



Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS LA GRUYÈRE 02-2018

FÉVRIER 2018



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



CHAUSSURES DE SKI ET DE RANDO

- ANALYSE DU PIED
- SEMELLES ADAPTÉES SUR MESURE
- CHAUSSONS THERMOFORMÉS
- COQUE AJUSTÉE

Un team pratiquant le ski et la rando, qui saura vous conseiller au mieux dans le choix de la chaussure la plus adaptée à votre sport favori!

www.trangosport.ch



Infos utiles



PRÉSIDENT

Claude Heckly, Route de la Ria 10, 1666 Grandvillard
Tél. 079 398 06 44

E-mail : presidence@cas-gruyere.ch

ADRESSE DU CLUB

Casa 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

Activités au stamm 05

Activités en cabane 07

Cabanes de la section 09

Reflets de la section 15

Groupement jeunesse 17

Courses de la section 21

Récits de course 34

Un conte d'Après-Noël 45

PHOTO DE COUVERTURE

Le Gros Brun.
Eloi Bosson | Novembre 2013



Pensez à nos calendriers

Faites-vous plaisir! Faites plaisir! Partagez!

Pas de quantité minimum. Tout format...

Papeterie (en-têtes, 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

COLETTE DUPASQUIER RÉDACTRICE DU BULLETIN

À l'heure d'écrire cet éditorial, on venait de se souhaiter de bons vœux pour l'année nouvelle. Les uns avaient fêté le passage vers l'an nouveau à la cabane des Clés où le Team organisait une soirée très conviviale. Le 2, les sportifs évacuaient les calories superflues à l'assaut de la cabane de l'Oberegg. Le même soir on remettait une couche devant une fondue au stamm.

La semaine suivante la vie reprendra gentiment son rythme d'avant les fêtes, les écoles recommenceront à accueillir leurs flots d'écopliers, les vacanciers retourneront chez eux et beaucoup reprendront le boulot. Les clubistes les plus chanceux, soit les retraités ou quelques travailleurs pouvant s'organiser avec leur boss, reprendront le rythme des rencontres du mardi et du jeudi pour les sorties à ski, « à la carte » ou organisées, les autres attendront le week-end pour crapahuter les sommets seuls ou en groupe, peut-être à la suite d'un chef de courses qui va leur faire découvrir une nouvelle course.

Dimanche 7, lendemain de la fête des Rois, alors que je rentrais de la réputée « Marche des Rois », qui amène les marcheurs de Bulle (ou d'ailleurs) au Couvent de la Valsainte, une amie, membre de notre section, s'arrête chez moi toute bouleversée. Elle m'apprend la triste nouvelle : Léo, le responsable du bivouac du Dolent a été retrouvé sans vie le long du lac de la Gruyère. Un malaise cardiaque l'avait emporté vers d'autres rives. Mais non, pas lui ! Pas cet homme si calme, attentif, attachant, toujours prêt à aider, à se dévouer pour une bonne cause ; c'est la consternation. Plein de souvenirs de ce bon copain de cordée reviennent, ceux de sa compagnie lors d'une soirée des barmen, d'une randonnée vers son cher bivouac qu'il a bichonné durant tant d'années, de rencontres au hasard de nos chemins ou sentiers.

De nombreux amis du CAS, et d'autres groupements, venus lui rendre un dernier hommage,



se remémorent les bons moments partagés avec lui. On vante à nouveau son attachement à ce refuge orange accroché à la montagne où il montait régulièrement pour entretenir bâtiment, sentier et balisage, souvent en compagnie de son pote Nicolas ! On a juste envie de dire « un grand merci Léo ».

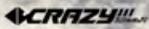
Ce triste épisode, survenu parmi les événements plus heureux précités, prouve que notre club bénéficie, malgré ses 2300 membres, d'un cadre relationnel assez intime, que l'on pourrait qualifier de familial. Une visite à un(e) clubiste malade ou accidenté, un coup de téléphone pour s'enquérir de la santé d'un(e) membre que l'on ne voit plus aux courses, tout cela existe dans notre société ; cela doit persister afin de garder ce contact de proximité et de maintenir la chaleur humaine au sein de notre belle section.

Le Bouquetin veut aussi être le relais de vraies relations humaines dans les heures sombres comme dans les claires.

MAGASIN: RTE DE MORLON 11-1630 BULLE
MARDI À VENDREDI: 9h-12h 14h-18h30
SAMEDI: 9h-12h
SHOP EN LIGNE: WWW.MONTAGNEATTITUDE.CH



VOTRE SPÉCIALISTE TEXTILE POUR LES ADEPTES
DES ACTIVITÉS EN MONTAGNE ET DU RUNNING.
DES MARQUES INNOVANTES ET UN SERVICE PERSONNALISÉ



**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

Activités au stamm

MATCH AUX CARTES PAR ÉQUIPES AU STAMM

VENREDI 23 FÉVRIER À 19 H

Nombreux prix et soupe à l'oignon offerte

Par équipe de 2, vous pouvez aussi venir seul et nous vous trouverons une ou un co-équipier.

Finance d'inscription : CHF 20.- par personne, délai 21 février.

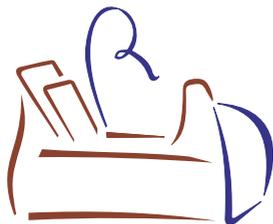
Inscription par téléphone ou SMS au 079 697 26 22 ou par e-mail à bulletin@cas-gruyere.ch, dans ce cas merci d'indiquer un n° de tél. où vous joindre.

Au plaisir de vous rencontrer nombreux à ce match aux cartes



Le comité

Menuiserie Agencement



Denis Risse Sàrl

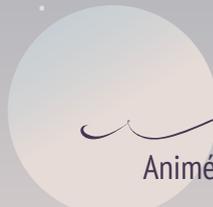
Une philosophie, une passion!

Fenêtre - Porte - Agencement
Cuisine - Parquet - Rénovation

079 371 07 76 www.denis-risse.ch



CABANE DES PORTES



SOIREE CONTES

Animée par la conteuse Gaëlle Brändli et sa musicienne

Samedi 24 février 2018 - 17:30

Tout public!
Contes et légendes de la Gruyère

Rendez-vous	parc du chalet des Portes d'en Bas
1ère partie	contes autour du feu, aux alentours du chalet des Portes d'en Bas
Déplacement	à pied jusqu'au chalet des Portes d'en Haut (600 mètres)
2ème partie	contes autour du feu du trintsàbyo
Restauration	soupe, pain, fromage, saucisse et viande séchée (CHF 12.-)
Boissons	en vente à la cabane
Réservation	souhaitée, jusqu'au samedi matin 24 février, 9h (sms 077 409 18 36 ou courriel: portes@cas-gruyere.ch)
Equipement	habits d'extérieur chauds, chaussures de marche, éventuellement raquettes, lampe

La soirée a lieu par tous les temps.

Présentation du chapeau au terme de la soirée pour la conteuse.

Activités en cabane

SOIRÉE CONTES AUX PORTES

SAMEDI 24 FÉVRIER À 17 H 30

.....

Voir affiche ci-contre

CABANE DES CLÉS

SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 MARS

.....

Merci aux gardiens qui vous voudront bien s'annoncer par assurer un gardiennage les 17 et 18 mars.

CABANE DES CLÉS

DIMANCHE DE PÂQUES, 1^{er} AVRIL

.....

Fête des familles avec course aux œufs, détails dans le bulletin de mars !

