



Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS LA GRUYÈRE 06-2017

JUIN 2017



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





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



LOWA
simply more...

PRENEZ DE LA HAUTEUR!

WWW.TRANGOSPORT.CH / RUE ALBERT RIETER 10 / 1630 BULLE



Infos utiles



PRÉSIDENTE

Chantal Python Nikles, route du Couchant 3,
1723 Marly, tél. 079 385 15 91

E-mail : presidence@cas-gruyere.ch

ADRESSE DU CLUB

Cas postale 502 - 1630 Bulle 1

SITES INTERNET

www.cas-gruyere.ch / www.gjgruyere.ch

E-mail : info@cas-gruyere.ch

LOCAL DE LA SECTION

Bâtiment Setam, chemin de Bouleyres 79, 1630 Bulle
Janine et André Scheurer, tél. 079 620 39 14

RÉDACTION DU BULLETIN

Colette Dupasquier, route de Broc 20, 1663 Epagny
Tél. 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

Tél. 079 244 31 71

E-mail : registry@cas-gruyere.ch

CABANE DE BOUNAUAUX

Grandvillard

Responsables : Evelyne et André Dubath

Réservation : 079 603 68 78

CABANE DES CLÉS

Moléson-sur-Gruyères

Responsables : Team Les Clés

Réservation : 079 625 17 07

CABANE DES MARINDES

Charmey

Responsable : Bernard Mooser

Réservation : 079 790 45 33

CABANE DE L'OBEREGG

Jaunpass

Responsable : Raphaël Pipoz

Réservation : 079 816 88 57

CABANE DES PORTES

Vuadens

Responsables : Joël Bach et Jean-François Vienny

Réservation : 077 409 18 36

BIVOUAC DU DOLENT

La Fouly

Responsable : Leonardo Zanon

Informations : 079 312 28 52

Infos utiles 01

Editorial 03

Cabanes de la section 05

Reflets de la section 13

Groupement jeunesse 17

Formation adultes 21

Courses de la section 23

Passion 33

Récits de course GJ 39

Récits de course 41

PHOTO DE COUVERTURE

Steingletscher
Claude Heckly | Avril 2017



Vous avez écrit un livre ?

Faites-vous plaisir ! Faites plaisir ! Partagez !

Pas de quantité minimum. Tout format...

Papeterie (entêtes, enveloppes...)

Affiches, flyers, faire-part,
prospectus, dépliants...



To Print
Stéphane Piller

Prenez le temps de comparer !

Demandez une offre ! C'est sans engagement...

NOUS IMPRIMONS TOUS VOS FICHIERS ! ILLUSTRATOR, CORELDRAW, INDESIGN, PDF...

Chemin Pauvre-Jacques 36, 1630 Bulle - 026 912 50 65

www.toprint-bulle.ch - info@toprint-bulle.ch

Editorial

CLAUDE HECKLY VICE-PRÉSIDENT



Le 30 avril 2017 les médias nous annonçaient la nouvelle du décès d'Ueli Steck au Nuptse. Figure marquante du monde de la montagne, Ueli vivait de sa passion et était surtout connu pour ses ascensions éclair sur les sommets du monde entier. On peut admirer ou au contraire critiquer les performances de cet alpiniste. Lorsqu'on vit de sa passion, on est forcément médiatisé à un moment ou à un autre, et dès lors on polarise. Rien d'exceptionnel en somme. La réalité est qu'une personnalité marquante de plus s'en est allée, en pratiquant sa passion et en faisant évoluer la pratique de la montagne.

Deux choses toutefois nous relient à ces alpinistes d'exception : la passion et le plaisir. Comme eux, nous pratiquons la montagne pour ces deux choses. Sans passion, qui se lèverait à 2 heures du matin, pour avaler un rapide petit déjeuner et enchaîner avec une « bavante » de 10 heures et plus pour atteindre un sommet ou encore escalader une face. Il s'agit de deux moteurs qui nous aident à nous surpasser et à vaincre les moments de doute ou les coups de « mou » lors de la course.

Comme eux, il nous arrive parfois de devoir faire ou savoir faire demi-tour. Car il ne s'agit en aucun cas de dépasser le point de non-retour, mais de pouvoir dormir dans son lit au retour d'une course. Pour des êtres comme Ueli Steck cette limite était bien au-delà des nôtres, mais elle nous correspond, se calque sur notre niveau ou de ce que nous recherchons dans notre activité montagnarde. Pour tout un chacun, le niveau des activités que nous pratiquons demande un engagement certain et nous permet de nous évader du train-train quotidien. A chacun son spleen donc.

Et qui d'entre nous ne s'est jamais surpris à regarder sa montre en arrivant au sommet et à constater qu'au lieu des 6 heures indiquées dans le topo, nous avons avalé la course en seulement 5 heures et cela sans se mettre dans le rouge, mais en assurant le pas, en profitant de l'environnement et du temps et en se prenant un monstre pied ! Ce facteur plaisir revient tout le temps au galop !

Pareil pour les entraînements. Ne vous êtes-vous jamais surpris à vous demander pourquoi nous nous astreignons à des exercices hebdomadaires, qui à pied, en vélo, ou encore dans les couennes de Pont-la-ville ? La réponse est et reste le plaisir et la passion. Et il faut en avoir pour parfois « la roter » ainsi, de sortir volontairement de sa zone de confort et de continuer encore et toujours à évoluer, à découvrir des nouvelles facettes de soi, mais toujours à son niveau. Et si en plus vous pratiquez ces entraînements à plusieurs, ce ne sera jamais vous qui lèverez le pied en premier, au grand jamais, mais vous serrerez les dents, en vous disant

que vraiment ce coup-ci, c'est la dernière fois, que c'est trop dur. A ce sujet, un extrait du récit de la semaine clubistique seniors B à Gries im Sellrain : « je ne serais jamais arrivée en haut si Jean-Marc n'avait pas insisté. Après quelques dzemotées, j'étais très heureuse d'être allée au sommet ». Et c'est une sénior qui vous parle !

Alors profitez de la belle saison qui arrive pour choisir vos activités parmi celles proposées dans notre vaste programme ! Que vous soyez jeunes, moins jeunes, très ou moyennement actifs, vous trouverez toujours une ou plusieurs activités qui vous correspondront. La difficulté ne doit pas être le facteur premier de votre choix, mais il doit correspondre à votre niveau et surtout vous permettre de passer des bons moments

dans la joie et la bonne humeur. A ce sujet, profitez de nos différents modules, histoire de progresser dans une discipline ou une autre et de tisser des liens lors de ces sorties à répétitions.

Et si en plus, vous estimez que notre programme devrait proposer d'autres types d'activités ou plus de courses d'une activité donnée, n'hésitez pas à nous en faire part. Notre but est de répondre à vos besoins, dans le bonheur et la bonne humeur, dans cet environnement fabuleux que représente la montagne sous toutes ses facettes. Bonne saison et à bientôt au détour d'une vire ou d'une arête !



