



Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS LA GRUYÈRE 05-2020

MAI 2020



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 026 912 83 88 - Rue de l'Industrie 2 - 1630 Bulle

Location radios

Pneus été - hiver

Garage multimarque

Radio, pager, balises Spot

Tomtom

Mains libres Parrot

Changement pare-brise

Diagnostic

Casques bucherons

Petzl

Eclairage LED

RAG

Climatisation

Système homme mort

ANALYSE DU PIED

COQUE AJUSTÉE

CHAUSSENS THERMOFORMÉS

SEMELLES ADAPTÉES SUR MESURE

CHAUSSURES DE SKI ET DE RANDO

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!



rue albert rieter 10 / 1630 bulle / 026 913 92 10 / 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

Rue de Bouleyres 79, 1630 Bulle

SITES INTERNET

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

E-mail : info@cas-gruyere.ch

LOCAL DE LA SECTION

Stamm, Chemin de Bouleyres 79, 1630 Bulle
Jean-Christophe Genilloud, 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 : Pascal et Marie-Hélène Rausis

Réservation : 079 790 45 33

CABANE DE L'OBEREKG

Jaunpass

Responsable : Eric Sudan

Réservation : 079 402 57 66

CABANE DES PORTES

Vuadens

Responsables : Joël Bach et Jean-François Vienny

Réservation : 077 409 18 36

BIVOUAC DU DOLENT

La Fouly

Responsables Dolent :

Nicolas Bärtschi et Pascal Monteleone

Informations : 079 547 13 47



Infos utiles 01

Editorial 03

Cabanes de la section 05

Reflets de la section 07

Formation adultes 09

Courses GJ et section 13

La page sourire... 15

Demande d'admission 16

Passion 17

Récits de course section / GJ 23

PHOTO DE COUVERTURE

La Chartreuse

© Lise Ruffieux | Mai 2016

IMPRESSION NUMÉRIQUE, OFFSET

Nous imprimons/découpons aussi en grand format !

**Affiches, posters, bâches, roll-up, papier peint personnalisé,
banderole tissus, autocollants, toile canvas...**

Le tout avec une encre latex à base d'eau sans odeur ni émanation de solvants !



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

FRANCIS VAN WYNSBERGHE, GESTIONNAIRE DES MEMBRES

Le 19 janvier a eu lieu notre première sortie des nouveaux membres de l'année à la cabane de l'Oberegg. La joie et l'enthousiasme des participants font toujours plaisir.

Il faut dire que le renouvellement des membres de la section va bon train et que les arrivées sont toujours plus nombreuses que les départs. Notre section dépasse maintenant les 2500 membres !

D'où l'importance de ces sorties qui permettent de mieux connaître les attentes de ces nouveaux venus. Mais que l'on soit nouveau ou ancien, on a toutes et tous une chose en commun, la passion pour la montagne !!!

La sortie d'été à la cabane des Clés sera annoncée dès que la situation nous le permettra.

En ces temps difficiles, il est important de respecter les consignes qui nous sont données. Profitez de la montagne à bon escient et ne prenez pas de risques inutiles. Comme le disait notre président dans le précédent bulletin « Nos chères montagnes seront encore présentes lorsque le COVID-19 sera de l'histoire ancienne ».

En tant que gardien de cabane il me tarde de pouvoir à nouveau accueillir les randonneurs. Encore un peu de patience et les retrouvailles n'en seront que plus belles !

Je vous souhaite donc une magnifique saison d'été, avec de belles découvertes parmi toutes les activités qui vous seront bientôt de nouveau proposées.





**GRUYÈRE
PARAPENTE**
CH

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

LA GRUYÈRE 
 FRIBOURG REGION

Offre membre CAS:
Bon cadeau online
Vol Découverte / Thermique:
180.- au lieu de 190.-
Vol Acrobatique:
230.- au lieu de 250.-
mention: «action cas Gruyère»



depuis
2007 *Lucien Carrel*
079 767 75 50
**Tavillons
Toitures
Façades**
1627 Vaulruz - anciennement Camille Charrière

 www.lucien-carrel.ch  [tavillonneur](https://www.instagram.com/tavillonneur)

Cabanes de la section

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

Avis important du comité

Pour tous

En raison du semi-confinement demandé à tous les Suisses par le Conseil fédéral, toutes nos cabanes, ainsi que le stamm, resteront fermés jusqu'à nouvel avis.

