Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS LA GRUYÈRE

09-2020

SEPTEMBRE 2020

CAS LA GRUYÈRE

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
CHAUSSONS 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!

Trango SPORT NATURE

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,
chemin du Lac 37, 1637 Charmey
Tél. 079 244 31 71
E-mail : registry@cas-gruyere.ch

CABANE DE BOUNAVAUX
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'OBEREGG
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
A vos agendas 05
Activités en cabane 07
Cabanes de la section 09
Reflets de la section 14
Groupement jeunesse 16
Formation adultes 18
Courses de la section 19
Récits de course 39

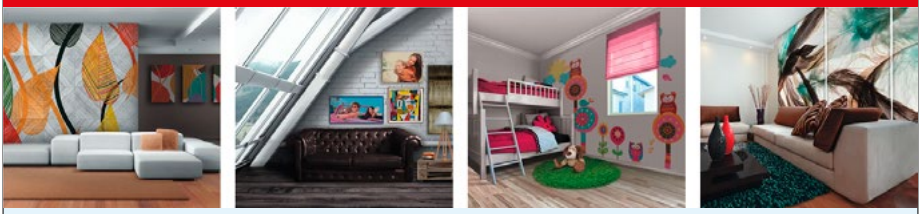
PHOTO DE COUVERTURE
Pian Grand
© Marilyne Gachet | Juillet 2020

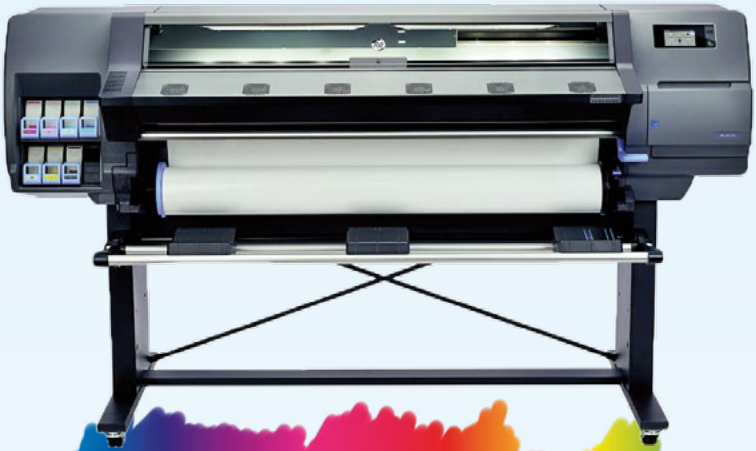
IMPRESSION NUMÉRIQUE, OFFSET

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

ELOI BOSSON, PRÉPOSÉ AUX CABANES

La Suisse est belle… Partons la découvrir, puisque le climat actuel dû à ce cher Covid est des plus favorables pour le faire. Personnellement, j'ai très peu fréquenté la Suisse allemande, en voici donc l'occasion. Avec mon bâton de pèlerin, je m'enfonce dans cette Suisse pleine d'ombres et de soleil afin d'aller rendre visite à plusieurs cabanes construites sur des pentes parfois raides où soudain un replat a favorisé la construction d'un refuge, où l'on peut se reposer et se sustenter après plusieurs heures de marche. Oui, la Suisse est vraiment belle et on la connaît tellement peu… J'ai donc profité de découvrir quelques cantons de cette Suisse profonde, qui peuvent paraître au premier abord un peu hostiles de par leur relief imposant.

Je viens d'un petit village romand et de plaine et je ne connais que très peu, ou voir pas du tout, la langue de Goethe et ses différents dialectes. Plus je m'enfonce, plus j'angoisse, j'éprouve dès lors des difficultés à me faire comprendre dans cette Suisse montagnarde qui devient de plus en plus indifférente à mon existence de touriste romand. Je ne vois aucun panneau sur lequel les indications sont en français pour me souhaiter la bienvenue sauf pour peut-être celui des toilettes puisque ça s'écrit plus ou moins la même chose qu'en français… Est-ce que nos chers Suisses allemands ne nous auraient peut-être pas un peu oubliés, nous les Welches? Mon Dieu, n'allez pas croire que c'est un reproche, bien au contraire, ce sont les vacances, donc laissons place à la découverte… Je peux d'ailleurs utiliser l'anglais, l'italien, l'espagnol et même le russe et le mandarin; ils connaissent ces langues puisqu'ils ont fait l'effort de les apprendre et de les appliquer sur des panneaux indicateurs et sur les cartes de restaurant. Même dans les trains, les annonces sont faites dans les langues couramment utilisées par ceux qui font vivre l'économie de la Suisse orientale. Soudain, je me rends compte que j'aurais dû apprendre l'anglais pour dialoguer avec les Suisses allemands… J'ai beau essayer de dire à la patronne du petit hôtel où je loge que je préfère l'allemand à l'anglais, elle poursuit sans sourciller à me parler en anglais… Mais je suis content, j'ai quand même pratiquement obtenu tous les repas avec parfois la surprise de manger tout autre chose que ce que j'avais commandé ! C'est qu'une histoire d'interprétation… et de digestion…