En Chartreuse, juin 2016 | photo C.Dupasquier

Cabanes de la section

LA LISTE COMPLÈTE DES GARDIENNAGES EST À CONSULTER SUR LE SITE INTERNET :
WWW.CAS-GRUYERE.CH

CABANE DE L'OBEREGG

1818 m

JUIN

Di	04	Charly Girard, Claude Bovigny, Daniel Boschung
Di	11	Alex et Dom Yerly
Di	18	Nadia Siffert
Di	25	Fermeture - Raphaël Pipoz



CABANE DES PORTES

1218 m

En fermeture estivale

INFOS CABANE

Situation

La cabane de l'Oberegg est un endroit merveilleux, accessible à pied (en environ 1 h depuis le col du Jaun).

Coordonnées

2 591 420 / 1 157 800 - CN
1246 Zweisimmen

Restauration

Soupe, boissons chaudes ou froides, pas de restauration, cuisine à disposition pour mets simples. Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place.

Réservation/information

Raphaël Pipoz
079 816 88 57
oberegg@cas-gruyere.ch

Gardiennage

Dimanche de 10 h à 16 h

Pour les clés

Prendre contact
avec Charly Girard
079 391 35 20



#edgy

#inspiring



#innovative

#different

La nouvelle Audi Q2

#untaggable

Audi commence un tout nouveau chapitre avec la Q2. Plus citadine, plus sportive et plus moderne: voilà la devise qui a été adoptée lors de l'élaboration de cette voiture exceptionnelle. Prenez place au volant de la Q2 et faites l'expérience d'une Audi qui a été conçue pour les personnes ayant du caractère, pour celles qui ne se laissent pas cataloguer et qui mènent leur vie de manière confiante, avisée et personnelle. Autrement dit, pour toute personne #untaggable. Profitez également de 10 ans de service gratuit et de nos offres LeasingPLUS attrayantes. Plus d'informations chez nous.

Prête pour une course d'essai

Audi Swiss Service Package+: service gratuit pendant 10 ans ou jusqu'à 100 000 km. Au premier terme échu.

AMAG Fribourg

Rte de Villars 110, 1701 Fribourg
Tél. 026 408 41 42, www.fribourg.amag.ch

Point de vente

AMAG Bulle

Rue de Vuippens 55, 1630 Bulle
Tél. 026 916 13 11, www.bulle.amag.ch

JUIN

Week-end	03 - 05	Pentecôte José et Marie-Josée Romanens
Week-end	10 - 11	Sandra Jungo et Manou Vallélian
Week-end	15 - 18	Fête-Dieu - Géraldine Demarle, Sandrine Decraene
Week-end	24 - 25	Clotilde et Stéphane Romanens

JUILLET

Week-end	01 - 02	Isabelle-Loyse Gremaud
Semaine	03 - 07	Libre
Week-end	08 - 09	André et Madeleine Liard
Semaine	10 - 14	André et Madeleine Liard
Week-end	15 - 16	Eduard Krattinger
Semaine	17 - 21	Eduard Krattinger
Week-end	22 - 23	Bobonne, G.Maillard, J.-L. Aubonney
Semaine	24 - 28	Bobonne, G.Maillard, J.-L. Aubonney
Week-end	29 - 30	Léonard et Odette Crottaz

**INFOS CABANE****Situation**

Située sur un petit tertre au pied de la face nord du Moléson, ce bijou de cabane avec sa magnifique terrasse accueille avec plaisir les promeneurs en été comme en hiver. Facile d'accès elle est idéale pour les familles.

Coordonnées

2 568 275 / 1 157 470 – CN
1245 Château-d'Oex

Restauration/hébergement

Soupe, boissons chaudes ou froides, pas de restauration, cuisine à disposition pour mets simples. Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place.
20 places en dortoirs avec duvets nordiques.

Réservation/information

Team Les Clés 079 625 17 07
cles@cas-gruyere.ch

Gardiennage

Le week-end du samedi 10 h
au dimanche 16 h
La semaine du dimanche 16 h
au samedi 10 h

Pour les clés

Prendre contact avec Charly Girard au 079 391 35 20



— 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



**MAURICE BEAUD FILS
CONSTRUCTIONS SA**

charpente - menuiserie - rénovations

CONSTRUCTEUR BOIS
DEPUIS 1897



Rte de l'Intyamon 102 / CP 32 / CH-1669 Albeuve / T.: 026 928 40 50

www.beaud-mbf.ch

A l'instar du Chalet du Soldat, la cabane des Marindes cherche de nouveaux anges gardiens... En effet, après environ 7 ans, les responsables ont décidé de passer le flambeau. Alors si vous êtes intéressés de reprendre cette responsabilité pour la saison 2018-2019, n'hésitez pas à prendre contact avec le team actuel.

La cabane des Marindes est située à 1868 m au pied du Vanil Noir dans le vallon et la réserve naturelle des Morteys. Elle est accessible à pied depuis la vallée du Gros-Mont. Ouverte tous les jours de juin à fin septembre, elle peut accueillir 50 personnes. Elle est gardiennée bénévolement et principalement par des membres du club alpin.

Intéressés - alors n'hésitez pas et contactez-nous ! Nous aurons grand plaisir à vous donner de plus amples informations. Cabane des Marindes, Bernard Mooser et Armelle Murith tél. 079 790 45 33 ou Eloi Bosson, préposé aux cabanes, tél. 079 390 18 84.

JUIN

Week-end	03 - 04	Anne-Lyse et Jean-Luc Poffet
Semaine	04 - 10	Françoise Repond
Week-end	10 - 11	Mathilde Auer, Denyse Dupasquier, Agnès Limat
Semaine	11 - 17	Laurent Dorthe
Week-end	17 - 18	René Krattinger
Semaine	18 - 24	Denis Volery
Week-end	24 - 25	Philippe Sugnaux
Semaine	25 - 01	Jean-Marie Margueron, Gaby et Denis Colliard

JUILLET

Week-end	01 - 02	Julien Progin
Semaine	02 - 08	Joseph Krattinger
Week-end	08 - 09	Alain Repond
Semaine	09 - 15	Sto, Henri Schuwey
Week-end	15 - 16	Maurice et Anne Seydoux, Benoît et Lynda Chenaux
Semaine	16 - 22	Fabienne et Roger Gobet
Week-end	22 - 23	Joël Ding
Semaine	23 - 29	Christian Rebetetz
Week-end	29 - 30	Gil Müller

AOÛT

Mardi	01	Soupe de chalet
-------	----	------------------------

INFOS CABANE

Situation

La cabane des Marindes est située dans le vallon des Morteys (réserve naturelle du Vanil Noir, réserve de Pro Natura). Nous vous rendons attentifs que la réserve du Vanil Noir est interdite aux chiens. La route du Gros Mont est fermée de novembre à mai.

Restauration/hébergement

Soupe, boissons chaudes ou froides, vin, bière et spiritueux. Pas de restauration, cuisine à disposition. Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place. 50 places en dortoirs avec duvets nordiques.