La cabane sera ouverte durant les vacances de Pâques !

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



**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

Cabanes de la section

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

CABANE DES CLÉS

1352 m

FÉVRIER

Week-end	03 - 04	Roland et Anne-Lyse Dervey
Week-end	10 - 11	Eloi et Antoinette Bosson
Semaine	12 - 16	Pierrot et Myriam Roulin
Week-end	17 - 18	Pierrot et Myriam Roulin
Week-end	24 - 25	Léonard et Odette Crottaz

MARS

Vendredi	02	Sortie pleine lune (voir p. 30) Resp. Colette Dupasquier
Week-end	03 - 04	G. et I. Sapin, P. et M.-Cl. Castella
Week-end	10 - 11	M. et R. Vallélian, S. Jungo
Week-end	17 - 18	Libre
Week-end	24 - 25	Gérald Rumo, Daniel Schafer
Semaine	26 - 30	Bernard Eltschinger

Dimanche de Pâques, fête des familles avec course aux œufs.

La cabane sera ouverte durant les vacances de Pâques.

Merci aux gardiens qui vous voudront bien s'annoncer par assurer un gardiennage le 17 - 18 mars.



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



*"L'Espace
d'un
Instant"*

*Cabinet de thérapies manuelles et soins énergétiques
Bulle - Les Sciernes-d'Albaue*

Massages - Drainage lymphatique - Soins bols chantants -
Soins énergétiques - Reiki

Carole Bapst Hervy 079 309 23 67 www.lespaceduninstant.ch

PLAISIRS PARTAGÉS



55

★ ANS ★
DE CUISINES
COMPLICES

Ebénisterie, agencements de cuisines
Ecosa, 1666 Villars-sous-Mont
T +41 (0)26 928 40 10, F +41 (0)26 928 40 19
cuisines@ecosa.ch, www.ecosa.ch



ECOSA
Les artisans de vos espaces culinaires

FÉVRIER

vendredi	02	Sortie pleine lune – Resp. Mathilde Auer
Week-end	03 - 04	Vonvon Kolly et Jean-Claude Ecoffey
Mercredi	07	Jean-Louis Romanens
Week-end	10 - 11	Daniel Boschung et Raoul Ruffieux
Mercredi	14	Vonvon Kolly
Week-end	17 - 18	Stéphane et Clotilde Romanens
Mercredi	21	Bernard Bussard et Dodo Menoud
Week-end	24 - 25	Joël Bach et Jean-François Vienny Le 24, soirée contes (voir page 6)
Mercredi	28	Frédy Wyssmüller - Marcel Moret - Gaby Majeux

MARS

Week-end	03 - 04	Adèle Lehmann - Céline Schnezler - Daphnée Ghaaraee
Mercredi	07	Eric Sudan
Week-end	10 - 11	Daniel et Corinne Romanens
Mercredi	14	Frédy Wyssmüller - Marcel Moret - Gaby Majeux
Week-end	17 - 18	Nicole, Léo et Catherine Meury
Mercredi	21	Bernard Bussard et Dodo Menoud
Week-end	24 - 25	René et Anne-Marie Valléian
Mercredi	28	Jean-Louis Romanens
Week-end	31 - 01	Adèle Lehmann et Simon Angéloz


INFOS CABANE
Situation

Située au sud de Vaulruz, sur l'arête NE des Alpettes, la cabane se trouve dans le chalet d'alpage communal de Vuadens « Les Portes d'en Haut ».

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. 10 places en dortoirs avec duvets nordiques.

Réservation/information

Joël Bach
077 409 18 36
portes@cas-gruyere.ch

Gardiennage

Cabane gardiennée les week-ends de fin octobre à fin avril. De janvier à fin avril, la cabane est ouverte tous les mercredis de 10 h à 16 h et le week-end du samedi dès 14 h jusqu'au dimanche 16 h.

Coordonnées

2 565 900 / 1 159 900 – CN
1224 Moudon

Sports et Loisirs

Avry-devant-Pont

Hiver :

Ski randonnée-Ski de fond
Location skis-raquettes

Rte de l'Eglise 19
026 915 12 42



Rue du Cârô 1
1630 Bulle
T 026 919 60 20

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



GRAND
MARBRERIE

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



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

Pâtisserie-traiteur

Boulangerie-Pâtisserie Service traiteur
Confiserie et chocolat Apéro dînatoire

www.auxparfumsdessaillons.ch



CHAUSSURES
Waeber
BULLE

Grand-Rue 21

EPICERIE
DURABLE
ENNEY

manger.
vivre.
partager.

CABANE DE L'OBEREKG 1818 m**FÉVRIER**

04	Myriam & Pierrot Roulin, Denise Nicolet, Nicolas Bourguet
11	Famille Sciboz-Bruegger
18	Bernard Bussard & Dodo Menoud
25	Alex Yerly & Dom Monney

MARS

04	Rumo Gérald, Rumo Steve, Andrey Philippe
11	Libre
18	Alex Yerly & Dom Monney
25	Libre

**CABANE DES MARINDES** 1868 m**CABANE DE BOUNAUX** 1620 m**En fermeture hivernale****INFOS CABANE****Situation**

La cabane de l'Oberegg est un endroit merveilleux, d'où l'on bénéficie d'une vue magnifique sur les Alpes bernoises et valaisannes et sur la chaîne des Gastlosen. C'est un magnifique but de promenade en toutes saisons, à pied, à ski ou en raquettes, compter environ 1 h depuis le col du Jaun.

Recherche

Profitez de passer des moments inoubliables et inscrivez-vous pour un week-end de gardiennage. Le responsable se tient à votre disposition pour des renseignements et, si nécessaire, pour vous introduire à cette activité !

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



**OXYGENE
MONTAGNE**



Votre magasin spécialisé

Route de Ferpicloz 8 • 1731 EPEDES • 026 413 37 70

www.o2montagne.ch

La BCF, partenaire de vos loisirs.



www.bcf.ch



**Banque Cantonale
de Fribourg**

simplement ouvert

Reflets de la section

ADMISSIONS

Bongard Thibaud, route de Bionnens 41, **Vauderens**

Borcard Claude, chemin de Faily 7, **Villaraboud**

Borcard Madeleine, chemin de Faily 7, **Villaraboud**

Burkhalter Alain, imp. de la Condémine 17, **Vuisternens-dt-Romont**

Burkhalter Karin, imp. de la Condémine 17, **Vuisternens-dt-Romont**

Imhof Sandrine, rue des Béguines 61, **Romont**

Richoz Marcel, route de Vuarmarens 70, **Esmonts**

Saucy Francis, rue des Châteaux 49, **Vuippens**

Vojtek Oto, route de la Prela 220, **Fiaugères**

Vojtek Sylvie, route de la Prela 220, **Fiaugères**

Vuichard Boris, chemin des Celtes 14, **Bulle**

Wust-Saucy Anne-Gabrielle, rue des Châteaux 49, **Vuippens**

GROUPEMENT JEUNESSE

Borcard Emma, chemin de Faily 7, **Villaraboud**

Borcard Léane, chemin de Faily 7, **Villaraboud**

Burkhalter Liam, imp. de la Condémine 17, **Vuisternens-dt-Romont**

Burkhalter Lucie, imp. de la Condémine 17, **Vuisternens-dt-Romont**

Gremaud Mathia, Prieuré 5, **Broc**

Pittet Gilles, Clos-Piquet 4, **Châtonnaye**

Python Thibault, Colombanc 8, **Torny-le-Grand**

COIN DE LA SYMPATHIE

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

Jean Tinguely, membre vétéran ;

Léonardo Zanon, membre vétéran et responsable du Bivouac du Dolent ;

Elsbeth Frei, maman de Nicole Frei Grandjean et belle-mère de Jacques Grandjean, membres ;

la maman de Nicolas Bärtschi, co-responsable du bivouac du Dolent.