Les informations publiées sur notre site internet seront mises à jour au fur et à mesure de l'avancement du déconfinement.





Tea-Room

Charmey Epagny Jaun
Les Arcades

Boulangerie - Pâtisserie - Confiserie

Tuiles aux amandes, pains
d'anis, flûtes au sel...
*Apéritifs et desserts
pour toutes occasions*

Joachim Protze
Rue du Centre 34
1637 Charmey
Tél./Fax 026 927 11 23

www.boulangerie-les-arcades.ch



Succursales
1663 Epagny - Tél. 026 921 21 17
1656 Jaun - Tél. 026 929 82 24

info@boulangerie-les-arcades.ch

Menuiserie Agencement



Denis Risse Sàrl

Une philosophie, une passion!

Fenêtre - Porte - Agencement
Cuisine - Parquet - Rénovation

079 371 07 76 www.denis-risse.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

Reflets de la section

ADMISSIONS

Bulliard Charline, chemin de Folliéran 37, **Bulle**

Francky David, rue du Cârô 52, **Bulle**

Gremaud Marc, chemin des Charmilles 30, **Bulle**

Kury Christiane, chemin des Sources 3, **Develier**

Kury Raphaël, chemin des Sources 3, **Develier**

Mooser Sabine, rue de Saletta 33, **Riaz**

Richtarch Richard, rue du Centre 30, **Charmey**

Seydoux Fanny, rue de la Tuilière 28, **La Tour-de-Trême**

ADMISSIONS GJ

Beaud Simon, route de Breilles 35, **Courtaman**

Kury Colyne, chemin des Sources 3, **Develier**

Kury Mylène, chemin des Sources 3, **Develier**

ACTIVITÉS DU MOIS

DATE	BUT	PARTICIPANTS
01.03	Semaine de ski rando à Avers (Grisons)	15
01.03	Gstellihorn	9
01.03	La Fava	7
03.03	Monts Chevreuils	10
07.03	Ski de randonnée - module perfectionnement - n°2	11
07.03	Walighürli (rempl. Trois cols)	7
07.03	Col des Martinets	7
08.03	Hundrugg	7
08.03	Wildhorn (rempl. Bellegarde-Grandvillard)	5
12.03	Gustiberg	11
12.03	Pic Chaussy (rempl. Tête à Josué 2131m)	27
12.03	Tarent	12

COIN DE LA SYMPATHIE

Nous présentons nos sincères condoléances et assurons de notre amicale sympathie toutes les personnes touchées par le décès de :
Roland Riedo, père d'Alain Riedo, membre.



FLAEMING & CO

Notre expérience
Notre expérience
a choisi la qualité

notre
expérience
a choisi
la qualité



Route du Briez 73
1628 VUADENS
026 912 74 75



www.dupasquier-sports.ch





Formation adultes

Cours de glace soirée théorie

MARDI 23 ET MERCREDI 24 JUIN

Pour tous



Lieu et heure de départ

Stamm à 19 h 30

Renseignements/inscription

Par courriel, en ligne

Nbre max. participants

16

Chef de courses

Johannes Konrad, 078 647 21 77

Période d'inscription

Du lundi 1^{er} au lundi 22 juin

Itinéraire choisi

Soirée de théorie pour organiser le week-end « Cours de glace » ainsi qu'expliquer les bases de l'alpinisme aux participants novices ainsi que perfectionner les connaissances des plus expérimentés. Priorité sera donnée aux participants du cours de glace, mais vous pouvez aussi uniquement participer au cours théorie, l'inverse n'est pas possible.

La BCF, partenaire de vos loisirs.



www.bcf.ch



**Banque Cantonale
de Fribourg**

simplement ouvert



OXYGENE
MONTAGNE



GUIDES
MONTAGNE

**1990
A VOTRE SERVICE
DEPUIS 30 ANS
2020**



www.o2montagne.ch

EXPED



votre magasin spécialisé

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

CUISINE TRADITIONNELLE & MAISON
BIÈRES & THÉ FROID ARTISANAUX
SOIRÉES À THÈME & ANIMATIONS
TERRASSE & COCKTAILS

OUVERT 7/7 EN SAISON
info@labuvettedulac.ch
026 915 15 70



Cours d'initiation alpinisme

SAMEDI 4 ET DIMANCHE 5 JUILLET

F



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Subsistance

Demi-pension en cabane / 2x pique-nique pour le midi

Dénivelé, heures de marche

2 jours pour vous initier à l'alpinisme, les itinéraires seront choisis en fonction des participants et des envies du moment

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport + cabane + participation aux frais du guide (CHF 20.- /pers.)