Réservation/information

Bernard Mooser
et Armelle Murith
079 790 45 33
marindes@cas-gruyere.ch

Gardiennage

Week-end du samedi 10 h
au dimanche 16 h
Semaine du dimanche 16 h
au samedi 10 h

Coordonnées

2 578 775 / 1 153 880 – CN
1245 Château-d'Oex



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

MENUISERIE GERALD RUFFIEUX



Rte de Botterens 95 - 1652 BOTTERENS
Tél. 026 921 26 68 - 079 173 28 74
Fax 026 921 28 41 - gerald.ruffieux@bluewin.ch

Agencement - Transformations - Fenêtres - Portes -
Parquet - Escaliers - Rénovation

CHAUSSURES
Waeber
BULLE



Grand-Rue 21



MORAND vins
MV
La joie d'une bonne vin

Visitez notre
Vinothèque

Du Lu a.m. au Sa. matin



MAI

Dimanche	28	Ouverture officielle - L'équipe
Semaine	28 - 03	Crottaz Léonard et Odette

JUIN

Week-end	03 - 04	Bossel Denis
Semaine	04 - 10	Jean-Louis Vial
Week-end	10 - 11	Aubry Georgette et Crottaz Léonard et Odette
Semaine	11 - 17	Dey Daniel et Ruffieux Marie-Louise
Week-end	17 - 18	Musy François et Christiane, Delacombaz Roger et Alexandrine
Semaine	18 - 24	Musy François et Christiane
Week-end	24 - 25	Roth Samuel, Duruz Julien et Girard Alain
Semaine	25 - 01	Dreyer Nicolas, Justine Demierre, Jean-Luc et Lucie

JUILLET

Week-end	01 - 02	Marie-Josée - Georgette Aubry
Semaine	02 - 08	Beaud Maurice et Schneuwly Jean-Claude
Week-end	08 - 09	Poffet Jean-Luc et Anne-Lise
Semaine	09 - 15	Romanens Jean-Louis et Jaquier Denise
Week-end	15 - 16	Bosson Eloi et Van Wynsberghe Francis
Semaine	16 - 22	Roulin Myriam et Pierrot
Week-end	22 - 23	Roulin Myriam et Pierrot
Semaine	23 - 29	Spicher Cathy et Claude, Grand Martial
Week-end	29 - 30	Jaquet Jean-Paul, Chabloz Daniel, Jaquet Laurence et Gérard
Semaine	30 - 05	Dubath André et Evelyne

L'ouverture officielle de la saison est prévue le dimanche 28 mai 2017

Toute l'équipe vous invite à venir partager un moment d'amitié en notre compagnie.

Dès 11 heures l'apéritif vous sera offert, suivi d'une soupe de chalet et d'un dessert dans une ambiance musicale avec les Amis du Cousimbert.

Soyez les bienvenus !

INFOS CABANE**Situation**

Située dans le vallon de Bounavaux (réserve naturelle du Vanil Noir, réserve de Pro Natura) à l'WNW du Vanil Noir. Nous vous rendons attentifs au fait que les chiens sont interdits dans la réserve.

Restauration/hébergement

Soupe, boissons chaudes ou froides, vin, bière et spiritueux. Pas de restauration, cuisine à disposition. Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place. 55 places en dortoirs avec duvets nordiques.

Réservation/information

Evelyne et André Dubath,
François Musy
et Jean-Paul Jaquet
079 603 68 78
bounavaux@cas-gruyere.ch

Gardiennage

Week-end du samedi 10 h
au dimanche 16 h
Semaine du dimanche 16 h
au samedi 10 h

Coordonnées

2 576 500 / 1 153 575 – CN
1245 Château-d'Oex

Sports et Loisirs

Avry-devant-Pont



Hiver :

Ski randonnée-Ski de fond
Location skis-raquettes

Rte de l'Eglise 19
026 915 12 42

Seydoux PAPERIE BUREAU SA

Tél. 026 919 62 62
Fax 026 919 62 63

www.seydouxa.ch
info@seydouxa.ch

Rue des Ecoles 15
1635 La Tour-de-Trême



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

Reflets de la section

ADMISSIONS

Buchs Eduard, St. Jacques 78, **Posat**

Chamorel Lorène, rue du Pays-d'Enhaut 12, **Bulle**

Chappuis Jean-Pierre, rue du Stade 81, **Bulle**

Chenaux Marianne, route de Posieux 10, **Ecuwillens**

Jendrzczak Piotr, rue de Vuippens 37, **Bulle**

Piller Bastien, rue du Pays-d'Enhaut 12, **Bulle**

GROUPEMENT JEUNESSE

Bourgeois Jacques, La Tzintre 2, **Charmey**

COIN DE LA SYMPATHIE

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

Clément Didier, membre vétéran ;

Edmond Clément, papa de Véronique Clément, membre ;

Maria Pugin, maman de Jacqueline Wehren, membre ;

Henri Kolly, papa de Jean-Louis Kolly membre ;

André Monney, papa de Claude, membre ;

Eliane Grand, maman d'Evelyne Grand, membre.

ACTIVITÉS D'AVRIL

DATE/BUT	PARTICIPANTS
01.04 Le Métailler	6
06.04 Monts Telliers	17
08.04 Dome de Miage - Mt Blanc	8
08.04 Mini Haute-Route	13
13.04 Sentier des adonis	12
14.04 Hauteville - la Tuffière	25
20.04 Clôture St-Bernard, skis	28
20.04 Clôture St-Bernard, raquettes	10
22.04 Les Brenets / Saut du Doubs	24
27.04 Gorges de la Singine	18
29.04 Dammastock	6



**Aux Parfums
Des Saisons**

Mathieu Bosson
Rue de Montsalvens 5
1636 Broc
026 / 921 06 06

Pâtisserie-traiteur

Boulangerie-Pâtisserie Service traiteur
Confiserie et chocolat Apéro dinatoire

www.auxparfumsdessaions.ch

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

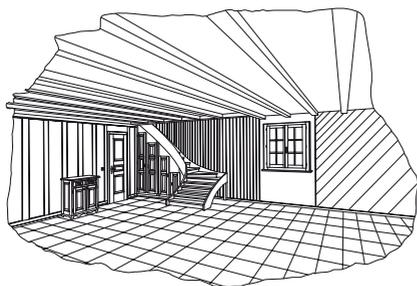
www.pittetvins.ch

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

Chers amis clubistes,



J'ai appris dernièrement avec tristesse le décès de mon ami Michel Ghidotti. Né le 21 avril 1951, Michel a grandi avec sa famille et sa sœur Arlette au n° 8 de la rue de l'Abbé-Bovet, l'étage au-dessus d'où habitait la famille Loretan, devant

le terrain des « Dousse », devenu depuis le 3 octobre 2015 le Parc Loretan.

Michel avait une passion pour l'escalade ; c'était un premier de cordée et un bon nombre d'entre nous ont eu la chance de grimper avec lui ou de le côtoyer dans l'une ou l'autre cabane du CAS !

Michel est décédé le 4 avril 2017 à St Gervais-les-Bains à l'ombre de « son » Mont-Blanc, presque 6 ans, jour pour jour, après celui de son « élève » Erhard Loretan. Michel l'avait emmené, pour sa première ascension, sur l'arête ouest de la Dent de Broc, Erhard avait 11 ans.