Je dois dire que leurs montagnes sont tellement belles, hautes et accueillantes qu'on leur pardonne de nous avoir un peu oubliés, nous les Suisses romands. Leurs sourires sont nombreux et chaleureux ainsi que leurs salutations des plus cordiales. Nos regards qui se croisent n'ont pas besoin de paroles pour évoquer le plaisir que l'on obtient à découvrir ces hautes cimes. Heureusement, pour moi le bavard, que je n'ai pas passé mes vacances que dans les Alpes orientales, mais également dans nos Préalpes romandes et gruériennes !

Alors, parlons un peu de nos cabanes et des gardiens qui ont fourni des efforts supplémentaires pour continuer à nous recevoir dans les meilleures conditions… Je ne peux que féliciter tous nos responsables de cabanes de notre section et leur dire un grand merci pour ce qu'ils ont fait afin de respecter les consignes de sécurité face à ce virus qui n'est peut-être pas encore prêt de partir en vacances pour toujours ! Bounavaux, Les Marindes, Les Clés et le bivouac du Dolent restent toujours et encore à votre disposition pour partager un bon moment et qui sait… dire quelques mots en patois juste pour narguer nos amis les Suisses allemands qui oublient un peu qu'en Suisse, le français est la deuxième langue nationale… Quel bonheur et quelle chance de pouvoir se rendre en montagne, même si les temps sont durs et incertains pour beaucoup d'entre nous. Hommes et femmes de la montagne, restons solidaires et poursuivons notre route ensemble même si parfois celle-ci peut nous sembler camuse…

Tin-tè bin dzoyà din ouna kabârna
Vouthro Prèpojâ, Eloi

GRUYERE
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
lucien-carrel.ch
tavillonneur

A vos agendas

Afin de ne pas louper les évènements futurs en 2020, vous pouvez d'ores et déjà noter ces 2 dates :

POUR LES GARDIENS DE CABANE

SOUPER DES BARMEN LE SAMEDI SOIR 7 NOVEMBRE

Inscriptions au 079 790 45 33 ou 079 603 68 78

POUR TOUT LE MONDE

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE LE SAMEDI 12 DÉCEMBRE

En fin d'après-midi à La Maison du Gruyère à Pringy

Besoin de matériel pour vos randonnées automnales ?

Bénéficiez d'un rabais de 20% sur tout l'assortiment SportXX du 28.09 au 10.10.2020 uniquement sur présentation de ce bon original.

SPORTXX MIGROS

Uniquement valable dans les magasins SportXX de la coopérative Migros Neuchâtel-Fribourg sur présentation de ce bon original, du 28.09 au 10.10.2020

SPORTXX MIGROS

20%

Bon sur tout l'assortiment SportXX

Non cumulable avec d'autres réductions, soldes et coupons de rabais en francs et en pourcents.

N° art: 9898.001.42251

7 613433 535754

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

MBF
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

Activités en cabane

CABANE DES PORTES

PROGRAMME DES GARDIENNAGES - SAISON 2020-2021

A toutes celles et ceux qui souhaitent réaliser un ou plusieurs gardiennages de la cabane, nous vous invitons à contacter Joël Bach au 077 409 18 36.

La cabane est ouverte au public de novembre à avril, tous les samedis dès 14 h aux dimanches jusqu'à 16 h et, de plus, tous les mercredis de 10 h à 16 h de janvier à avril.

Premier gardiennage :
31 octobre - 1er novembre 2020
Dernier gardiennage :
24 - 25 avril 2021

A ceux qui n'ont jamais gardienné et qui seraient tentés par une telle expérience, nous les épaulerons volontiers.

Covid-19. L'accueil des promeneurs et visiteurs à la cabane sera adapté en fonction des mesures sanitaires du moment exigées par les organes officiels et le CAS.

BOUILLI DES PORTES

OUVERTURE DE SAISON - DIMANCHE 25 OCTOBRE 2020

La situation sanitaire actuelle ne nous permet hélas pas de vous confirmer l'organisation de la journée d'ouverture officielle de saison avec le traditionnel «bouilli des Portes». Toutes les informations utiles à ce sujet vous seront communiquées dans l'édition d'octobre du Bouquetin.

Au plaisir de vous rencontrer aux Portes durant la saison à venir.