ACTIVITÉS DÉCEMBRE

DATE/BUT	PARTICIPANTS
----------	--------------

28.11

Oberegg

14

05.12

Rathvel

15

07.12

Première neige

25

12.12

La Berra

5

19.12

Plan Francey - La Chia

22

21.12

Vudalla

23

26.12

Préalpes

11

27.12

Monts-Chevreuils

2

28.12

Monts-Chevreuils

28

ERRATUM

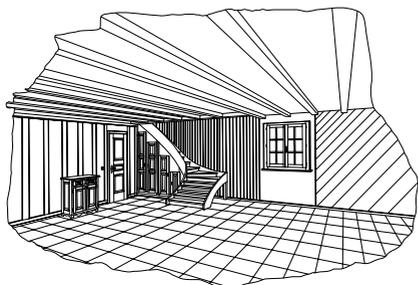
Carnet de courses 2018

Page 27 :

le n° de portable de Steinhauser Steffen est 079 205 85 96

Page 28 :

l'adresse email de Daniel Borcard est borco@bluemail.ch



Menuiserie - Agencement

Eloi Bosson Sàrl

1632 Riaz

Réalisations

- Rénovation / Transformation
- Couvert / Pergola / Terrasse
- Porte d'entrée / communication
- Fenêtre / Fenêtre de toiture
- Cuisine / meuble salle de bain
- Armoire murale / Mobilier
- Escalier / Balustrade
- Parquet / Plancher
- Réparation / Entretien
- Boiserie / Plafond

Maîtrise Fédérale

Entreprise Formatrice

Natel 079/230.58.60

Tél. prof. 026/912.42.52

Fax 026/912.49.27

E-mail: eloi.bosson@websud.ch

monferini
BULLE

J. MONFERINI S.A.

Constructions 026 912 82 68

www.monferini.ch



pittet vins
secret de cave

CP 14 / Rte de Gruyères 30

1663 Epagny / Gruyères

T 026 921 11 84

info@pittetvins.ch

www.pittetvins.ch

**SPO
RTS**
a v e n t u r e s

SNOWSKI
BIKE
RAZAI
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 026 882 40 41 / F 026 852 40 42 / SPORTS-AVENTURES.CH
HORAIRES DU MAGASIN
LUNDI, FERMÉ // MA-VE 9H-12H / 13H30-19H // SA 9H-12H / 13H30-19H

Camp de Carnaval

MERCREDI 14 AU VENDREDI 16 FÉVRIER

F



Lieu et heure de départ

Les participants seront informés.

Itinéraire choisi

Cette année le camp de carnaval aura lieu sur 3 jours. Le lieu reste encore à définir selon les conditions du moment.

Exigences physiques

A - Peu exigeante

Coût approximatif

CHF 150.-

Un décompte sera effectué à la fin du camp.

Renseignements/inscription

Par téléphone, par écrit

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Alexandre Castella, téléphone 079 343 32 16

Sortie Préalpes

SAMEDI 17 FÉVRIER

AD



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Subsistance

Pique-nique tiré du sac.

Matériel

De ski de randonnée, pelle, sonde DVA

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Laurent Scheurer, téléphone 079 287 40 70

Délai d'inscription

Du 08.02 au 15.02

Itinéraire choisi

Tsermon 2139 m, depuis Grandvillard

Ski de rando en cabane-module débutant 3

SAMEDI 24 ET DIMANCHE 25 FÉVRIER

F



Lieu et heure de départ

Stamm, l'heure sera communiquée aux participants.

Substance

Cabane avec demi-pension / pique-nique pour 2x midi

Matériel

Ski de randonnée standard pour 2 jours, plus frontale, brosse à dents, sac à viande et un peu plus de pique-nique. Le détail exact sera communiqué aux participants, évent. baudrier ; piolet et crampons certainement pas nécessaires.

Dénivelé, heures de marche

Course destinée aux jeunes qui aimeraient découvrir la magie de la montagne en hiver à ski sur 2 jours.

Exigences physiques

A - Peu exigeante

Coût

Nuitée en cabane

Renseignements/inscription

Par téléphone, par écrit

Instructions d'inscription

N'hésitez surtout pas à m'appeler en cas de questions !!

Chef de courses

Johannes Konrad, téléphone 078 647 21 77

Délai d'inscription

Du 01.01 au 11.02

Itinéraire choisi

On choisira une course pour que vous puissiez découvrir tranquillement le ski de randonnée sur plusieurs jours. Le but étant de passer un chouette week-end avec nuitée en cabane. La course sera adaptée à toute personne et tous niveaux. L'unique prérequis est d'avoir participé au module débutant à ski du GJ, peu importe le niveau.

Remarques/descriptif

Cette sortie fait partie du module débutant à ski. Les inscriptions sont uniquement possibles en participant à la première sortie du module le 21 janvier avec Léo Scyboz.



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.

Ski de rando - module moyen 1

SAMEDI 3 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Stamm, l'heure sera communiquée aux participants.

Substance

Pique-nique tiré du sac pour midi

Matériel

Sera communiqué aux participants.

Dénivelé, heures de marche

Les courses du module moyen seront progressives sur les 3 courses proposées.

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Renseignements/inscription

Par téléphone, par écrit

Chef de courses

Johannes Konrad, téléphone 078 647 21 77

Délai d'inscription

Du 01.02 au 25.02

Itinéraire choisi

Itinéraire d'un jour avec 1500 m de dénivelé. N'ayez pas peur, on ne va pas régler ça en 2 h, le but c'est que tout le monde arrive au bout ! On prendra le temps qu'il faut.

Remarques/descriptif

Par l'inscription à cette course, vous vous inscrivez aux 3 courses du module moyen. Ce module s'adresse aux jeunes qui ont déjà pratiqué un peu le ski de rando et qui aimeraient découvrir un peu la haute montagne à ski. Pour s'inscrire il faut être autonome dans les manipulations standard (mettre, enlever les peaux, mettre un baudrier), il faut être d'accord de marcher pendant 4 h et bien sûr avoir du plaisir ! Mais il ne faut pas avoir peur du niveau, on fera en sorte que tout le monde ait du plaisir. En cas d'hésitations ou questions, appelez-moi, je suis à votre disposition. Les courses du module sont les suivantes :

03.03 course de 1 jour avec Johannes

Konrad

10-11.03 course de 2 jours avec Alexandre Castella

21-22.04 course de 2 jours avec Johannes Konrad et Alexandre Castella (pourquoi pas, faire un 4000 m ?)

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

S Courses de la section

La Lécherette

JEUDI, 1 FÉVRIER

F

.....



Ochsen - Bürglen - Birehubel

JEUDI 1^{er} FÉVRIER

AD

.....



Pra Cornet

JEUDI 1^{er} FÉVRIER

WT2

.....



Sortie pleine lune aux Portes

VENDREDI 2 FÉVRIER

WT1

.....



Walighürli

SAMEDI 3 FÉVRIER

PD

.....



Module perf. ski-rando J2

DIMANCHE 4 FÉVRIER

PD

.....



Préalpes

DIMANCHE 4 FÉVRIER

AD

.....