Pour lui rendre hommage, une messe a été célébrée le 21 mai à Bulle à Notre Dame de Compassion. Les cendres de Michel seront dispersées sur le Plateau d'Assy (en face du Mt Blanc) le samedi 10 juin. Pour de plus amples renseignements (ghidotti.joanna@gmail.com).

J'adresse mes condoléances émues à son ex-épouse Sylvie, ses deux enfants Kévin et Joanna, ainsi qu'à sa soeur Arlette.

Carlo Gattoni



Via ferrata Moléson

Accès gratuit

à tous les membres

de la section «La Gruyère»

Menuiserie Agencement



Denis Risse Sàrl

Une philosophie, une passion!

Fenêtre - Porte - Agencement
Cuisine - Parquet - Rénovation

079 371 07 76 www.denis-risse.ch

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



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
claude.noll@bluewin.ch

OUVERT 7 JOURS SUR 7



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



Toujours là où il y a des chiffres.

Les plus beaux
domaines skiabiles
à moitié prix.

MEMBER
PLUS

En tant que sociétaire Raiffeisen,
vous bénéficiez de cartes journalières
à moitié prix pour 23 domaines
skiabiles. Consultez la page :
raiffeisen.ch/hiver

RAIFFEISEN
Ouvrons la voie

Groupement jeunesse

Module – Escalade longue voie (1)

SAMEDI 10 ET DIMANCHE 11 JUIN

5C



Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h

Situation/altitude

Selon météo

Matériel

Escalade longue voie

Substance

Tirée du sac

Coût

Transport (cabane)

Renseignements/inscription

Loic Stäubli, 079 830 01 39

Chef de courses adjoint

Jonas Clerc

Délai d'inscription

Lundi 5 juin

Notes

Nous irons si possible faire de l'escalade en longue voie, cela dépendra surtout de la météo...

Escalade Valais

SAMEDI 17 JUIN

5C



Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

Situation

Miéville, près de Martigny

Matériel

Matériel d'escalade, éventuellement coin-
ceurs et friends

Substance

Pique-nique tiré du sac

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Laurent Scheurer, 079 287 40 70

Délai d'inscription

Jeudi 15 juin

Notes

Escalade à Miéville, voie de plusieurs lon-
gueurs.

Alpinisme formation

SAMEDI 1^{er} ET DIMANCHE 2 JUILLET

PD

|||||



Lieu et heure de départ

Stamm 7 h 30

Situation/altitude

Sustenpass

Itinéraire choisi

Sustlihütte – Grassen 2946 m

Matériel

Baudrier, crampons, piolet, chaussons de grimpe, casque

Subsistance

Pique-nique

Coût

Environ CHF 50.-

Renseignements/inscription

Rainer Frick, tél 079 372 54 93 ou

e-mail : frick.rainer@bluewin.ch

Délai d'inscription

Lundi 26 juin

Notes

Un peu d'escalade près de la cabane (sa), une belle course au Grassen (di), une magnifique cabane, un peu de formation – c'est ce qui vous attend ce week-end dans la belle région du Susten.

Module 1 alpinisme débutant

SAMEDI 8 ET DIMANCHE 9 JUILLET

Tous

|||||



Lieu et heure de départ

Au stamm, heure à définir

Situation

Grassen

Matériel

D'alpinisme

Subsistance

Pique-nique pour les 2 jours

Coût

Demi-pension à la cabane

Renseignements/inscription

Marion Laville, 077 400 73 65

Délai d'inscription

Samedi 1^{er} juillet

Notes

Si tu n'as pas trop l'habitude des crampons et des glaciers, c'est la sortie idéale pour découvrir l'alpinisme ! L'itinéraire sera adapté au niveau des participants. Attention, c'est une course en modules avec un niveau progressif, cela signifie qu'en t'inscrivant à ce week-end, tu dois participer aux modules suivants (19-20 août et 2-3 septembre).

Grand Cornier

SAMEDI 8 ET DIMANCHE 9 JUILLET

AD

|||||



Lieu et heure de départ

Stamm 10 h

Situation/altitude

3961 m

Itinéraire choisi

Par l'arête NW

Matériel

Complet de haute montagne

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

CHF 100.-

Renseignements/inscription

Eric Barras, 079 261 15 82

Chef de courses adjoint

Jean-Bruno Pugin, 079 667 12 56

Délai d'inscription

Vendredi 30 juin

Notes

Par l'arête NW, avec vue fantastique sur la Dent Blanche. Course commune avec la section.

Camp d'été du GJ

LUNDI 17 AU VENDREDI 21 JUILLET

Tous

|||||



Lieu et heure de départ

Au stamm de Bulle à 7 h

Itinéraire choisi

Selon les conditions du moment

Matériel

D'alpinisme

Subsistance

Pique-nique du premier jour

Coût approximatif

CHF 250.- (un décompte sera fait à la fin du camp)

Délai d'inscription

Dimanche 9 juillet

Notes

Cette année pour ceux qui ne sont pas dans le groupe expé, nous organisons un camp d'été avec un voyage en Suisse en camping ou en cabane, selon les conditions du moment. S'il fait grand beau on passe 5 jours en montagne, s'il fait un peu moins beau on jongle avec le temps avec des activités de grimpe là où il fait beau. Une liste du matériel sera envoyée aux personnes inscrites.

Renseignements/inscription

Alexandre Castella, castella.alex@gmail.com
ou 079 343 32 16

La BCF, partenaire de vos loisirs.



www.bcf.ch



**Banque Cantonale
de Fribourg**

simplement ouvert

AU MULTICOLORE

*Beaux
Arts*



**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

SNOWSKI
BIKE
RANDO

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

SPORTS AVENTURES SA / ROUTE DE BILLENS 14 / 1680 ROMONT/FR
T 026 852 40 41 / F 026 852 40 42 / SPORTS-AVENTURES.CH
HORAIRES DU MAGASIN
LUNDI FERMÉ

MA-VE 9H-12H / 13H30-18H SA 9H-12H / 13H30-18H



Formation adultes

Cours de glace/alpinisme

SAMEDI 10 ET DIMANCHE 11 JUIN

F



Module 1^{er} de cordée

SAMEDI 10 JUIN

FB-P



Module 1^{er} de cordée (2)

SAMEDI 24 AU DIMANCHE 25 JUIN

FB-P



Voir bulletin de mai

PILLER & KRATTER SA

chauffage • sanitaire • toitures

1632 Riaz

Tel. 026 912 98 04
Natel 079 230 50 37

52° cours de sécurité et de sauvetage en montagne

SAMEDI 23 ET DIMANCHE 24 SEPTEMBRE

FB-P



En sports alpins, la sécurité est primordiale. En cas d'accident, chacun doit connaître le geste qui sauve ! Alpinistes novices ou chevronnés, grimpeurs sportifs, randonneurs, skieurs de randonnée, guides de montagne et professionnels du sauvetage, spéléologues, scouts, etc. ce cours vous concerne tous ! Il aura lieu dans les environs de Moutier et est ouvert aux personnes intéressées, membre du CAS ou non, âgée de 18 ans minimum.

