinéraire choisi

En circuit Belfaux (Sarine), Corsalettes
(Lac), Chandon (Broye)

Matériel

De randonnée, baskets

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport au départ de Bulle

Renseignements/inscription

Jean-Louis Kolly

079 331 49 53 ou 026 475 15 51

Délai d'inscription

Mercredi 9 novembre à 18 h

Remarque

Course facile de plaine avant les courses
hivernales

Grammont

Dimanche 13 novembre

T3



Lieu et heure de départ

8 h à Laniac

Situation/Altitude

1049 m - 2172 m

Itinéraire choisi

Le Flon - Lac de Taney - Le Grammont

Matériel

Randonnée

Subsistance

Pique-nique personnel ou repas à Taney

Coût approximatif

CHF 15.- transport

Renseignements/inscription

Bruno Parnet, 079 938 19 34

Délai d'inscription

Samedi 12 novembre

Notes

Par le lac Taney

(<http://www.camptocamp.org/routes/>

45159/fr/grammont-versant-s-voie-normale)



Entreprise de bâtiments

CLAUDE NOLL SA

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

Les Bruyères 5
Tél. 026 912 53 52
Fax 026 912 53 85

1635 La Tour-de-Trême
Natel 079 635 15 92
claudenoll@bluewin.ch

OUVERT 7 JOURS SUR 7

Petit
Marché
de l'Intvyamon

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



#Textile



*Visitez notre
Shop in Shop*



**BON
20 CHF**

Conditions

1. À faire valoir à l'achat d'un produit Millet
dès **CHF 80.-** chez Castella Sports 2.0,
Route du Verdel 22, 1630 Bulle.
2. Valable jusqu'au 30 novembre 2016
3. Non cumulable



Les courses de la section (suite)

Semsaies - Bulle

Jeudi 17 novembre

T1



Lieu et heure de départ

Gare de Bulle à 7 h 15

Situation/Altitude

Le Niremout 1514 m

Itinéraire choisi

Semsaies - Le Niremout - Les Portes - Bulle

Matériel

De randonnée

Subsistance

Fondue organisée aux Portes

Coût

Transport (ab.1/2 tarif) + fondue

Renseignements/inscription

Romain Chofflon

026 411 12 85 / 079 293 41 09

Délai d'inscription

Mardi 15 novembre à 18 h

Remarque/descriptif

Course limitée à 30 personnes

Départ gare de Bulle à 7 h 33 ou

Vuadens-sud à 7 h 37

Bec des Rosses arête E

Samedi 19 novembre

PD



Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h

Situation/Altitude

Verbier

Itinéraire choisi

Départ des Ruinettes, montée au col de la Chaux puis arête jusqu'au sommet

Matériel

Selon les conditions, sera communiqué aux participants à l'inscription

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

CHF 30.- environ

+ éventuellement téléphérique

Renseignements/inscription

Jean-Claude Perroud 079 230 68 35

Délai d'inscription

16 novembre

Mont Vully

Dimanche 20 novembre

T1



Course annulée!



FLAEMINIA 2013

Notre expérience
a choisi la qualité

notre
expérience
a choisi
la qualité



Route du Briez 73
1628 VUADENS
026 912 74 75



www.dupasquier-sports.ch

Les courses de la section (suite)

Course surprise ?

Jeudi 24 novembre

T1



Lieu et heure de départ

Gare de Bulle à 8 h 30

Matériel

Selon les conditions, souliers de montagne si neige ou baskets

Subsistance

Aucune

Renseignements/inscription

François Pythoud

026 912 69 40 ou 079 584 13 53

Délai d'inscription

Mardi 18 h

Remarque/descriptive

Celles et ceux qui ne peuvent pas participer à la course ont la possibilité de rejoindre le stamm pour midi. Notre ami Norbert nous préparera une choucroute.

Note

Recherche bénévoles pour un éventuel dessert puis aide au service.

Récit de course

Aiguille du Tour par le couloir de la Table

Samedi 9 et dimanche 10 juillet 2016



Après une semaine indécise par un temps orageux, le ciel est au beau fixe. Rendez-vous à Bulle à 10 heures et départ vers le village de Le Tour en France (juste avant Chamonix).

Montée à la cabane Albert 1^{er} dans une contrée magnifique et face au Mont-Blanc. Après-midi libre, souper, dodo et debout à 4 heures. Joli couloir avec une neige pas trop dure et un petit passage de rochers qui a fait faire des étincelles aux crampons de l'un des deux Dupond. On rejoint le sommet par l'arête avec un superbe rocher et une vue magnifique.

Retour à Le Tour sur une terrasse pour un rafraîchissement.

Un week-end de rêve, avec une superbe équipe, supervisé par nos deux chefs de courses Eric et Jean-Bruno. Merci à vous deux pour nous avoir permis de gravir ce sommet et pour votre façon d'être !

Ô piéji de vo révere !

Mè

Participants : Eric, Jean-Bruno, Stéphane, Coana, Vanessa, Evelyne, Jacques et Jacques (les 2 Dupond)

Népal, région Mukthinat devant le Dhaulagiri 8167m

GRUYERE
PARAPENTE
CH

Ecole de parapente

Bons Cadeaux
Vols Biplace
Formation
Voyages
Matériel

+41 79 379 28 17 | 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

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):