Pour ces courses, voir bulletin de janvier, pages 33 à 37

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 30 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.



026 928 10 08

Heures d'ouverture

LU-MA-ME 06:30-19:00

JE-VE 06:30-23:00

SA 07:00-23:00

DI 07:00-19:00



026 928 10 11



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



Les sociétaires Raiffeisen vivent plus d'émotions tout en payant moins.



Entrée gratuite dans plus de 490 musées. Concerts, événements, matchs du dimanche de la Raiffeisen Super League et cartes journalières de ski avec jusqu'à 50% de rabais. Apprenez-en plus sur :

raiffeisen.ch/memberplus

RAIFFEISEN

Husegg / Wandflue

JEUDI 8 FÉVRIER

PD



Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 8 h

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Complet de randonnée à ski (DVA, pelle, sonde)

Dénivelé, heures de marche

Wandflue : +1100 m, Husegg : +700 m

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Délai: mercredi 7 février 18 h

Chef de courses

Romain Chofflon, téléphone 079 293 41 09

Itinéraire choisi

Classique depuis Abländschen

Neuf règles

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



- 1 Montées et descentes se font aux risques et périls des randonneurs, qui en assument l'entière responsabilité.
- 2 N'utiliser que le bord de la piste pour monter (règle FIS n°7). Monter en file indienne, pas de front, et faire attention aux autres skieurs.
- 3 Attention aux abords des sommets, des passages étroits et des pentes raides, en cas de neige verglacée et de traversée des pistes. Ne pas traverser aux endroits dépourvus de visibilité.
- 4 Ne jamais emprunter de piste fermée. Respecter les indications sur place, notamment en ce qui concerne les itinéraires.
- 5 Prudence maximale lorsque les pistes sont préparées. Pour des raisons de sécurité, les pistes de ski sont fermées lors de l'utilisation de treuils. Il y a danger de mort!
- 6 N'utiliser que le bord des pistes fraîchement damées.
- 7 Etre attentif aux dangers, faire particulièrement attention aux avalanches. S'abstenir d'emprunter des domaines skiables où des déclenchements artificiels d'avalanches sont à prévoir.
- 8 Ne pas emmener de chien sur les pistes de ski.
- 9 Respecter les réglementations de parcage et payer sa place de stationnement.

Vanil-Blanc et Grosse Côte



JEUDI 15 FÉVRIER

PD

Lieu et heure de départ

Place Majeux à 8 h

Substance

Pique-nique

Matériel

De randonnée à ski complet

Dénivelé, heures de marche

+1500 m - 6 h

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût

Transport

Instructions d'inscription

Par téléphone ou en ligne en précisant

votre numéro de portable, merci d'avance

Chef de courses

Maurice Beaud, téléphone 079 549 47 45

Délai d'inscription

Du 10.02 au 14.02

Itinéraire choisi

Départ de la Cuvignette - Les Daves - Pra
Chablais - Vanil-Blanc - descente par les
Ombriaux jusqu'à Servan Montée par
Chèveresse - Grosse Côte - descente par
le chalet de la Grosse Côte puis les Prés
d'Albeuve

Plan de la Douve



SAMEDI 17 FÉVRIER

PD

Lieu et heure de départ

Duvillard, Epagny à 8 h

Dénivelé, heures de marche

+1000 m

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone jusqu'au ve 9 février

Chef de courses

Jean-Claude Perroud,
téléphone 079 230 68 35

Les Merlas/Le Van

DIMANCHE 18 FÉVRIER

PD

=====



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Subsistance

Pique-nique

Matériel

De ski de randonnée + DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

1200 m de dénivelée, si départ depuis Grandvillard, S3

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Délai jusqu'à 12 h

Chef de courses

Jean-Claude Mauron,
téléphone 079 710 67 34

Délai d'inscription

Du 01.02 au 17.02

Grandvillard – Les Joux

JEUDI 22 FÉVRIER

PD

=====



Lieu et heure de départ

Place Majeux à 8 h 30

Subsistance

Pique-nique

Matériel

De ski de randonnée complet

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé 783 m
Durée totale : 4 h 30

Exigences physiques

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

En ligne, mentionner votre numéro de portable

Chef de courses

Raymonde Beaud, téléphone 079 397 68 21

Délai d'inscription

Du 15.02 au 20.02

Itinéraire choisi

Place de parc de la grotte, La Frasse, Gros-Pas, Pra Fleuri, Les Joux

Praz de Cray

JEUDI 22 FÉVRIER

AD

=====



Lieu et heure de départ

Co-voiturage d'Epagny à 7 h

Substance

Pique-nique

Matériel

De ski de randonnée + couteaux, DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

Montée : 1500 m, 5 h

Exigences physiques

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, par écrit, en ligne

Instructions d'inscription

Merci d'indiquer votre n° de portable si inscription en ligne et votre nom si par portable

Chef de courses

Colette Dupasquier,
téléphone 079 697 26 22

Délai d'inscription

Du 01.02 au 21.02

Itinéraire choisi

Selon les conditions

Chef de courses adjoint

Nicolas Dupasquier

Jaunpass (région)

JEUDI 22 FÉVRIER

WT2

=====



Lieu et heure de départ

Parc Majeux Bulle à 8 h 30

Matériel

Complet de raquetteur (DVA, pelle, sonde)

Dénivelé, heures de marche

+544 m -545 m, temps de marche 5 h -
5 h 30, distance totale 8,9 km

Exigences physiques

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Jean-Louis Kolly, téléphone 079 331 49 53

Délai d'inscription

Du 19.02 au 21.02

Itinéraire choisi

Jaunpass - Pletsch - Croix Oberenegg - Hürli
- Oberenegg Läger - Jaunpass

Cheffe de courses adjointe

Remy Marie-Thérèse

Col des Martinets

SAMEDI, 24 FÉVRIER

PD

|||||



Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h 30

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Complet de rando à ski

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 25.- pour le transport

Renseignements/inscription

Par écrit, en ligne

Instructions d'inscription

Par internet, s.v.pl. préciser votre nom et numéro de natel. Sinon par SMS en précisant votre nom. Merci d'avance

Chef de courses

Chantal Python Niklès,
téléphone 079 385 15 91

Délai d'inscription

Du 12.02 au 22.02

Itinéraire choisi

Départ de Plan-sur-Bex en direction du col des Martinets (2615 m) par le Vallon de Nant.

Hundsrügg

SAMEDI 24 FÉVRIER

PD

|||||



Lieu et heure de départ

Parking piscine à Broc à 7 h 30

Matériel

Standard rando à ski

Dénivelé, heures de marche

+1000 m, -1000 m / possibilité de rajouter 500 m suivant les conditions, durée totale 5 à 6 h

Exigences physiques

A - Peu exigeante

Instructions d'inscription

Inscriptions par SMS ou whatsapp ou téléphone

Chef de courses

Sébastien Dousse, téléphone 079 628 76 05

Délai d'inscription

Du 19.02 au 23.02

Itinéraire choisi

Depuis la route d'Abländschen, direction Oberenegg puis le long de l'arête jusqu'au Hundsrügg. Possibilité d'allonger le parcours suivant les conditions.

La Para

DIMANCHE 25 FÉVRIER

PD

=====



Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h

Matériel

Complet de randonnée à ski + DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

5 h, 1400 m depuis l'Etivaz S3

Exigences physiques

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, par écrit, en ligne

Instructions d'inscription

En ligne : merci de laisser votre n° de téléphone.