3 catégories :

- Alpinisme conventionnel : basse montagne, haute montagne, glacier
- Escalade sportive : falaises, salle
- Colonne de secours et professionnels des sports de montagne

Prix

CHF 120.-, cours, repas, couche (à payer à l'inscription)

Inscription en ligne

www.cas-prevotoise.ch/courses/cours-de-sauvetage.php

Les inscriptions seront validées dès le versement de la finance et à la rentrée du bulletin d'inscription et ceci dans l'ordre d'arrivée, le nombre de participants étant limité.

Renseignements

Cheffe de cours : Céline Ryf, Grand-Rue 25, 2735 Bévillard, tél. 076 436 60 65, e-mail : celineryf@gmail.com

P.S. : Afin de regrouper

les participants de la région dans les véhicules, vous êtes priés

d'informer Francis

frmgrandjean@bluewin.ch de votre inscription en lui indiquant votre n° de téléphone, il fera le nécessaire.



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

S Courses de la section

Vous trouverez les courses du début juin dans le bulletin de mai !

Les Noires Joues

JEUDI 8 JUIN

T2/T3



Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 7 h 30

Situation/altitude

Les Noires-Joues 1725 m, Plan de Tissiniva 1872 m

Itinéraire choisi

Motélon, Longe Sia, Au Pra, Les Noires-Joues, Tissiniva, La Cucarda, Le Paquialet

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport voiture

Renseignements/inscription

Suzanne Gremaud, suzanne.gremaud@websud.ch
ou 079 364 24 66

Chef de courses adjoint

Raymonde Beaud, raymonde.beaud@gmail.com ou
079 367 68 21

Délai d'inscription

Mercredi 7 juin à 18 h

Notes

Parcours inédit entre les vallées du Motélon et du Gros Mont. 5 heures de marche pour un dénivelé de 950 m.

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 9 h au parking de la Rue Majeux.

Dent de Corjon

DIMANCHE 11 JUIN

T3/T4



Lieu et heure de départ

Duvillard à 7 h 30

Situation/altitude

Dent de Corjon 1967 m

Itinéraire choisi

Aller par la Cuvigne, Les Villards 1710 m, Dent de Corjon, retour par Les Châtelards, Boveresse, Cuvigne

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique + boisson

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Colette Dupasquier, 079 697 26 22

Délai d'inscription

Vendredi 9 juin

Notes

Course à effectuer par temps sec, solution de remplacement

Villars-Chamossaire

JEUDI 15 JUIN

T2



Lieu et heure de départ

Bulle, rue Majeux, à 7 h 30

Situation/altitude

Le Chamossaire, 2112 m

Itinéraire choisi

Villars Télécabine (1260 m) - Plans de Chésières - La Truche - Col d'Argnaules - Le Chamossaire (2112 m) - Bretaye - Les Bouquetins - Villars

Matériel

De randonnée pédestre

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Irénée Savary, 079 510 62 25 ou i.savary@bluewin.ch

Délai d'inscription

Mercredi 14 juin à 18 heures

Vues sur le Lac d'Annecy

JEUDI 15 AU DIMANCHE 18 JUIN

T3/T4



Voir bulletin de mai

Escalade longues voies module 1,1



SAMEDI 17 JUIN

5B

Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Situation/altitude

Préalpes ou Bas-Valais

Matériel

Complet d'escalade : baudrier, chaussons, casque, mousquetons, assureur, vache, prussik

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

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

Chef de courses adjoint

Maxime Ecoffey

Délai d'inscription

14 juin

Notes

Première journée du module de 3 courses pour apprendre les bases de l'escalade en longues voies pour les personnes ayant déjà grimpé en salle ou en falaise.

But : devenir autonome pour les différentes manipulations de corde. Les participants qui s'inscrivent doivent venir aux 3 dates du module.

Kaiseregg - Stierengrat - Widdergalm



DIMANCHE 18 JUIN

T6

Attention au changement de date

Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h

Situation/altitude

Kaiseregg 2185 m - Widdergalm 2174 m

Itinéraire choisi

Boucle depuis Schönenboden

Matériel

De randonnée, éventuellement piolet

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Raphaël Muntwiler, 079 129 83 02

Délai d'inscription

Vendredi 16 juin

Dent de Corjon 1967 m en traversée

DIMANCHE 18 JUIN

T5+



Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 heures

Situation/altitude

Dent de Corjon (1967 m) en traversée

Itinéraire choisi

1200 m dénivelé, 7 heures

Guide CAS « Randonnées alpines / objectif le sommet - Fribourg », course 1.9

Matériel

Matériel standard de randonnée + baudrier
+ 1 mousqueton + piolet + casque

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

CHF 10.-

Renseignements/inscription

Auprès du chef de courses, 079 283 05 78
ou pierre.scyboz@netplus.ch

Délai d'inscription

Mercredi 14 juin

Notes

Nombre max. de participants : 6

Bisses Région d'Anzère

JEUDI 22 JUIN

T2/T3



Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 7 h

Situation/altitude

Région Anzère - Barrage du Rawyl

Itinéraire choisi

Anzère 1540 m - Bisse de Sion - Les Rousses
1763 m - (Tunnel) - Barrage du Rawyl
1779 m et retour par Bisse d'Ayent - Le
Partset 1378 m - Anzère

Matériel

De randonnée pédestre (bâtons + bonnes
chaussures) lampe frontale pour le tunnel

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Charly Bochud, 026 402 30 27 ou
079 348 29 74 ou charly.bochud@bluewin.ch
ou réservation en ligne

Délai d'inscription

Mercredi 21 juin à 13 h

Notes

Env. 5 heures

Course annulée en 2016 ! Magnifiques
bisses dans la Vallée de La Lienne. Bisse
d'Ayent : parcours escarpé, déconseillé aux
personnes sujettes au vertige !

Dent de Savigny

SAMEDI 24 JUIN

T4

=====



Lieu et heure de départ

8 h au stamm

Situation/altitude

2012 m

Itinéraire choisi

Gros-Mont, Chalet du Pralet, retour par Pertet-à-Bovets

Matériel

De randonnée, souliers à bon profil

Subsistance

Pique-nique

Coût

Déplacement

Renseignements/inscription

Mathilde Auer, 079 657 97 92

Délai d'inscription

Vendredi 23 juin à 20 h

Notes

Information : en cas de météo douteuse, veuillez consulter la rubrique « Forum » sur notre site www.cas-gruyere.ch, la veille dès 18 h

Rando-flore en itinérance

DIMANCHE 25 JUIN AU SAMEDI 1^{er} JUILLET

T4

=====



Voir bulletin de mai

Dent de Bourgo

JEUDI 29 JUIN

T3

=====



Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 8 h

Situation/altitude

Préalpes Fribourgeoises, 1909 m

Itinéraire choisi

Depuis la vallée du Motélon

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 28 juin à 18 h

Notes

Environ 5 h de marche, 900 m de montée

Escalade Gastlosen, secteur Glennfiddisch



SAMEDI 1^{er} JUILLET

5C

Lieu et heure de départ

Parking Laniac, Bulle, à 8 h

Situation/altitude

1700 m

Itinéraire choisi

Parking Oberberg - pied du secteur
(30 min.)