Renseignements/inscription

Par courriel, en ligne

Instructions d'inscription

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

Nbre max. participants

16

Chef de courses

Johannes Konrad, 078 647 21 77

Période d'inscription

Du vendredi 15 mai au lundi 15 juin

Itinéraire choisi

Venez découvrir ou vous perfectionner dans la pratique de l'alpinisme. Le week-end est ouvert aux personnes de tous niveaux. De débutants à confirmés, nous prendrons soin de faire des groupes selon les niveaux d'apprentissage afin que chacun puisse en profiter. Un cours de théorie est organisé deux semaines avant afin de pouvoir organiser le week-end et expliquer les bases. N'hésitez surtout pas à me contacter en cas de questions quelconques !

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 - Tranformations - Fenêtres - Portes -
Parquet - Escaliers - Rénovation

 **Aux Parfums
Des Saisons**

Mathieu Bosson
Avenue de la Gare 10
1630 Bulle
026 921 06 06

Pâtisserie-traiteur

Boulangerie-Pâtisserie Service traiteur
Confiserie et chocolat Apéro dînatoire

www.auxparfumsdessaisons.ch

SPORTS

SNOW
BIKE
KAYAK
RAN
DO

aventures

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

SPORTS AVENTURES SA / ROUTE DE BILLEN 14 / 1680 ROMONT/FR
T 026 652 40 41 / F 026 652 40 42 / SPORTS-AVENTURES.CH
HORAIRES DU MAGASIN
LUNDI FERMÉ MA-VE 8H-12H / 13H30-18H SA 8H-12H / 13H30-16H

POINT REFLEX

REFLEXOLOGIE

Florence Barras

Réflexologue diplômée | Agréée ASCA + RME

Fin du Chêne 7 - 1652 Botterens
+41 (0)79 554 10 19

barras.f@bluewin.ch | www.point-reflex.ch

Soulager le dos, les articulations, les muscles

Favoriser la digestion

Diminuer le stress, les allergies

Améliorer les systèmes lymphatique,
circulatoire et immunitaire

Évacuer les toxines



Fixez
maintenant
un entretien
conseil

Faites de nous votre banque principale:
toute la région vous en sera reconnaissante.

En tant que sociétaire Raiffeisen, vous êtes non seulement client mais aussi copropriétaire de votre banque. Et si vous faites de Raiffeisen votre banque principale, vous bénéficiez de services et d'avantages de première qualité et vous soutenez votre région.

RAIFFEISEN

Courses GJ et section

Parcourir la montagne vous démange

MAI 2020

Pour tous



Photo : Fran6



La reprise de notre programme des courses et formations reprendra lorsque l'entier des recommandations de nos autorités pourra être respecté. Elle aura lieu au plus vite dès le 8 juin. La reprise des courses ou formations avec hébergement se fera selon le calendrier des autorités concernant les restaurants et les hébergements. Pour ce faire, des informations seront fournies aux chefs/fes de courses.

Pour les participants, le site internet de notre club donnera les informations nécessaires. Les inscriptions déjà enregistrées sont toujours valables. Nous profitons de l'occasion de rappeler à chacune et chacun de bien vouloir respecter les délais et les façons de s'inscrire aux courses et formations selon le désir du chef/fe de courses.

Nous vous souhaitons d'ores et déjà un été prospère en montagne et en rencontres.

Vos préposés aux courses et formations
Roland Charrière et Fran6 Grandjean



ewatra
votre identité sous toutes ses formes
Ihre Identität in all ihren Formen

ewatra.ch

EWATRA-PUBLICITÉ SA
Rte du Châtelet 5
CH-1700 Fribourg

Christiane Waechter - Charmey
Tél. 026 425 40 70
office@ewatra.ch

la Mobilière

Agence générale de Bulle

Chemin de Folliéran 23

Jacques Yerly, agent général

Claude Donzallaz, chef de team

Bastien Ecabert, chef de team

Pour toutes vos assurances



Grand-Rue 21



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



026 928 10 11

Heures d'ouverture

LU-MA-ME 07:00-19:00

JE-VE-SA 07:00-23:00

DI 7 h-21 h



026 928 10 08

La page sourire...