Les responsables : Joël Bach et Jean-François Vienny

Votre expérience
Votre expérience
a choisi la qualité
notre
expérience
a choisi
la qualité
KARPOS
OSPREY
MOUNTAIN HARD WEAR
SKITRAB
QUALITY ON THE SNOW
Smartwool
Go far. Feel good.
SCARPA
NESSUN LUOGO È LONTANO
Route du Briez 73
1628 VUADENS
026 912 74 75
sports cycles
dupasquier
vuadens
www.dupasquier-sports.ch

Cabanes de la section

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

CABANE DES MARINDES *1868 m*

SEPTEMBRE

Semaine	30 - 05	Françoise Repond
Week-end	05 - 06	**Chasse** - Rausis - Joye
Semaine	06 - 12	Fabienne Gobet
Week-end	12 - 13	Dodo - Francis
Semaine	13 - 19	Elisabeth Savoy - Doris Bauman
Week-end	19 - 20	Laura Jaquet
Semaine	20 - 26	Jean-Christophe Genilloud - Joël Dey
Week-end	26 - 27	Jean Barras - Marc Raboud

OCTOBRE

Semaine	27 - 03	**LIBRE!!!**
Week-end	03 - 04	Florence et Eric Dénervaud

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

INFOS CABANE

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

Restauration/hébergement
Soupe, boissons chaudes ou froides, vin, bière et spiritueux. Pas de restauration.
Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place.
15 places en dortoirs, prendre votre sac de couchage, réservation obligatoire.

Réservation/information
Pascal et Marie-Hélène Rausis
079 790 45 33
marindes@cas-gruyere.ch

Gardiennage
Ouverte du début juin à fin septembre
Week-end du samedi 10 h au dimanche 16 h
Semaine du dimanche 16 h au samedi 10 h

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

monferini
BULLE
CONSTRUCTION www.monferini.ch

MA GREVIRE
AOL
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

SAUDAN
TINGUELY
ARCHITECTES SÀRL
la rieta 19, 1630 Bulle - 026 566 70 46 - www.saudantinguely.ch

CABANE DE BOUNAVAUX *1620 m*

SEPTEMBRE

Semaine	30 - 05	Beaud Maurice - Schneuwly Jean-Claude
Week-end	05 - 06	Bourguet Cédric
Semaine	06 - 12	Menoud Christophe - Bapst Dominique et Sébastien
Week-end	12 - 13	André Francine et Claude-Henri
Semaine	13 - 19	Avril Maud - Larsonneur Pierre-Louis
Week-end	19 - 20	Schafer Daniel - Rumo Gérald
Semaine	20 - 26	Musy François et Brasey Thierry
Week-end	26 - 27	Fernandez Noëlle - Blatter Pierrette
Semaine	27 - 03	Fernandez Noëlle - Blatter Pierrette

OCTOBRE

Week-end	03 - 04	**Fermeture** - Equipe

INFOS CABANE

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

Restauration/hébergement
Soupe, boissons chaudes ou froides, vin, bière et spiritueux. Pas de restauration.
Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place.
15 places en dortoirs, prendre votre sac de couchage, réservation obligatoire.

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

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

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

SPORTS
SKI
SNOW
BIKE
RANDO
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 BILLENS 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

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

CABANE DES CLÉS *1352 m*

SEPTEMBRE

Week-end	5 - 6	Agnès Limat, Denyse Dupasquier, Mathilde Auer
Week-end	12 - 13	Philippe et Christine Sugnaux, Kiki Tercier
Week-end	19 - 20	Johanna Davet, David Carrel
Week-end	26 - 27	Pierre et Nathalie Clauss

OCTOBRE

Week-end	3 - 4	Christiane Rossat
Week-end	10 - 11	Léonard, Odette Crottaz, Georgette Aubry
Week-end	17 - 18	Marie-Jo Porchet, André Grangier
Semaine	19 -23	Marie-Jo Porchet, André Grangier
Week-end	24 - 25	Bernard Eltschinger
Semaine	26 - 30	Bernard Eltschinger
Week-end	31 - 1.11	**Fermeture** Mathilde Auer

CABANE DE L'OBEREGG *1818 m*

CABANE DES PORTES *1218 m*

En fermeture estivale

INFOS CABANE

Situation
Situé 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. Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place.
10 places en dortoirs, prendre votre sac de couchage, réservation obligatoire.

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

Reflets de la section

COIN DE LA SYMPATHIE

Nous présentons nos sincères condoléances et assurons de notre amicale sympathie toutes les personnes touchées par le décès de :
Thérèse Gremion, maman de Marie-Louise Ruffieux, membre.