Matériel

Matériel complet d'escalade

Subsistance

Pour la journée

Coût approximatif

CHF 15.-

Renseignements/inscription

Pascal Berset, 077 25 85 29 ou
pascal.berset@websud.ch

Délai d'inscription

Vendredi 29 juin

Notes

Plusieurs voies de 2-5 longueurs, 4a - 6a
(La course aura lieu sous réserve du com-
plet rétablissement du chef de course)

Vanil Noir – Arête Nord



DIMANCHE 2 JUILLET

T4/T5

Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h

Situation/altitude

Au-dessus de Grandvillard - 2388 m

Itinéraire choisi

Les Baudes - Bounavaux - Bounavalette -
Tête Herbettes - Vanil Noir et poursuite sur
Vanil de l'Écri

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Jean-Claude Mauron, 079 710 67 34

Délai d'inscription

Samedi 1^{er} juillet - 12 h

Notes

Le plus haut sommet du canton de Fribourg

Randoflore seniors

LUNDI 3 AU SAMEDI 8 JUILLET

T2/T3



Lieu et heure de départ

Stamm, lundi 3 juillet, à 8 h

Situation/altitude

Val d'Aoste

Itinéraire choisi

03.07 - Déplacement à Cogne, balade dans les alentours

04.07 - Lac de Loie – Bardoney – Rifugio

Sogno di Berdezé + 1000 m

05.07- Fenêtre de Champrocher – Tour des lacs Noir, Blanc, Miserin- Rifugio Sogno di Berdezé + 600 m

06.07 - Lac de Ponto – Pas d'Invergneux Val Grauson – Gimillan – Cogne + 500 m

07.07 - Rifugio Vittorio Sell – Col de l'Ouille – Cogne ou variante Herbetet – Val Nontey + 1000 m

08.07 - Retour à Bulle

Matériel

De randonnée, souliers à bon profil, bâtons utiles

Subsistance

Demi-pension à l'hôtel, possibilité d'acheter les pique-niques sur place

Coût approximatif

Hôtel + déplacement environ CHF 600.-

Renseignements/inscription

Mathilde Auer, 079 657 97 92

Délaï d'inscription

Mercredi 14 juin

Notes

Randonnées en étoile depuis Cogne pour admirer la flore locale en compagnie de notre botaniste attiré Maurice Gremaud
Randonnées de 4 à 6 heures de marche sur des sentiers sans difficultés particulières.

Tour du Mont d'Or

JEUDI 6 JUILLET

T2



Lieu et heure de départ

Place Majeux à 7 h 30

Situation/altitude

Les Mosses, 1436 m

Itinéraire choisi

Les Mosses / Pierre du Moëllé / La Lèche-rette

Subsistance

Tirée du sac

Coût

Le transport

Renseignements/inscription

Michel deTechtermann, 079 245 03 45

Délaï d'inscription

Mercredi 5 juillet à 18 h

Jungfrau

SAMEDI 8 AU DIMANCHE 9 JUILLET

AD

=====



Lieu et heure de départ

Stamm, 10 h

Situation/altitude

4158 m

Itinéraire choisi

Rottalsattel - arête SE

Matériel

Crampons, piolet, casque, matériel glacier

Substance

Cabane + pique-nique les samedi et dimanche midi

Coût approximatif

CHF 200.- si demi-tarif,
CHF 280.- sans demi-tarif

Renseignements/inscription

Bruno Parnet, 079 938 19 34

Chef de courses adjoint

Alexia Massacand (CAS Morges)
lexma55@gmail.com

Délai d'inscription

Mercredi 5 juillet, le soir

Notes

Voie normale depuis la Monchsjoehütte
Jour 1 : Montée à Jungfraujoch par le train.
Montée à la la Monchsjoehütte. Nuit à la cabane.

Jour 2 : Montée au sommet de la Jungfrau par le Rottalsattel. Descente par le Rottalsattel et l'arête SE, jusqu'à Jungfraujoch. Retour par le train. Avec le Cas de Morges (cdc = Alexia Massacand).

Grand Cornier

SAMEDI 8 AU DIMANCHE 9 JUILLET

AD

=====



Lieu et heure de départ

Stamm à 10 h

Situation/altitude

Région Moiry, 3961 m

Itinéraire choisi

Par l'arête NW

Matériel

Complet de haute montagne

Substance

Pique-nique

Coût approximatif

CHF 100.-

Renseignements/inscription

Eric Barras, 079 261 15 82

Chef de courses adjoint

Jean-Bruno Pugin, 079 667 12 56

Délai d'inscription

Vendredi 30 juin

Notes

Par l'arête NW, avec vue fantastique sur la Dent Blanche. Course commune avec le Groupement Jeunesse

Ussers Barrhorn

SAMEDI 15 AU DIMANCHE 16 JUILLET

T4

=====



Lieu et heure de départ

Stamm à 9 h

Situation/altitude

Vallée de Tourtemagne / 3610 m

Itinéraire choisi

Montée à la Turtmannhütte par le sentier panoramique

Matériel

De randonnée + selon condition des nêvés

Subsistance

Pique-nique pour 2 jours

Coût

Transport et demi-pension

Renseignements/inscription

Francis Grandjean, 079 750 16 11 pas de SMS

Délai d'inscription

Judi 29 juin

Notes

Plus haut sommet d'Europe pour randonneurs

4 jours dans le Prätigau

SAMEDI 29 JUILLET AU MARDI 1^{er} AOÛT

T3/T4

=====



Lieu et heure de départ

Gare de Bulle à 6 h 10

Situation/altitude

Prätigau

Itinéraire choisi

J1 : Sankt-Antonien – Carschinahütte
2221 m - 3 h

J2 : Carschinahütte – Suzfluh 2817 m -
5 h 30 - 6 h

J3 : Carschinahütte – Dri Türm – Totalphütte
OAV 2381m - 7 h 30 (variante 4 h 30)

J4 : Totalphütte – Schesaplana 2965 m -
Schesaplanahütte – Grüşch - 6 h

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique pour 4 jours (possibilité d'acheter en cabanes)

Coût approximatif

CHF 180.- demi-pension et trottinettes +
CHF 102.- billets de train demi-tarif
(éventuellement prévoir billets des communes pour les 29.07 et 01.08)

Renseignements/inscription

Colette Dupasquier, 079 697 26 22,
jusqu'au 24 juin

Chef de courses adjoint

Lise Ruffieux, 079 587 94 00
du 25 au 30 juin

Délai d'inscription

30 juin à 18 h

Notes

Randonnée dans une magnifique région de Suisse orientale où alternent pâturages et rochers, nous y jouerons à saute-frontière entre la Suisse et l'Autriche. Retour prévu vers 21 h.