AVANT



APRÈS



Prenez bien soin vous



pittet vins
secret de cave

CP 14 / Rte de Gruyères 30
1663 Epagny / Gruyères

T 026 92111 84
info@pittetvins.ch

www.pittetvins.ch

Demande d'admission



Si vous êtes intéressé par nos activités et que vous désirez devenir membre du Club Alpin de la Gruyère, il suffit de remplir cette demande, de payer la finance d'inscription de 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) :

Michel Gremaud

Interview : Colette Dupasquier



Dans les prochains numéros du « Bouquetin », plusieurs membres de notre section du Club Alpin vont vous parler de leur passion au travers d'un lieu de montagne qui les a marqués. Saurez-vous découvrir de quel endroit il s'agit ?

Ce mois, Michel Gremaud, membre quarantenaire, alpiniste, ancien chef OJ et ancien chef de la colonne de secours, va partager sa passion avec nous.

Présente-nous ce lieu...

Imaginez-vous une vallée vierge de toute route... imaginez-vous qu'il faut une lampe

frontale pour y accéder... imaginez-vous qu'il n'y a aucune habitation de sédentaires. On y entre par un tunnel étroit d'environ deux kilomètres qui permet au bisse de franchir les parois abruptes de l'entrée de la vallée. En retrouvant le jour, un petit sentier suit la rive droite du torrent charriant les eaux des glaciers, de fortes pentes d'éboulis et des « rayes » sauvages surplombent le lieu. On entre dans un univers de biodiversité remarquable au niveau des fleurs et des papillons. Puis une forêt formée sur un gros éboulement nous emmène dans un décor plus calme, et surprise, on y voit quelques petits chalets minuscules abrités sous de gros blocs de granit. Ce lieu nommé Eitimi fait le bonheur des chanceux qui ont pu y faire leur lieu de loisir. En continuant la vallée orientée sud, on butte sur un énorme mur dont le fond est très souvent recouvert d'un impressionnant névé. De là, la vallée change complètement et s'oriente sud-est. Par un premier « reck » magnifiquement fleuri, on rejoint le lieu-dit Martischipfa après avoir traversé le torrent sur une passerelle. On se trouve sur un pâturage à moutons appelé Galo. A l'endroit qui se nomme Hohbitzu débute le sentier qui conduit au bivouac du Stockhorn. Serait-ce ici que les hobbits ont vécu ? Voilà le départ de la fabuleuse arête sud qui vous conduit au sommet du Stockhorn et pour les plus audacieux après un jour supplémentaire d'escalade au sommet du Koenig du Lötschental. Plus en amont, un immense bassin s'ouvre à votre regard. Des murailles impressionnantes de granit ferment ce bassin sur tous les côtés et au centre s'y trouve le glacier. Un vrai paradis pour les alpinistes, on y voit la face est du Bietschhorn, les faces sud du Jagihorn, la classique arête Blanchet au Gredetschhorli, etc.

Quand l'as-tu découvert et dans quelles circonstances ?

La découverte de ce lieu a des circonstances bien particulières. Après environ une dizaine d'années d'alpinisme intensif, me voilà jeune papa. Pas facile d'y intégrer son hobby dans ces conditions. Mais comme tout a du bon, en ces périodes on a tendance à faire ce que j'appelle de l'alpinisme virtuel ! C'est-à-dire de fouiller dans sa bibliothèque les guides, les bouquins de montagne. Dans un beau livre bien documenté, j'ai vu pour la première fois une superbe photo de l'arête sud du Stockhorn. Où se trouve ce Stockhorn ? Comment y accède-t-on ? Y a-t-il d'autres sommets intéressants près de ce lieu ? En y piochant un peu, j'ai découvert qu'il y avait d'immenses possibilités, que cette vallée offrait d'innombrables itinéraires de voies très alpines. Tout cela est bien joli, mais comment faire pour avoir la forme pour les escalader et surtout une semaine à disposition ? Par chance Babeth, mon épouse, est aussi une montagnarde et dans l'article 37bis de notre contrat de mariage il est stipulé que chacun avait le droit à une semaine en solo et cela sans aucune contrainte... pas mal n'est-ce pas ? Pour garder la forme, une idée, faire des voies d'entraînement aux Gast mais très tôt le matin. J'ai trouvé un parfait coéquipier en la personne de Georges, alias « Moumousse ». Avant de partir escalader les belles voies de cette vallée, nous avons fait pas mal de courses avec dépliage de la corde vers 5 h du matin et pliage vers 10 h. Tout cela se passait au milieu des années 80. En juillet nous voilà partis pour cette vallée encore inconnue. Arrivés en train à la gare d'Ausserberg nous traversons le village avec nos sacs chargés d'environ 20 kg. On avait la bouffe pour toute la semaine et le matériel de haute montagne complet de l'époque... avec marteau et pitons. En sortant du village, une pancarte indiquait que la cabane était fermée pour cause de rénovation. Tout d'abord stupeur, puis on s'en fout, on y va ! En montant, on rencontre un cueilleur de plantes médicinales qui nous interpelle en nous demandant où l'on va comme ça. Après explications, il nous informe qu'il est le gardien de la cabane et très