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Steffen Steinhauser,
téléphone 079 205 85 96

Délai d'inscription

Du 01.02 au 24.02

Itinéraire choisi

Montée par l'Eau Froide, Planpérette, Toumalay, Les Châteaux, Col de Seron et suivre au sud de la crête pour atteindre le sommet. Descente par le même itinéraire.

Bäderhore

DIMANCHE 25 FÉVRIER

AD

=====



Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h 30

Matériel

De ski de randonnée + DVA, pelle, sonde

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Francis Dévaud, téléphone 079 256 80 66

Itinéraire choisi

Depuis Jaun

Plan de Tissiniva

DIMANCHE 25 FÉVRIER

WT3

|||||



Lieu et heure de départ

Parc piscine de Broc à 8 h

Subsistance

Pique-nique

Matériel

De raquettes + DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

Dénivellé 900 m

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

En ligne, mentionner votre numéro de portable

Chef de courses

Francis Grandjean, téléphone 079 750 16 11

Délai d'inscription

Du 12.02 au 24.02

Itinéraire choisi

Par Motélon, dans un décor grandiose

Tête à Josué

JEUDI 1^{er} MARS

PD

|||||



Lieu et heure de départ

Parc Majeux à 8 h

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Complet de randonnée à ski + DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

1000 m de montée, environ 3 h 30

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Délai le 28.02, 18 h

Chef de courses

Romain Chofflon, téléphone 079 293 41 09

Itinéraire choisi

Depuis L'Étivaz

Sortie pleine lune aux Clés

VENDREDI, 2 MARS

WT2



Lieu et heure de départ

Stamm à 18 h

Subsistance

Repas organisé à la cabane, boisson chaude

Matériel

Raquettes + DVA, pelle, sonde, habits chauds

Dénivelé, heures de marche

2 h 30 à 3 h

Montée, 450 m, ou selon conditions

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Souper et boissons à la cabane

Renseignements/inscription

Par téléphone, par écrit, en ligne

Instructions d'inscription

Délai d'inscription 28.02. Merci d'indiquer votre n° de portable si inscription en ligne et votre nom si par portable.

Chef de courses

Colette Dupasquier,
téléphone 079 697 26 22

Itinéraire choisi

Par La Chia, ou selon conditions

Remarques/descriptif

Belle ambiance à l'arrivée au sommet de la Chia et dans la traversée de la forêt !

Gemmi

SAMEDI 3 ET DIMANCHE 4 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Parking de Laniac à 7 h 30

Subsistance

1/2 pension à la cabane + pique-nique

Dénivelé, heures de marche

+1300 m / -700m

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 120.-, base 8 participants

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

Pas de SMS, merci d'indiquer votre n° de téléphone en cas d'inscription en ligne

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Roland Charrière, téléphone 079 199 95 32

Délai d'inscription

Du 01.02 au 15.02

Itinéraire choisi

Le cirque de la Gemmi propose l'accès à de nombreux sommets. Nous partirons de Sunnbüel (téléphérique) pour rejoindre la cabane Lämmeren en passant par le sommet du Daubenhorn. Le dimanche, le Wildstrubel ou le Schwarzhorn verra notre visite et après un retour à la cabane, nous franchirons la Rote Totz Lücke pour redescendre sur Kandersteg. Au plaisir de passer ces 2 jours en montagne en votre compagnie !

Tour de Famelon 2138 m



SAMEDI, 3 MARS

WT3

Lieu et heure de départ

Place du Village Enney à 8 h

Substance

Pique-nique

Matériel

Raquettes + DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé 750 m

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Uniquement par téléphone

Chef de courses

Francis Grandjean, téléphone 079 750 16 11

Délai d'inscription

Du 19.02 au 02.03

Wistätthorn



DIMANCHE 4 MARS

PD

Lieu et heure de départ

Stamm à 6 h 30

Substance

Tiré du sac

Dénivelé, heures de marche

+1300

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Instructions d'inscription

Inscriptions par SMS, Whatsapp ou téléphone

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Sébastien Dousse, téléphone 079 628 76 05

Délai d'inscription

Du 26.02 au 02.03

Les Dolomites

SAMEDI 10 AU SAMEDI 17 MARS

AD

|||||



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Substance

1/2 pension, prendre pique-nique pour 6 jours

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Sera communiqué aux participants

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Francis Dévaud, téléphone 079 256 80 66

Délai d'inscription

Du 01.02 au 01.03

Itinéraire choisi

Le programme se fera en fonction des conditions d'enneigement

Remarques/descriptif

Si vous avez envie de vous laisser guider dans une région propice au ski de randonnée, vous pouvez vous inscrire et recevrez toutes les informations en temps utile.

Semaine skis randos Seniors B Sellraintal

LUNDI 12 AU DIMANCHE 18 MARS

PD

|||||



Lieu et heure de départ

Place du Stamm à 8 h

Situation

Gries im Sellrain, Landhaus Notburga, Hôtel Antonie

Matériel

Complet de randonnée à ski

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût

Transport, pension

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max. participants

18

Instructions d'inscription

Inscriptions et logistique assurées par Suzanne Gremaud, 079 364 24 66

Chef de courses

Jean-Marc Angéloz, téléphone 079 723 68 29

Vallée de Conches

MARDI 20 AU VENDREDI 23 MARS

WT2



Lieu et heure de départ

Parc Majeux à Bulle à 7 h

Situation

Goms 1:25000

Subsistance

Hôtel Grimsel à Obergesteln

Matériel

Standard de randonnées en raquettes +
DVA, pelle et sonde

Exigences physiques

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 400.- Logement et demi-pension
env. CHF 110.- par jour + déplacement en
voiture

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

Si possible avant le 05.02, car je serai
absente du 06.02 au 01.03, au 079 253 45 71
ou ant.bussard@hotmail.com

Nbre max. participants

12

Chef de courses

Antoinette Bussard,
téléphone 079 253 45 71

Délai d'inscription

Du 15.01 au 02.03

Itinéraire choisi

4 jours de raquettes dans la vallée de
Conches. Les sorties seront adaptées aux
conditions de neige et de météo et aux par-
ticipants. Courses avec « ambiance de haute
montagne » - **1^{er} jour** : direction Hungerberg
depuis Oberwald - **2^e jour** : Galmihornhütte
2113 m depuis Münster - **3^e jour** : Rhône-
quelle et direction Sidelhorn depuis
Oberwald - **4^e jour** : Senntumhütte depuis
l'hôtel.

Remarques/descriptif

Logement à l'hôtel Grimsel à Obergesteln,
en demi-pension. Compter env. CHF 110.-
par jour, sans boissons, auxquels il faudra
ajouter le transport et les pique-niques de
midi.

LÉGENDE DES PICTOS



Randonnée pédestre



Via Ferrata



VTT



Alpinisme



Raquettes



Groupement jeunesse



Escalade



Rando / Via Ferrata



Formation



Ski de randonnée



Ski rando / Raquettes



Récits de course

Sentier panoramique Schanffig dans les Grisons

MERCREDI 9 AU SAMEDI 12 AOÛT 2017

Texte de Netty et Patricia

9 août 2017

Toute l'équipe avait rendez-vous à Fribourg pour se rendre dans notre lieu de promenade à Tschierchen. Comme de coutume au Club Alpin tout le monde est à l'heure et prêt à faire feu !!

Après avoir fait connaissance dans le train et le pique-nique avalé avant notre première étape, nous voilà en route dans la bonne humeur et d'un bon pas.