Sentier panoramique Schanffig (Grisons)

MERCREDI 9 AU SAMEDI 12 AOÛT

T3



Lieu et heure de départ

L'heure de départ sera communiquée aux participants

Situation/altitude

Randonnée dans les Grisons, région Arosa, sentier panoramique du Schanffig

Itinéraire choisi

09.08 - Déplacement en train et marche de Tschierschen à Arosa, + 1100 m, 11 km T2

10.08 - Arosa - Sapün/Jatz, + 1450 m T4 ou variante + 750 m T3, 15 km

11.08 - Jatz - Strassberg, + 1000 m, 13 km T3

12.08 - Strassberg - St. Peter Molinis, + 900 m T2, 12.5 km et retour en train à Bulle.

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique pour 4 jours (possibilité de se ravitailler sur place)

Coût approximatif

3 nuitées en hôtels de montagne (chambres + douches) avec demi-pension CHF 350.- + transport en train : plein tarif CHF 193.20.

Renseignements/inscription

Mathilde Auer, 079 657 97 92 le soir

Chef de courses adjoint

Netty Bersier

Délai d'inscription

Samedi 15 juillet

Notes

Cet itinéraire est une variante du Schanffiger Höhenweg officiel, il sera adapté aux conditions et à la forme des participants.

Marches journalières de 5 à 7 h.

Il est vivement conseillé de se procurer des cartes journalières de la commune pour le 9 et le 12 août.

OXYGENE MONTAGNE

Votre magasin spécialisé
Route de Ferpicloz 8 • 1731 EPEDES • 026 413 37 70

www.o2montagne.ch

Passion

Denise Sonney

Interviewée par Colette Dupasquier | Dessin Denise Sonney

Denise Sonney, (auteure du livre « Présence sur la montagne »), ouvre la porte sur son lieu « magique ». Ce mois-ci il n'y aura pas de questions-réponses, tant ces dernières, que je lui avais remises, ont inspiré « Nini » qui m'a spontanément rendu ce concentré de réflexions philosophiques, poétiques et sentimentales sur son expérience de la montagne.

Un lieu, magique ? Une lumière, une ombre, un contraste, un reflet, une rencontre, une simplicité, influencent la perception d'un endroit. Lorsque mon cœur vibre, me voilà toute chamboulée. En admiration ! La beauté s'y associe tout naturellement. Tantôt cette harmonie se révèle dans l'austérité et la rudesse, tantôt sa douceur, m'invite à m'y poser. Qui n'a pas rêvé dormir à un endroit, planter ses pénates, à la belle étoile. Souhaiter le bonheur que la magie de l'endroit diffuse. Ces lieux divins enchantent, émerveillent, ensorcellent. Parfois les mots se dérobent ou paraissent bien fades pour décrire de telles sensations. Je ressens juste quelque chose de plus, de... au-delà de... N'est-ce pas cela la magie ? Et son mystère car si on pouvait l'expliquer, le mystérieux n'existerait plus.

La montagne m'a offert de découvrir des merveilles. A la question de Colette, le choix fut difficile. Il s'est porté sur un lieu que j'ai redécouvert lors de ma recherche sur l'historique des croix sur les sommets fribourgeois.



Un saut de cabri, une bosse, une sommité arrondie, une petite « coursette »... A quelques encablures, une étape sur un itinéraire plus audacieux et plus « noble » peut-être. Quoique...

Par le versant Nord-Ouest, la randonnée débute par le chant du ruisseau et les parfums de la forêt. Au printemps, la neige persiste tout au fond de la vallée. Tapissant le sous-bois, l'anémone des bois ou anémone Sylvie, comme son nom le précise, nous indique la direction du vent. Elle partage le sol avec la ficaire, l'étoile d'or. Paupières fermées, les chalets patientent l'arrivée des sonnailles et des hommes.

Un chemin carrossable, sans beaucoup de charme, permet de s'élever et d'entendre la

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 CHF 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: registry@cas-gruyere.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 CHF 65.-

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

cascade batifolant dans les éboulis. Puis, le chemin devient sentier et grimpe jusqu'au col. Les piquets de la clôture supportent encore la neige accumulée durant l'hiver formant une corniche, parfois imposante. Venant de la vallée du Gros-Mont, en hiver, l'assaut du vent rend parfois ce passage infranchissable. D'ouest les rafales se précipitent et s'engouffrent dans le vallon des Audèches. Devant ce rideau en furie les randonneurs n'ont plus qu'à faire demi-tour. Ça aussi c'est magique...

Quand le blanc laisse la place au vert, les dernières taches de neige se panachent de mauve, violet et de vert tendre. De soyeux crocus en tapissent le dessus. Nous approchons de la croix. Et ce lieu magique est :

Au pied de la face nord de Brenleire et séparant les vallées du Motélon et du Gros-Mont, un relief s'est formé, comme un soupir échappé de la secousse. Les gens de ce pays le nomment Tissineva. Sa ligne de crête, du nord au sud, domine les pâturages de Poutes-Paluds jusqu'aux Noires-Joux. De là, elle s'allonge et dessine trois petites sommités. La croix se dresse sur celle du milieu, même si elle n'est pas la plus élevée... (Extrait de l'histoire de la croix de Tissineva : celle du passage des hommes.)

A ce stade de la lecture, vous aurez certainement reconnu mon lieu magique : Le Plan de Tissineva. Il se fréquente en toute saison avec des variantes : de la vallée du Gros-Mont, depuis les Planeys ou de Motélon en partant du Patchalet par le chalet de Tissineva ; aller-retour ou avec une boucle en suivant la crête vers Les Noires-Joux, la Vonderweire et la chapelle du Motélon, dans un sens ou dans l'autre. À proximité, l'arête de Brenleire tend les bras aux plus hardis. Avec Folliéran, Galère et ainsi de suite, les variantes sont multiples. À chacun son Everest !

L'endroit n'a pas changé au fil des années, mais mon regard a changé. Mon approche de la montagne a changé. Lorsque la varappe était mon occupation favorite, l'accès aux voies d'escalade représentait le passage obligé. Le monde minéral triomphait. Le rhododendron, la gentiane, l'orchis vanillé et les tapis fleuris que j'ai toujours appréciés n'avaient pas le même parfum qu'aujourd'hui. Avec l'âge, les priorités et les ambitions se modifient. Aujourd'hui, un carnet, une boîte d'aquarelle et un pinceau ont remplacé boudrier crampons et compagnie... Alors, forcément, la notion du temps et de l'espace se mettent au diapason.



**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 Marlon 11 - 1630 BULLE
www.montagneattitude.ch

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

**MONTAGNE
attitude**
Ouvret du mardi au vendredi:
9h-12h 14h-18h30
samedi matin 9h-12h

Ici, la présence des deux élégantes et imposantes cimes que sont Brenleire et Folliéran apaisent. Au printemps et en automne, lorsque les rayons du soleil atteignent l'arête unissant le couple, l'effleurement lumineux s'éternise et danse sur le fil. L'allure harmonieuse de la ligne de crête de Galère ondulant vers le Vanil-Noir guide l'œil vers le ciel avec douceur. La courbure de Tsermon, les vallonnements et les plis des Merlas, les trois Dents s'inclinant vers la plaine créent un paysage varié. Ce lieu déborde de gratitude.