ADMISSIONS

Ambli Isaac, chemin de la Colline 31, **La Tour-de-Trême**
Bérard Violeta, chemin du Pralet 8, **Mézières**
Bersier Rémy, rte de Lentigny 29, **Corserey**
Clerc Didier, rte de Givisiez 9, **Corminboeuf**
Corminboeuf Maryline, rue du Château 8, **Vaulruz**
Degallier Marc, rue de Gruyères 9, **Broc**
Descloux Laurence, rte de la Pala 123, **Bulle**
Dominique Catherine, La Croix 42, **Neyruz**
Ducrest Priska, imp. Grand-Pré 43, **Rossens**
Gasser Anne, chemin du Verger 2, **Villars-sur-Glâne**
Gauderon Nicolas, rue de Romont 21, **Fribourg**
Gisler Anne-Francine, rte de Cerniat 12, **Cerniat**
Gisler Justine, La Chaussia 9, **Morlon**
Gisler Swann, rte de Cerniat 12, **Cerniat**
Guillet Sandrine, rue du Moléson 26, **Albeuve**
Havelange Mathilde, rte de l'Intyamon 144, **Villars-s.-Mont**
Leuenberger René, rte du Briez 151, **Vuadens**
Martin Corinne, rue Davel 5, **Riex**
Monney Matthieu, rte des Paccots 215, **Les Paccots**
Moret Sophie, rte du Pra 8, **Charmey**
Pugin Pierre, rte du Village 27, **Echarlens**
Purro Francine, rte St-Claude 14, **Farvagny-le-Petit**
Repond Christophe, rue Auguste-Majeux 78, **Bulle**
Sevegrand Murielle, Grand-Rue 42, **Romont**
Tena Lucie, rue Joseph Reichlen 22, **Bulle**

ADMISSIONS GJ

Goumaz Tanguy, Plan de Chany 32, **Domdidier**
Grangier Noémie, Au Crêt 9, **Gumefens**
Guillet Mateo, rue du Moléson 26, **Albeuve**
Guillet Meline, rue du Moléson 26, **Albeuve**
Picard Camille, rte de La Croix 43, **Marsens**

ACTIVITÉS DU MOIS

DATE	BUT	PARTICIPANTS
09.06	Les Clés	**12**
16.06	Hauta Chia	**13**
23.06	Les Clés	**24**
30.06	Aiguille de Mex	**16**
02.07	Tour du Bäderhore	**14**
02.07	Sous la Tête de l'Ane	**7**
02.07	Chällihorn (en traversée)	**16**
04.07	Cours d'initiation alpinisme	**29**
04.07	Combin de Corbasssière arête S, plus si entente	**6**
05.07	Moléson - Teysachaux	**12**
06.07	Rando flore seniors (Juf Grisons)	**18**
07.07	Dent de Jaman	**8**
09.07	Montbovon - Château d'œx par Pra de Cray	**13**
09.07	Folly et Molard	**22**
10.07	Traversée Fletschhorn - Lagginhorn	**6**
11.07	Col de Bise (rempl.Morgenberghorn)	**6**
12.07	Basse-Engadine (rempl. Queyras)	**7**
12.07	Dent de Corjon	**7**
14.07	Tour du Cua	**9**
16.07	La Tour de Famelon	**17**
18.07	Ussers Barrhorn 3610 m	**12**
18.07	Grassen face Sud (initiation alpinisme suite)	**8**
18.07	Bivouac des Pantalons Blancs en boucle	**9**
21.07	Les Monts Chevreuils	**8**
23.07	Bürgle (rempl.Gantrischli - Schafarnisch)	**20**
26.07	Rosablanche (arête SW)	**7**
25.07	Cabane des Becs de Bosson	**7**
25.07	Pollux (rempl. Tour Ronde)	**9**
26.07	A travers le parc Adula	**10**
28.07	En boucle autour des Gastlosen	**14**
30.07	Wandflue	**14**
30.07	Rocher du Midi - Plan de la Douve	**8**

Gj Groupement jeunesse

Information importante liée au COVID 19

Pour tous

Aux participants aux courses et formation : afin de lutter contre la propagation du COVID 19, la traçabilité des participants à nos courses et formation est garantie. Aussi, si l'un de vous devait être testé positif à ce virus après avoir fréquenté une de nos courses ou formations, il a l'obligation de prendre contact avec l'un des préposés aux courses. Ces derniers mettront en place les mesures prévues.

Francis Grandjean 079 750 16 11
Roland Charrière 079 199 95 32

Weekend de grimpe là où il fera beau :)

SAMEDI 19 SEPTEMBRE - DIMANCHE 20 SEPTEMBRE

5b

Lieu et heure de départ
Stamm à 8 h

Subsistance
Cabane ou sous tente. Si tu as…

Matériel
Pique-nique et boisson pour samedi et dimanche midi Affaire de grimpe (baudrier, casque, pa, 3-4 mousquetons, dégaines, sangles, reverso ou autre moyen d'assurage)

Exigence physique
A - Peu exigeante

Coût approximatif
CHF 80.– demi-pension et nuitée

Renseignements/inscription
Par téléphone

Instructions d'inscription
Par SMS ou Whats'app (079/933.52.63)

Cheffe de courses
Marjolaine Hugonnet, 079 933 52 63

Cheffe de courses adjointe
Enola Bitz

Délai d'inscription
Dimanche 6 septembre

Itinéraire choisi
Weekend de grimpe en cabane ou sous tente Si tu as envie de découvrir de nouveaux coins pour grimper, c'est l'occase ! Rejoins-nous pour ce weekend, tu dois seulement connaître les manip' de base (noeuds, assurage et technique de multi-longueurs). Mais si tu hésites concernant une de ces exigences, demande-moi.