sympathiquement nous dit qu'il va informer les clubistes du CAS qui rénovent la cabane de notre arrivée. On y a été superbement accueillis ! La cuisinière nous a pris toute notre bouffe et nous a invités à partager leur repas pendant toute la semaine. On était aux anges ! Quel beau début.

Nous avons grimpé toute la semaine dans de magnifiques voies très alpines avec des descentes pas tristes.

Pourquoi ce lieu t'a marqué ?

Comment ne pas être émerveillé d'un pareil lieu ? Des montagnes à profusion, pas deux qui se ressemblent, de la glace, des parois de granit pur, des arêtes effilées, des arrivées à des sommets loin de tout... et pas un chat à l'horizon. Tout cela pour deux personnes.

Quelle influence ce lieu a eue sur ta manière de percevoir la montagne ?

Ce lieu montre bien que si l'on est curieux, on peut encore découvrir des régions peu courues. Il offre aussi beaucoup de place pour les alpinistes. Le fait que la montée à la cabane est très longue, on y rencontre que de vrais montagnards. Ce lieu n'a pas eu beaucoup d'influence sur ma manière de percevoir la montagne. La montagne est une zone de liberté et chacun peut y trouver ce qu'il recherche.

Cet endroit a-t-il changé au fil des années, te séduit-il toujours autant ?

Je parcours encore fréquemment ce lieu, mais en randonneur. J'y suis encore allé une fois en alpiniste lors d'une semaine clubistique de haute montagne à Oberalesch que j'avais organisée. En milieu de semaine on avait traversé depuis la cabane d'Oberaletsch vers la cabane du Baltschieder en faisant le Nesthorn et en redescendant par la fameuse Baltschiederlücke. Le mauvais temps nous a surpris le lendemain. Le lieu n'a pas changé, à part que comme partout les glaciers disparaissent. Comme nouveauté, un centre d'escalade d'environ 50 voies a été créé juste derrière la cabane, dans les faces sud du Jagihorn. Certaines voies font plusieurs centaines de mètres. Le granit y est magnifique.



Tavillons

Charpente - Rénovation

079/603 17 36
samuel.charriere@websud.ch

Samuel Charrière
1628 Vuadens



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



SOLEIL OU JOUR BLANC,
LES VERRES REACTIV
PHOTOCHROMIC
S'ADAPTENT À TOUS
LES TEMPS!

RXTREM

Sans correction dès 69.- CHF
Avec corrections dès 419.- CHF



fleury
OPTICIENS SA

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

CHARDONNENS
BOISSONS

**Boissons
Corboz**
S.A.

**Chez
Bacchus**
VINO THÈQUE



Chardonnens Boissons SA / www.chardonnens-boissons.ch

Boissons Corboz SA / www.boissons-corboz.ch

As-tu partagé cette découverte avec d'autres et comment ?

Chaque fois que je m'y rends, c'est avec de nouvelles personnes en randonnée de deux jours.

Aurais-tu envie de proposer à nos lecteurs un bon plan pour découvrir cet endroit ?

Je propose de faire deux jours au minimum pour découvrir la vallée, ces deux jours représentent de la randonnée de niveau maximum T4 sécurisé. Le premier jour sera occupé à monter à la cabane et de faire éventuellement une excursion vers le glacier.