Le panorama se contemple et il faut peu de place pour laisser venir à soi la beauté du

monde. Ce que je réalise aujourd'hui, c'est également le point de vue privilégié de l'alpiniste ou du randonneur à chaque étape de l'ascension. Des endroits d'où de nulle part ailleurs, il peut avoir certains angles de vue. Et la trace du regard ne laisse pas de trace. Elle s'imprime en soi. Elle participe à l'enrichissement de notre bibliothèque intérieure. Celle qui, les années passants, sécrète l'intimité de ces instants. Ces souvenirs, ces lieux magiques, pour lesquels il suffit de fermer les yeux afin de les revivre à souhait. La découverte de la montagne est un cadeau pour la vie.

Photo Philippe Noth® | Montreux



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

Julbo®

Solaires sport avec
verres Hi-Tech
haute protection

Sans correction

dès 79.-

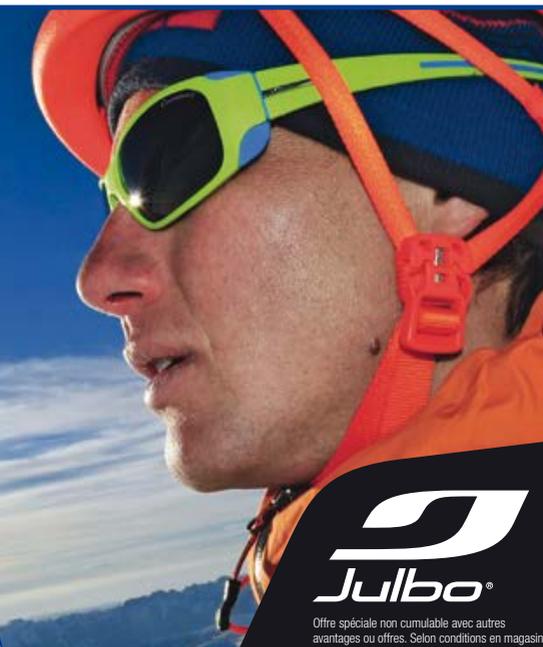
À votre correction

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



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





Récits de course

« Mini haute-route » Arolla-Zermatt, avec un magnifique soleil!

8 AU 10 AVRIL 2017

Récit : Ursula et Michel | Photos : C. Dupasquier

Les participants à cette sortie

Chef de courses	Jean-Bruno
Chef de courses adjoint	Eric
Les « Infatigables »	Chantal et Colette
Les « Tourtereaux »	Martine et Claude
La « Bande de Copains »	Titi, Michel, Joël et Claudio
Notre « Confirmé »	Francis
Les Apprentis	Michel et Ursula

Lors de cette randonnée, nous avons passé une nuit à la cabane des Dix et une nuit à la cabane des Vignettes.

1^{er} jour : La montée vers le « Pas de Chèvre » a été une mise en route en douceur, mais... certaine. En l'attente d'une pause virtuelle, l'altitude pour les uns, la chaleur et la soif pour d'autres se sont fait sentir.

2^e jour : Nous nous sommes éloignés de la cabane des Dix pour le Pigne d'Arolla, par la Serpentine. Excellentes conditions, une simple mise de couteaux et un encordement suffiront. Cette ascension s'est effectuée dans une ambiance silencieuse et appliquée.





GRUYERE
PARAPENTE
.CH

Survole de Gruyères

Ecole de parapente

Bons Cadeaux
Vols Biplace
Formation
Voyages
Matériel

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

3^e jour : Le déjeuner à la cabane des Vignettes, a été apprécié par nos « Tourtereaux », du Nutella pour tartiner leurs crêpes ! « Heureux » qu'ils étaient! Par contre, les apprentis un peu crispés ce matin-là..... ! Pour moi, dès que j'avais quitté le dortoir, déjeuné, préparé mon matériel, quitté la cabane et fait la 1^{ère} descente, j'avais déjà accompli les trois quart de la journée. J'étais en sueur.

Le tracé pour Zermatt depuis les Vignettes, passe par le col de l'Evêque, puis un mur : le col du Mont Brûlé, une pente de 40 degrés. Personnellement, en le gravissant, je n'ai jamais regardé autre chose que les souliers de Jean-Bruno et les miens. Je n'ai rien voulu voir, ni en haut, ni en bas. Le vide et moi, ce sont deux. Les conditions étaient, également excellentes, pas besoin de crampons.

Tête Blanche pointait à l'horizon. Une montée en 3 cordées, jusqu'au col de Valpelline, dernière « grimpette » ! La « Bande de Copains » a tenu à signaler à notre chef de course qu'il a omis de mentionner dans sa check-list, qu'il fallait prémâcher le pique-nique pour les trois jours. Les arrêts de Jean-Bruno étaient brefs et rarissimes. En effet, nous étions en permanence sur des glaciers. La sécurité a été prioritaire, nous le remercions.

Le dernier « dépeutage » au col de Valpelline se déroula dans un décor époustouflant. Le précieux bisou de notre « Confirmé » Francis, a manqué. Il a pris la décision de rejoindre Arolla par la descente des Vignettes, sous le contrôle de Jean-Bruno. Sa résolution a été réfléchie, respect.



Plus que la descente, 15km... Un peu difficile, mais dans un tel environnement, nous avons vite oublié « la neige cartonnée » que nous avons dû braver. Les muscles de certaines cuisses, dont celles de Claudio, sifflaient.

La civilisation en vue, un petit « resto » nous a fait de l'œil, nous avons craqué ! Bas les lattes ! C'était trop cool ! La terrasse, le soleil, des légumes pleins nos assiettes et en plus, Claudio qui avait son « anni » ! Un vrai bonheur !

Avec notre équipe et nos « Infatigables », toujours là pour nous apporter le « p'tit coup de pouce », la sécurité et la bonne humeur ont brillé tout au long de ce séjour.

En conclusion, une telle sortie permet de se retrouver avec soi-même, de prendre conscience du fonctionnement de notre corps, afin de lui apporter quelques petits réglages, comme s'hydrater, se détendre, affronter ses peurs, être simplement à l'écoute de soi...

Cuisine traditionnelle & maison
Bière artisanale & vins du Vully

Soirées à thèmes & animations
Terrasse & cocktails

CAMPING DE GUMEFENS
buvette du Lac

info@labuvettedulac.ch
026 915 15 70

Facebook icon Instagram icon

Ouvert 7 / 7 en saison



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.



**DÉCOUVREZ
NOTRE CORNER MILLET**

**RENDEZ-VOUS :
RTE DU VERDEL 22
1630 BULLE**

Castella
SPORTS BULLE

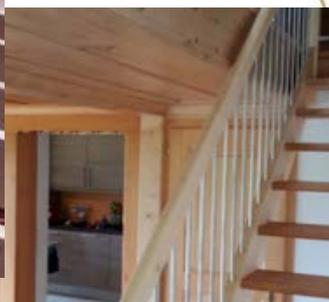
MILLET

JAB

1630 Bulle 1

LAPOSTE

Jean **BARRAS**
construction bois



Jean Barras Sàrl
Construction bois
Fin du Chêne 5
1652 Botterens

079 751 88 85
026 921 13 25

j.barras@barras-charpente.ch
www.barras-charpente.ch