A Tschierchen nous nous engageons sur le « Sentier didactique des animaux ». Il fait beau ce premier jour et nous apprécions cette douce chaleur. Pas le temps de bringuer bien longtemps, notre Mathilde est devant et annonce déjà le tempo alors qu'on ne la croyait pas en forme. Pas grave on suit avec un immense plaisir.

Cascades et torrents nous enchantent, les witz de Jean-Claude et Netty nous annoncent chaque virage en épingle et bien sûr on en redemande. Quant à Jean-Louis il était à son affaire et n'oubliait pas de fermer les innombrables barrières à chaque « FERMER ».

Une première marmotte et le vent tempétueux nous rappellent que nous arrivons au col « Carmenna » (Col de l'Utérus pour JC). Une petite pause au col et nous entamons une jolie descente vers le joli village d'Arosa, accompagnés de marmottes. Le soleil et le son de 9 cors des

Alpes nous souhaitent la bienvenue. Le temps de déguster une bonne bière ou une boisson désaltérante et départ pour la prise des chambres.

En résumé, il faut bien le dire, une première journée sans nuage et sans encombre. Pourvu que ça dure !! L'équipe se sépare pour se faire une beauté pour le repas et en vue d'une soirée animée et sympathique qui s'annonce pour nous.

10 août 2017

Ouille, pas la même musique pour ce deuxième jour : on n'y voit plus rien, mais il ne pleut pas, c'est déjà quelque chose, mais, dommage, le brouillard nous enveloppe complètement. Au revoir le cirque de montagnes de la veille.

La météo n'a pas de prise sur nos esto-macs !! Après un copieux déjeuner, nous quittons Arosa en direction de Sapün/Jatz. Le départ est déjà perturbé par Michel qui n'avait plus un rond et voulait absolument renflouer son porte-monnaie. Il pensait peut-être nous payer l'apéro !!

Peine perdue, pas de distribution d'argent dans ce village d'Arosa. Tant pis, on abandonne et on décide de prendre un petit chemin en direction de Maienfelder Furgga. Petite hésitation !! Heureusement que Netty est là et connaît la région, car le brouillard est déjà de la partie et perturbe un peu notre chef de

groupe. Il faut dire que Mathilde est seulement cheffe suppléante pour ce séjour, oui seulement pour ce séjour, après on la reprend telle quelle.

Passé le ruisseau, nous débutons notre montée vers le col ; tout est gris, seule une belle fenêtre nous a permis de découvrir les majestueuses montagnes qui nous entourent. Netty nous rappelle de baisser le regard, car les salamandres sont sur notre chemin et il ne faut pas leur faire du mal. Merci Netty, avec ton pas de sénateur tu nous as permis d'accéder au col sans problème. Je pourrais dire presque facilement.

Ouille, la pluie s'annonce déjà en milieu de descente. Netty, une nouvelle fois se change et sort sa tenue de pluie !! Il doit en avoir des choses dans ce sac ! Pour le savoir, il faudra attendre les prochains caprices de la météo.

L'équipe profite de l'absence du chef pour dévaler le talus comme des cabris. Un petit cri de Mathilde nous remet rapidement sur le droit chemin.

Le brouillard est toujours là et il faut imaginer le sentier panoramique qui, ma foi, reste introuvable. Mais qu'importe la bonne humeur est de la partie.

Le dîner avalé, nous entamons notre descente, surpris par l'équipe de François Musy qui rôde aussi dans cette région. Des mimis, des bonjours et chacun reprend son chemin sachant que l'on va se retrouver au même endroit pour la soirée.

C'est à « Heimeli » que nous attendent de sympathiques personnes dans un restaurant typique de montagne. Prise des chambres, un petit coup de lavette et tout le monde est à nouveau réuni pour siroter un bon verre, bien mérité,

après 1235 m de dénivelée et 6 heures de marche. Tout le monde est content de l'effort fourni malgré le peu de visibilité.

11 août 2017

Ce troisième jour doit nous amener à Strassberg. Ouille comment va-t-on y arriver ? Par en haut ? Par le bas ? Ou simplement par le chemin le plus court ? Il faudra bien trouver la meilleure option, nous comptons sur notre chef Netty.

Ben oui, à peine ouvert les yeux, nous imaginons bien que le soleil n'est pas de la partie et que la pluie tombe toujours et de plus belle. Après le petit déjeuner, la décision est prise, nous devons abandonner le passage du Schwerzi où la neige est attendue. Quelle déception, mais tout le monde est d'accord avec l'option « par le bas », rien d'autre à faire avec ce sale temps.

Départ direction Langwies. A Sapünersteg, on s'engage sur un joli sentier, remontant les gorges de Fondei, tout en admirant sa magnifique cascade. Il ne pleut plus et nous pouvons savourer le décor et le torrent.

A un certain moment, Netty notre guide et conteur, nous demande le silence et de fermer les yeux pour percevoir le grondement sourd des « cataractes ». L'équipe joue le jeu et perçoit ce fameux grondement. Vraiment on apprend tous les jours quelque chose.

Après une marche de moyenne importance, notre Auberge de montagne est déjà devant nous. Dommage c'était un peu court, nous en redemandons. Pas possible, la pluie nous rattrape et nous devons nous résigner à stopper pour aujourd'hui.

La prise des chambres n'est pas triste, surtout pour celle de JC et Nicole qui se

retrouvent dans une chambre nuptiale avec lit à baldaquin, normal et légitime pour le seul couple légal de l'équipe. Quels veinards ces deux !!

On ne va pas se laisser abattre par cette foutue météo, nous partageons un bon repas au restaurant avec un bon verre de vin. Ensuite sieste pour certains et sortie humide pour d'autres. Peine perdue, à peine arrivés au hameau, la pluie reprend de plus belle, il faut rentrer et se sécher. Aujourd'hui on n'a vraiment pas ce qu'on mérite !!

Les cartes nous font passer le temps jusqu'à l'apéro. Pour la suite, il ne nous reste plus qu'à prier fort pour retrouver une météo plus clémente pour le lendemain. Notre dernière chance avant notre retour en Gruyère.

12 août 2017

Après une bonne nuit de sommeil dans ce bel endroit, ouille la pluie est toujours au-dessus de nos têtes.

Déjeuner et hop en route par le chemin le plus court, pour la gare, en tenue de pluie complète. On est bien triste d'écourter notre séjour, mais il n'y a rien d'autre à faire. Gris, brouillard, pluie, neige, un cocktail bien déplaisant pour des randonneurs.

Le trajet passe vite et est agrémenté par les joyeux fêtards se rendant à la Street Parade à Zurich. Il faut attendre Zurich pour revoir le soleil. Nous méritions mieux, mais tant pis nous y retournerons pour voir quelque chose cette fois. Durant le trajet du retour, tout est déjà organisé pour une rencontre à la Cabane des Clés.

Un tout grand merci à Netty notre chef et à Mathilde.