Pour le deuxième jour, il y a une superbe variante à faire avec une belle découverte. On redescend le sentier normal d'accès à la cabane jusqu'à ce que les 3 ou 4 ruisseaux du glacier soient traversés. Une pancarte indique une variante de descente balisée en bleu-blanc, cette variante vous amène sur des pâturages de la rive gauche du Balschiederbach. Après la montée d'une vire équipée d'une corde fixe, on longe ces

pâturages en traversée très facile avant de découvrir une combe sur la gauche. Après avoir traversé une vire avec un petit ruisseau, on aperçoit un éperon herbeux duquel un sentier part à gauche vers la combe nommée Galkichumma (point 2271 m). Au haut de l'éperon, sur un plan rocheux, on remarque alors trois baraquements anciens dont un est entretenu. Vous êtes à un endroit unique, aux vieilles mines de molybdène et de plomb argentières du Baltschiederatal. Les premières concessions pour ces mines datent de 1849. Elles ont encore été exceptionnellement exploitées pendant la dernière guerre vu la rareté des minerais. On y trouve encore des pierres extraites de la mine. Leur particularité ne se ressent qu'au toucher, elles sont grasses et vous salissent les mains. On retourne par le même sentier pour rejoindre le point 2271 m et on continue sur le sentier balisé bleu-blanc jusqu'à l'intersection avec le sentier officiel de la cabane. Pour le retour à Ausserberg, on peut éviter le tunnel et prendre l'ancien bisse vertigineux qui a été restauré.



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 **PAPETERIE
BUREAU SA**

www.futurformatic.ch

www.seydouxsa.ch



Récits de course section / GJ

Wildhorn (course prévue : Bellegarde-Grandvillard)

DIMANCHE 8 MARS 2020

Auteure et photographe : Pierrette



Chef de course : Jean-Michel et Chantal ou Chantal et Jean-Michel Nikles ? Alors on dira plutôt Chantal puisque c'est la journée de la femme... et 3 dames inscrites !

Mais voilà, comme chaque année, la traversée de Bellegarde à Grandvillard n'a pas revêtu son manteau blanc !!! Alors, le samedi, Chantal nous communique que nous allons essayer de dompter le Wildhorn qui culmine, quand même, à 3248 m d'altitude.

Dimanche matin, rdv est donné à 6 h 15 au parc de la piscine de Broc. Michel nous embarque toutes dans sa voiture, par mesure d'écologie.

Malgré l'heure matinale, ça gazouille gaiement... Dépôt de la voiture à La Lenk et hop à l'attaque sur nos spatules. La météo est propice. Nous passons la forêt jusqu'à Iffigenalp et voilà un splendide décor qui s'offre à nous. Nous montons en silence, et oui, même avec 4 femmes, n'est-ce pas Jean-Michel ? Nous voilà arrêtés pour une première pause au-dessus du lac. Petite causerie sur le Coronavirus avec M. le Docteur et pensons que c'est dans ces belles montagnes, où nous évitons la foule, que nous risquons le moins d'attraper le Corona. Mais, c'est un autre virus qui nous pousse vers le sommet. Nous passons la cabane Wildhorn et frétilions déjà à la pensée de la belle descente que nos deux chefs vont nous offrir



dans cette poudreuse. Petite pause sur le dernier col et nous voici en route pour la dernière ligne droite. Sous le soleil, le sommet et sa belle croix nous accueillent à bras ouverts dans un décor de rêve.

Jean-Michel trouve que, étant donné que c'est la journée de la femme, nous aurions pu rester à la maison pour faire un rôti, mais finalement il est content de



MENUISERIE AGENCEMENT

Eloi Bosson sarl

— Maîtrise Fédérale —



Plafond Acoustique



Atelier de production



Façade lames en mélèze

1632 Riaz | 026 912 42 52

menuiserie.eloibosson@bluewin.ch | www.menuiserie-eloi-bosson.ch



**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



son sandwich, car purée la descente fut belle... Non contents, au passage, nous remontons sur Iffighore.

Voilà 4 femmes et 1 homme heureux de skier dans cette poudreuse enchanteresse.



MERCI Chantal pour le choix de cette magnifique course.

MERCI Jean-Michel, chef qui a bien mérité, à l'arrivée, sa tartelette aux fraises avec de la crème jusqu'au nez.

A l'année prochaine pour, peut-être, faire la traversée de Bellegarde à Grandvillard ?

S'inscrivent déjà : Pierrette, Nicole et Valérie.