Escalade d'automne

SAMEDI 26 SEPTEMBRE - DIMANCHE 27 SEPTEMBRE
PD

Lieu et heure de départ
Stamm à 7 h 30

Dénivelé, heures de marche
Vallée d'Aoste ou suisse centrale selon la météo. Ouvert à tous niveaux, maîtrise des manipulations d'assurage et encordement exigé. Tu as une question ? Appelle !

Exigence physique
A - Peu exigeante

Coût approximatif
Frais de la nuitée (cabane ou en camping)

Renseignements/inscription
Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription
Appelle de préférence le soir ou bien via SMS

Chef de courses
Johannes Konrad, +41 78 647 21 77

Chef de courses adjoint
Maxime Ecoffey, 079 317 75 31

Délai d'inscription
Mardi 15 septembre

Itinéraire choisi
Viens découvrir les plaisirs de l'escalade en automne lorsque la foule estivale aura laissé la place au calme et la canicule la place au frais. Nous irons, en fonction des conditions, grimper 2 jours au soleil d'automne en fonction des conditions du moment et des participants. S'il fait déjà frais nous irons au sud dans le val d'Aoste et s'il fait encore bon nous irons dans une cabane en Suisse centrale (p. Ex. Siedelenhütte). Nous pourrons faire des moulinettes et des multilongeurs.

Weekend de varappe à Annecy + High Five Festival

SAMEDI 3 OCTOBRE - DIMANCHE 4 OCTOBRE
5b

Cette sortie prévue en France est annulée en raison du Covid19

Formation adultes

Félicitations

Pour tous

Au cours de cet été Aleksandra Stefanovic et Christian Meyer ont obtenu le titre de chef/fe de courses randonnée.

Après une formation de premiers secours, ils ont arpenté le Bas Valais pendant une semaine et ainsi reçu leurs accréditations.

Carole Bardy cheffe de courses randonnée dans une autre section est venu s'établir dans la région. Nouvelle membre de la section La Gruyère, elle aura également le plaisir de conduire des courses.

Le comité et sa commission des courses et formation félicitent Aleksandra, Carole et Christian pour leur engagement au sein de notre section.

La formation de chef de courses dans une ou l'autre discipline alpine ou de randonnée t'intéresse, n'hésite pas à prendre contact avec les préposés aux courses et formation. Francis Grandjean tél. 079 750 16 11, Roland Charrière 079 199 95 32

Courses de la section

Information importante liée au COVID 19

Pour tous

Aux participants aux courses et formation : afin de lutter contre la propagation du COVID 19, la traçabilité des participants à nos courses et formation est garantie.
Aussi, si l'un de vous devait être testé positif à ce virus après avoir fréquenté une de nos courses ou formation, il a l'obligation de prendre contact avec l'un des préposés aux courses. Ces derniers mettront en place les mesures prévues.

Francis Grandjean 079 750 16 11
Roland Charrière 079 199 95 32

Randonnées à la carte

Tout au long de l'année, à pied ou à ski, chaque mardi les clubistes peuvent se retrouver pour une randonnée à la carte. Le but est fixé selon les conditions du moment et les envies des participants. Ces courses ne dépassent pas les niveaux T3 ou S3.
Rendez-vous chaque mardi à 8 h, au parking du terrain de foot à La Tour-de-Trême.

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 du terrain de foot à La Tour-de-Trême.

Inscriptions aux courses

Pour tous

Le riche programme de cette année concocté par vos chef(fe)s de courses rencontre un vif succès.
Nombreuses sont les sorties qui font le plein de participants et nous en sommes ravis.
Nous constatons que la grande majorité des participants aux courses sont respectueux des règles en vigueur au sein de notre club et nous les remercions.
Néanmoins, nous constatons une augmentation du nombre de membres qui se désistent à la dernière minute par SMS ou par e-mail, sans même prendre la peine d'informer directement le/la chef(fe) de courses.
Cette manière de faire révèle un manque de respect envers le/la chef(fe) de courses, qui se met bénévolement à disposition pour organiser des sorties.
C'est également un manque de respect envers les membres qui souhaitent participer à une course, mais ne sont pas retenus, faute de place.
Nous invitons donc ces personnes à changer leur manière de faire. S'inscrire à une course, c'est vouloir y participer et s'engager à le faire (sauf empêchement majeur).
Si nous constatons que de tels agissements se répètent, la section se réserve le droit de prendre les mesures qu'elle jugera adéquate afin d'y mettre un terme.