Participants :

Netty, notre premier chef et conteur
Mathilde, notre deuxième cheffe
Gaby, notre infirmière-cheffe
Jean-Claude, notre animateur-chef
Nicole, notre bonne humeur assurée
Mireille et Denis, les inséparables
Michel, le chasseur toujours prêt à dégainer
Charlotte, avec son joli chapeau
Jean-Louis, toujours un mot pour rire
Patricia, la secrétaire

 **NOLL MAÇONNERIE SA**

**Maçonnerie, béton armé
Rénovations, échafaudages
Crépis de finition, chapes, carrelages
Aménagements extérieurs**

Les Bruyères 5, **1635 La Tour-de-Trême**
Tél. 026 912 53 52 , fax 026 912 53 85
Natel 079 635 15 92, claudenoll@bluewin.ch

4 Tage im Prätigau (4 jours dans le Prätigau)

SAMEDI 29 JUILLET AU MARDI 1^{er} AOÛT 2017

Texte et photos de Nathalie

Jour 1 : bonne nouvelle ! Au lieu de 6 h 10, le rendez-vous à la gare de Bulle est repoussé à 8 h 10 ! Après les salutations d'usage, départ. C'est agréable de voyager en transports publics. Les discussions vont bon train et le temps passe vite. Après quelques changements, à Berne, Zürich, Landquart, Küblis, nous voilà déjà arrivés à Sankt Antönien. Nous sommes dans les Grisons ! Youpi !

Après nous être sustentés sur une terrasse, nous commençons les choses sérieuses : la montée à la Carschinahütte (2221 m). Le décor est très beau. D'abord les herbages fleuris qui nous donnent droit à quelques cours de botanique, puis l'arrivée au pied de la Sulzfluh où se love la cabane : un monde calcaire et minéral. La vue est magnifique et donne sur un massif où se dressent des géants aux faces

verticales. Par où allons-nous bien pouvoir passer pour nous hisser à leur sommet ?

La gardienne est incroyable : jeune, gentille, dynamique et hyper efficace ! Et elle parle même un peu français. Le repas du soir n'est pas frugal : soupe, salade macaronis aux légumes gratinés, le tout à volonté. C'est délicieux ! Tout le monde va se coucher à seulement 21 h, sauf Jean-Claude et Albert qui restent encore pour déguster un bon génépi.

Jour 2 : 6 h debout. Au programme, monter au sommet de la Sulzfluh (2817 m), faire une boucle par la Tilisunahütte du côté autrichien et revenir pour dormir à la même cabane. Les participants sont si drillés et impatientes que nous partons avec un quart d'heure d'avance ! Comme



SKI DE RANDONNÉE NOCTURNE DANS LES PRÉALPES

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 00 - 22 h 30
Schwarzsee, Riggisalp bleue et rouge	17 h 00 - 22 h 30

Mardi

Jaun, pistes 11, 12 et 15	17 h 00 - 22 h 30
---------------------------	-------------------

Mercredi

Charmey, le Ganet	17 h 00 - 22 h 30
Les Paccots, tout le domaine	17 h 00 - 22 h 30

Jedi

La Berra, le Brand - La Gormanda	17 h 00 - 22 h 30
Moléson, tout le domaine	17 h 00 - 22 h 30

Vendredi

Charmey, le Ganet	17 h 00 - 22 h 30
-------------------	-------------------

Les autres soirs de la semaine, les pistes sont fermées et interdites d'accès en raison des risques liés au damage. La journée, les pistes sont également interdites d'accès aux randonneurs en raison des risques de collision.

Les pistes ne sont pas sécurisées ni contrôlées.

Les randonneurs s'exposent aux dangers inhérents de la montagne (froid, brouillard, obstacles, avalanche...) et engagent leur propre responsabilité.

www.fribourgregion.ch/fr/P14078/ski-de-randonnee-nocturne-dans-les-prealpes



nous n'allons pas grimper ni emprunter la via ferrata, nous contourons le pied de la Sulzfluh et après un passage avec des câbles, la montée est aisée. Malgré les dalles et la caillasse, quelques tapis herbeux et fleuris persistent. Le cresson des chamois est délicieux.



Le sommet approche... et nous distinguons sa croix gigantesque, sécurisée par de nombreux câbles. Trop présomptueuse à mon goût... Mais la vue est belle. De tous côtés, les plans se succèdent en dégradés et se terminent, à l'horizon, par des zigzags presque réguliers. Nous descendons maintenant à la Tilsunahütte. Ah, l'Autriche ! Apfelstrudel mit Vanillesauce, délicieux café fait à la machine... le grand luxe !

200 mètres avant d'arriver à la Carschinhütte, l'appel du génépi se fait-il sentir ? Jean-Claude met les gaz. Et Albert, l'esprit tout troublé, fusionne avec un rocher ! Quelques ecchymoses, le lendemain, attesteront de cette rencontre douloureuse.

Le souper est de nouveau délicieux. Cette fois, nous avons droit à de la polenta à la grisonne. Prenez un plat de polenta, garnissez de légumes, de fromage et mettez à gratiner.

Jour 3 : 6 h debout et nous repartons avec encore plus d'avance que la veille ! Quelle vaillance ! Quel empressement ! Aujourd'hui, nous faisons deux groupes afin d'éviter à certains un sommet T4+ et pour qu'ils puissent marcher à leur rythme.

Je me trouve dans le groupe des sept nains, marchant à la queue leu leu. A peine partis, nous entendons un cri d'oiseau (et non pas de grenouille !). Une quinzaine de lagopèdes, adultes et plus jeunes, nous offrent un beau spectacle. Peu après, de l'autre côté du col du Druator, ce sont des bouquetins, adultes et plus jeunes, que nous avons loisir d'observer dans les pierriers.

La marche du jour nous conduit du côté autrichien, dans la suite du massif de la Sulzfluh. Le sommet prévu est celui de la Mittlere Dri Türm. Lorsqu'on regarde ces imposantes faces, on penserait presque ne pas pouvoir les gravir. Mais heureusement, toutes ont une faille. Et Colette est une guide en or ! Malgré les marques et



PILLER & KRATTER SA

- CHAUFFAGE
- SANITAIRE
- TOITURE
- ETANCHEITE
- PARATONNERRE

1632 Riaz Tél. 026 / 912 98 04



Venez visiter notre

Vinothèque

Du Lu a.-m. au samedi matin

www.morand-vins.ch



FUTUR
FORMATIC

Rue des Ecoles 15
1635 La Tour-de-Trême

- informatique

- solutions d'impressions

Seydoux PAPERIE
BUREAU SA

www.futurformatic.ch

www.seydouxsa.ch

les cairns difficiles à voir, un contrôle sur la carte et notre cheffe de course nous mène jusqu'au sommet à 2782 m.

Grâce à Maurice, Chantal apprend à saisir correctement le câble pour redescendre et elle en est enchantée. Nous longeons alors toute la chaîne de montagnes jusqu'au Lünersee. Étonnamment, nous ne voyons que deux grimpeurs dans ce paradis de faces calcaires et sculptées. Puis, comme hier, après avoir marché dans un monde minéral, nous rejoignons le vert intense des prairies.

A l'Öfapass, le besoin de reprendre des forces se fait sentir. Catherine confond les vaches avec les rochers ! Mais comme elles n'ont pas de cloche... ;-)



Après 9 h (pauses comprises), 13.4 km et 1550 m de dénivelé, nous rejoignons les quatre autres participants à la Totalphütte (2381m). Les serveurs portent un short traditionnel en cuir, ils servent leur alcool maison avec des verres fixés sur des bois de cerf, il y a des douches et dans les dortoirs, les matelas font 90 cm de large. C'est l'Autriche !