Sports et Loisirs

Avry-devant-Pont

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

Rte de l'Eglise 19
026 915 12 42

SOLAIRE PHOTOVOLTAÏQUE



Étude de faisabilité et devis - Installation et mise en service - Maintenance

Retrouvez toutes nos offres sur : www.gruyere-energie.ch/photovoltaique

Contact : T +41 26 919 23 23 - office@gruyere-energie.ch



La force d'une région

www.gruyere-energie.ch



*"L'Espace
d'un
Instant"*

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

Massages - Réflexologie Taoïste - Chi Nei Tsang
Gua Sha - Soins bols chantants - Soins énergétiques - Reiki
Carole Bapst 079 309 23 67 www.lespaceduninstant.ch



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

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

Cascade de glace

DIMANCHE 12 JANVIER 2020

Auteure : Alexandra Quirici, photos Johannes Konrad



Àu moment de l'inscription, j'ai quelques appréhensions : en fait, je ne savais pas du tout à quoi m'attendre. Je m'étais un peu renseignée sur YouTube avec différentes vidéos et à vrai dire, ça me paraissait insurmontable avec mes petits bras. Mais l'envie de découvrir cette discipline me pousse à y aller et au pire, on rigolera bien.

Donc me voilà, départ du stamm à 7 h 15 le dimanche 12 janvier 2020 en direction de La Lécherette pour ma première sortie en cascade de glace et ma première sortie de l'année avec le club. C'est aussi une première pour Martin, car il s'agissait de son baptême en tant que chef de courses. Mais bon, je crois qu'on a été gentil et il s'en est vraiment bien sorti.

Après une petite heure de route, nous descendons du fourgon avec tout notre barda et nous nous dirigeons vers le site. Après quelques mètres, le groupe s'arrête, passe la tête par-dessus la barrière en bord de route et décide de poser un rappel pour descendre plus rapidement. Il n'y a vraiment qu'avec le GJ qu'on peut s'attendre à faire ça, généralement, les gens prennent les chemins balisés. Mais c'est tellement plus sympa en rappel ! Une longueur de corde plus tard, nous déposons nos sacs et découvrons un lieu magnifique recouvert de glace. Nous commençons par de petites traversées pour nous réchauffer et nous familiariser avec le matériel. Ce n'est pas glorieux... On glisse presque à chaque mouvement, mais très vite, Johannes pose une moulinette et je m'engage dessus avec Julie. La montée est crispée, les muscles nous brûlent et le plantage de piolet n'est



pas vraiment précis. On redescend et on s'essaie sur les autres. La technique vient rapidement grâce aux conseils du chef de course et des accompagnants. Au bout de la troisième tentative, nous parvenons au sommet sans trop de mal et les mouvements « coup de pied » et



« cassage de poignet » commencent à être assimilés. Malgré tout, pas facile de sourire pour les photos.

Pause sandwich et thé chaud pendant quelques minutes et c'est déjà reparti. On évite de s'arrêter trop longtemps pour ne pas finir en glaçons et pour ça, on peut également compter sur la dou-doune extra large de Marjo. L'après-midi, nous nous essayons sur des passages verticaux plus longs et ça passe ! Comme quoi on s'y fait rapidement. Vers 14 h 30,

nous remballons le camp et remontons au fourgon où nous attendent chocolat et saucisson.

Il est 17 h 50, je suis encore en vie au grand soulagement de ma maman et je n'ai qu'une hâte, recommencer dès que l'occasion se présentera.

Participants : Martin (chef de courses), Johannes et Marjolaine (accompagnants), Alexandra, Margaux, Julie, Colin, Yoann, Adrien, Florentin et Enola.

monferini
BULLE ferini
CONSTRUCTION www.monferini.ch

MA GREVIRE

Rte de l'Intyamon 328
1663 Epagny
026 921 21 76
www.magrevire-aol.ch

Horaire
Du lundi au vendredi
7h30 – 12h30
16h00 – 19h00
Samedi
8h00 – 12h30

*Viande, Fromage, Légumes,
Fruits, Epicerie fine, Traiteur*

Castella 2.0

SPORTS BULLE



**Venez
visiter notre
corner Millet**

Route du Verdel 22 – Bulle



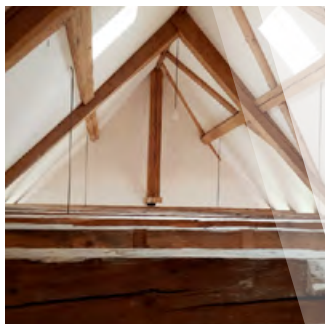


LAPOSTE

JAB

CH - 1630 Bulle

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

Nous formons des apprentis



Brevet Fédéral

Partenaire



Pour une production locale