Vos préposés aux courses et formations
Roland Charrière et Francis Grandjean

Escalade longues voies – Grimsel

VENDREDI 4 SEPTEMBRE - DIMANCHE 6 SEPTEMBRE
5c

Lieu et heure de départ
Stamm, l'heure sera communiquée aux participants

Situation/altitude
Grimsel

Subsistance
2 nuits à la Bächlitalhütte en demi-pension

Matériel
Matériel d'escalade classique (baudrier, casque, jeux de dégaines, cordelette/sangle pour les rappels, outil d'assurage). Si cordes doubles disponibles, prenez-les. Pour les accès, prévoir des bonnes chaussures de marche. Sac à viande pour les nuitées. Prévoir un pique-nique pour 2 jours

Dénivelé, heures de marche
1er jour, en soirée, montée à la cabane Bächlital - 2 heures - ensuite, le samedi et dimanche en fonction du choix des voies, 30 à 60 minutes d'accès

Exigence physique
A - peu exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone, en ligne

Nbre max participants
8

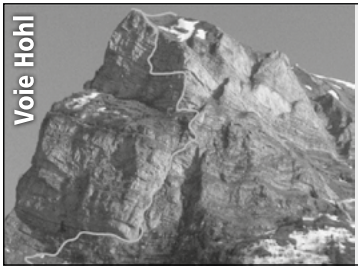
Chef de courses
Claude Heckly, 079 398 06 44

Chef de courses adjoint
Rainer Frick, 079 372 54 93

Délai d'inscription
Dimanche 23 août

Itinéraire choisi
Escalade de voies de plusieurs longueurs dans la région du Grimsel. Week-end de perfectionnement dans les manoeuvres de cordes, et la technique. Nous choisirons des voies adaptées aux participants. Le but est une escalade "plaisir" dans un environnement alpin. Venez et profitez-en.

Remarques/descriptif
Départ le vendredi en fin d'après-midi et montée en cabane le soir afin d'être sur place et de pouvoir profiter de toute la journée du samedi.



Via ferrata Moléson

Accès gratuit
à tous les membres
de la section «La Gruyère»

La Tzoumaz – Col du Creblet (en boucle)

JEUDI 10 SEPTEMBRE
T3

Lieu et heure de départ
Parc du terrain foot de la Tour-de-Trême à 7 h

Matériel
De randonnée pédestre (bonnes chaussures)

Dénivelé, heures de marche
1030m, montée/descente - 14.5 km - 5 h 40

Exigence physique
B - plutôt exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone, en ligne

Chef de courses
Jean-Louis Kolly, 079 331 49 53

Délai d'inscription
Mercredi 9 septembre

Itinéraire choisi
La Tzoumaz (maison de la forêt) - Chassoure - lac des Vaux - col Creblet - col des Mines - la Tzoumaz

Dent de Ruth

SAMEDI 12 SEPTEMBRE
T5

Lieu et heure de départ
Parc école Duvillard Epagny à 7 h 30

Matériel
Casque, baudrier, 1 sangle, 3 mousquetons

Dénivelé, heures de marche
1300m. 6 h 30. Itinéraire en boucle, choix selon conditions

Exigence physique
C - exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone

Nbre max. participants
6

Chef de courses
Jacques Maillard, 077 473 14 85

Délai d'inscription
Mercredi 9 septembre

Grand Muveran : face S (voie normale)

SAMEDI 12 SEPTEMBRE
T5

Lieu et heure de départ
Stamm à 6 h

Subsistance
Cabane Rambert

Matériel
Randonnée pédestre

Dénivelé, heures de marche
1700 m de d+ = 9 heures de marche

Exigence physique
D - très exigeante

Coût approximatif
CHF 100.– transport + repas en cabane

Nbre max. participants
6

Chef de courses
Bruno Parnet, 079 938 19 34

Itinéraire choisi
Depuis Ovronnaz, nous prendrons le sentier jusqu'à la cabane Rambert. Après la pause repas, nous prendrons la vire (raide, exposée, passage avec une chaîne) qui rejoint le sommet. Le terrain est délité et un peu exposé par endroits. Il convient d'avoir le pied sûr (T5).