Vue sur le Lünersee depuis la Totalphütte

Jour 4 : Pour ce dernier jour, c'est le sommet de la Schesaplana qui nous attend à 2965 m. Nous progressons dans la caillasse, poussés par le foehn. Ça souffle tellement fort que nous ne nous éternisons pas au sommet. S'ensuit une descente de 1000 m un peu aérienne



KIRGHIZSTAN-TAJIKISTAN-CHINE-AFGHANISTAN

PAMIR - LA ROUTE DE LA SOIE

« Les voyages extraordinaires d'Ella Maillart »



© Photos: Dao Trung + Musée de l'Elysée/Fonds Ella Maillart

ALBEUVE

SALLE COMMUNALE

Jeudi 22 février 2018, dès 19 h 30

- 19h30 Accueil: Le ski club Lys d'Albeuve & Bernard Repond
- 20h00 « **Ponts du Pamir** » Film-présentation des projets de l'association (12 min.)
- 20h15 « **Petit Pamir** » **Expédition** » chez les derniers nomades Kirghiz dans le couloir du Wakhan sur les haut-plateaux d'Afghanistan (24 min.)
Film de Bernard Repond & Dao Trung
- 20h45 Pause
- 21h00 « **Les voyages extraordinaires d'Ella Maillart** »
Film de Raphael Blanc (73 min.)

Dès 19 h 30 exposition-vente-information:
artisanat kirghiz & info Eco-Tourisme

Ishen Obolbekov, Nurally Turganbaiev & Saidali Gaibuldaev, cavaliers-guides Kirghiz, seront présents & répondront à vos questions.

ENTRÉE GRATUITE

Collecte en faveur de Pamir's Bridges

Contact: Marie-Noelle Beaud: 079 669 05 65
Bernard Repond: 079 304 84 04
pamirbridges@gmail.com
www.pamirbridges.ch



qui me rappelle le Grand Muveran avec ses strates et sa roche qui s'effrite. Les participants à l'aise aident ceux qui sont un peu effrayés et tout le monde arrive à la Schesaplanahütte pour le dîner.

Puis vient le moment que nous attendions tous : la descente des 16 km en trottinette !! Hugues prend la tête, talonné par Maurice qui se tient en position de skateur. Nous avançons comme des bolides et nous nous en donnons à cœur joie ! Catherine et Jean-Claude finissent une ou deux fois par courir à côté de leur trott' pour éviter le dérapage dans le gravier. Et pour ma part, je laisserai un souvenir hilare à Hugues qui m'a vu courir comme une dératée, passant juste devant une jeep pour l'éviter, laissant le conducteur pantois et m'excusant d'un signe de la main. Lise, escortée par Albert, déclarera quant à elle : « Les sports extrêmes, c'est pas très pour moi ».

Puis tout s'enchaîne très vite : l'arrivée en trottinette à la gare de Grüşch, le train

qui arrive, changement à Landquart, Zürich, Fribourg, les adieux à la gare de Bulle, merci pour tout et c'est fini !

J'ai passé quatre jours magnifiques ! Grâce à Maurice, Colette, Elisabeth, j'ai appris de nouveaux noms de fleurs dont le cirse, la linaigrette, la callune, le gaillet, la saxifrage, le silène enflé, le céraïste... J'ai apprécié de côtoyer des gens d'horizons variés, nos échanges sympathiques, intéressants et empreints de bonne humeur. Saviez-vous qu'il fut un temps où l'on mangeait de la salade au sucre ? Si, si ! Et je reste subjuguée par l'organisation sans faille et la gentillesse de nos deux cheffes de courses, encore un immense merci à Colette et à Lise !

Les participants : Catherine, Chantal, Elisabeth, Nathalie, Patricia, Albert, Hugues, Jean-Claude, Maurice, Colette et Lise.





FLUXUS/IMPACT

Route du Briez 73
1628 VUADENS
026 912 74 75

sports cycles 
dupasquier
vuadens

www.dupasquier-sports.ch

notre
expérience
a choisi
la qualité





Un conte d'Après-Noël

Il était une fois, il n'y a pas si longtemps que ça, le Père Noël est rentré dans son village sur le cercle polaire arctique avec presque autant de cadeaux qu'il en avait chargés sur son traîneau pour les fêtes. Et, ne sachant qu'en faire, il les a revendus sur Ricardo, à bon prix certes, mais il est resté cependant perplexe face à cette situation.

S'était-il autant trompé sur le nombre de présents à livrer ? S'était-il à ce point fourvoyé dans les adresses ? Il avait beau se creuser la tête, il ne comprenait pas...

Il se rendit donc dans son atelier, là où il avait passé l'été à planifier sa tournée sur Google Maps.

Avec l'aide de ses fidèles lutins, il refit virtuellement tout son voyage. Oui, cette année, il avait bien choisi de porter toute son attention sur ce pays de la Gruyère, un lieu presque aussi féérique que Rovaniemi. Oui, il devait se rendre dans ce lieu mythique, les Colombettes. Un bien bel endroit d'ailleurs. Oui, là il devait être accueilli par une association de montagnards. Non, vraiment, il ne voyait pas ce qu'il avait fait de faux. Tout s'était déroulé comme prévu.

Ah ! Oui, il vérifia encore le contenu de ses cadeaux non livrés. Pas de lézard, chaque paquet contenait ce qui avait été commandé : amitié, partage, information, engagement, implication, humour, nature... Tout avait été étiqueté en ordre.

C'était à n'y rien comprendre. Le seul bug auquel il pouvait penser, c'était d'avoir accroché un poteau avec son traîneau sur le chemin enneigé qui menait aux



Colombettes. Mais personne n'en avait rien su.

Pour s'être réchauffé un moment dans cette grande bâtisse, il avait constaté que la soirée se déroulait parfaitement, avec des orateurs compétents et intéressants - ils s'étaient même donné la peine de se vêtir de façon traditionnelle. Les animations multimédias étaient du plus bel effet et avaient le don de faire filer le temps (le Père Noël se dit d'ailleurs qu'il pourrait en parler à son Département marketing). De leur côté, les participants étaient enjoués, heureux d'être là. Le comble est qu'il avait même été pris pour un autre Père Noël (un avatar, c'est entendu) qui, lui, fêtait ses 65 ans d'appartenance à la société. Jolie coïncidence !



**De 7 à 107 ans, découvrez
la Gruyère vue du ciel !
En biplace ou en solo...**

Formations - Matériel - Vols Biplace
www.gruyere-parapente.ch
+41 79 379 28 17

Et puis, alors qu'il se laissait bercer par ces images chaleureuses, il comprit tout à coup ce qui s'était passé. Des chaises étaient inoccupées, des noms cités restaient sans visage. Les absents ! Ceux-là mêmes qui n'étaient pas venus récupérer leur joli cadeau... Ceux-là mêmes qui avaient préféré rester chez eux pour commander sur Zalando amitié, partage, engagement et même nature.

Le Père Noël se sentit alors envahi par la tristesse. Sa tâche était-elle devenue à ce

point vaine ? Mais les contes se terminant généralement bien, il se dit que c'était juste une année comme ça. La prochaine serait meilleure, assurément.

Florence Luy

(Ce conte est dédié à Chantal et à tout le comité)



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.



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



#Confection

DÉCOUVREZ NOS CORNERS



MONTURA
The Ergonomic Equipage



BON 20%

à faire valoir sur un achat textile Montura - Millet



Non cumulable / Uniquement sur les articles en stock / Pas valable sur les articles soldés / Validité: 28 février 2018



LAPOSTE

JAB

1630 Bulle 1



Jean

BARRAS

construction bois

charpente - menuiserie - couverture



Jean Barras Sàrl
Construction bois
Fin du Chêne 5
1652 Botterens

079 751 88 85

026 921 13 25

j.barras@barras-charpente.ch

www.barras-charpente.ch



Pour une production locale