Remarques/descriptif
Itinéraire complet et photos sur https://www.camptocamp.org/routes/55972/fr/grand-muveran-face-s-voie-normale-

Pic Chaussy

DIMANCHE 13 SEPTEMBRE
T2

Lieu et heure de départ
Stamm à 8 h

Subsistance
Pique-nique

Matériel
De rando

Exigence physique
A - peu exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone

Cheffe de courses
Denyse Dupasquier

Délai d'inscription
Samedi 12 septembre

Itinéraire choisi
Lac Lioson - Pic Chaussy 2351m - retour par les petits lacs

Rando Appenzell Alpstein

JEUDI 17 SEPTEMBRE - VENDREDI 18 SEPTEMBRE
T2

Lieu et heure de départ
Parc du terrain foot de la Tour-de-Trême à 7 h

Situation/altitude
Alpstein Säntis

Subsistance
1 nuit en cabane + demi-pension.
Cabane Mesmer

Matériel
Equipement de rando, 1 pique-nique

Dénivelé, heures de marche
2x3-4h sentier parfois escarpé.

Exigence physique
B - plutôt exigeante

Coût approximatif
CHF 200.– transport-hébergement : auto, télésiège, téléphérique CHF 120.– / hébergement-pension : CHF 80.–

Renseignements/inscription
Par téléphone

Instructions d'inscription
Infos par téléphone exclusivement

Nbre max. participants
12

Chef de courses
Serge Blanc, 079 213 59 76

Chef de courses adjoint
Irénée Savary, 079 510 62 25

Délai d'inscription
Samedi 5 septembre

Itinéraire choisi
1er jour Bulle-Urnäsch AI. Train vers Appenzell-Wasserauen-télésiège Ebenalp, cabane Unterer-Mesmer 3 h marche
2e jour : cabane Mesmer-Säntis. 3-4 h , descente en téléphérique Schwägalp, bus Urnäsch, retour voiture.

Cartes et topo-guides en prêt au stamm
Prendre contact avec Michel Savoy au 079 276 76 59

Brunet – tour des lacs – Rogneux

JEUDI 17 SEPTEMBRE
T4

Lieu et heure de départ
Parc du terrain foot de la Tour-de-Trême à 7 h

Matériel
Habituel de randonnée

Dénivelé, heures de marche
Eléments ci-dessous avec l'option Mont Rogneux distance : environ 18 km dénivelé : +/- 1'200 m temps de marche : 7-8 heures

Exigence physique
C - exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone

Instructions d'inscription
Inscription par téléphone

Chef de courses
Antoine Buntschu, 079 661 26 20

Délai d'inscription
Mardi 15 septembre à 17 h

Itinéraire choisi
Itinéraire en boucle, départ de la cabane Brunet, Ecuries de Sery, Goli des Otanes, Goli du Rogneux, Rogneux (3083 m) en option, Goli d'Aget, retour à Brunet

Remarques/descriptif
Au départ de la cabane Brunet, cette magnifique randonnée vous fera découvrir plus de 14 lacs de montagne, le tout au pied de l'impressionnant Petit Combin, et avec le sommet facultatif du Rogneux. Ne prévoyez pas de rendez-vous ce soir-là… le verre de fin de parcours pourrait bien se prolonger par une croûte au fromage à Brunet !

Cabane FXB Panossière

SAMEDI 19 ET DIMANCHE 20 SEPTEMBRE (CHANGEMENT DE DATES)
T3

Lieu et heure de départ
Stamm à 7 h

Subsistance
Samedi repas de midi à la cabane Brunet, le soir à la cabane Panossière

Matériel
Bons souliers de marche, dans le sac affaires pour passer une nuit en cabane.
1 litre d'eau et 2 pique-niques, possibilité de manger à la cabane Brunet samedi midi

Dénivelé, heures de marche
Samedi 6 h 30 de marche +1600 m
Dimanche 6 heures de marche
+300 m / -1600 m

Exigence physique
B - Plutôt exigeante

Coût approximatif
CHF 75.– +Transport

Instructions d'inscription
Par tél au 079 692 56 85
ou roland.dervey@bluewin.ch

Nbre max. participants
10

Chef de courses
Roland Dervey, 079 692 56 85

Période d'inscription
Du samedi 15 au samedi 22 août

Itinéraire choisi
Samedi départ de Lourtier, parc de la Barmasse, midi à la cabane Brunet, ensuite col des Avouillons, cabane Panossière via passerelle de Corbassière, nuit à la cabane.
Dimanche retour par le col des Otanes, Bonatchiesse, Fionnay, Parc de la Barmasse.

Remarques/descriptif
Magnifique vue sur le glacier de Corbassière et passage sur la passerelle du même nom

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

Airolo – Ulrichen (rempl. Domodossola)

SAMEDI 19 SEPTEMBRE - LUNDI 21 SEPTEMBRE
T4

Lieu et heure de départ
Gare de Bulle, l'heure sera communiquée aux participants

Situation/altitude
Tessin/Valais

Subsistance
En cabane, demi-pension, pique-nique pour le midi

Matériel
De randonnée. Très bonnes chaussures

Dénivelé, heures de marche
1er jour : + 1000 m, 5 h (de Pesciüm); 2e jour : + 700 m/-900m, 6-7 h (selon itinéraire);
3e jour : selon l'humeur (diverses variantes)

Exigence physique
C - exigeante

Coût approximatif
CHF 160.– cabane, téléphérique. Transport en plus, carte journalière ou demi-tarif

Renseignements/inscription
Par téléphone

Instructions d'inscription
Si inscription en ligne, laissez votre numéro de mobile

Chef de courses
Denis Bossel, 079 332 04 68

Délai d'inscription
Lundi 7 septembre

Itinéraire choisi
Jour 1 : Airolo - capanna Cristallina par Pesciüm
Jour 2 : capanna Cristallina - capanna Corno-Gries
Jour 3 : capanna Corno-Gries - Ulrichen

Remarques/descriptif
En raison des exigences sanitaires du moment, l'itinéraire est partiellement modifié pour rester sur territoire suisse. Quelques modifications peuvent encore survenir. Les derniers détails seront communiqués aux participants ainsi que les horaires

Arête d'automne

SAMEDI 19 SEPTEMBRE - DIMANCHE 20 SEPTEMBRE
AD

Lieu et heure de départ
Stamm à 7 h

Dénivelé, heures de marche
Nous choisirons une course d'arête en fonction des conditions du moment afin de profiter des belles journées d'automne. Course typique serait l'arête du Pain de Sucre au Grand-saint-Bernard.

Exigence physique
B - plutôt exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par courriel, en ligne

Instructions d'inscription
N'hésitez pas à m'appeler en cas de questions

Nbre max. participants
6

Chef de courses
Johannes Konrad, +41 78 647 21 77

Délai d'inscription
Lundi 31 août

Itinéraire choisi
Course d'arête en fin de saison. Nombreuses sont les possibilités de passer une belle journée d'automne à crapahuter sur une arête si tard dans la saison. C'est l'occasion de se retrouver seul dans la beauté de l'automne. Nous choisirons la course selon les conditions du moment. Une possibilité serait par exemple l'arête du Pain de Sucre au Grand-Saint-Bernard, (passages d'escalade en 5a). En cas de questions, n'hésitez pas à m'appeler !

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

Col d'Oberberg – col du Loup

JEUDI 24 SEPTEMBRE
T3

Lieu et heure de départ
Parc du terrain foot de la Tour-de-Trême à 8 h

Situation/altitude
Boltigen 1:25000 et Zweisimmen 1:25000

Subsistance
Pique-nique

Matériel
Randonnée

Dénivelé, heures de marche
Montée env. 850 m

Exigence physique
C - exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone

Instructions d'inscription
Inscription jusqu'à 12 h -
par tél. 079 710 67 34

Chef de courses
Jean-Claude Mauron, 079 710 67 34

Période d'inscription
Du vendredi 18 au mercredi 23 septembre

Itinéraire choisi
Abländschen - Port - col Oberberg - chalet du Soldat - col du Loup - évent. Wandflue - chalet Oberberg - Abländschen

Remarques/descriptif
La montée au col de l'Oberberg est en T3+ avec un passage en T4 (possibilité d'assurer) également possibilité de faire une course b sans passer par le col de l'Oberberg

Rando lectures (changement de date)

SAMEDI 26 SEPTEMBRE
T2

Lieu et heure de départ
Parc du terrain foot de la Tour-de-Trême à 8 h 30

Subsistance
Pique-nique

Dénivelé, heures de marche
900 m de dénivelé, 7 km, environ 4 heures de marche

Exigence physique
A - peu exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone

Cheffe de courses
Lise Ruffieux, 026 913 11 68

Délai d'inscription
Du vendredi 18 au vendredi 25 septembre

Itinéraire choisi
Allières - Combe d'Allières - Pierra Percha - Orgevaux - Allières

Remarques/descriptif
Les randos-lectures ne visent pas la performance ni nécessairement un sommet. Elles sont des randonnées de partage de lectures à haute voix et chacun peut librement y lire des textes de son choix lors des pauses.
La course était initialement prévue le dimanche 27 septembre

Escalade aux Gastlosen

SAMEDI 26 SEPTEMBRE
5b

Lieu et heure de départ
Bulle, stamm à 7 h

Situation/altitude
Gastlosen

Subsistance
Subsistance pour la journée

Matériel
Matériel d'escalade complet : chaussons d'escalade, baudrier, mousquetons à vis, 2 sangles, casque, système d'assurage/descendeur, corde pour premiers de cordée

Dénivelé, heures de marche
Montée : 1h jusqu'au pied de la voie

Exigence physique
C - exigeante

Coût approximatif
CHF 10.– transport

Renseignements/inscription
Par téléphone

Instructions d'inscription
Par téléphone au 077 259 85 29

Nbre max. participants
5

Chef de courses
Pascal Berset

Période d'inscription
Du mardi 1er au vendredi 25 septembre

Itinéraire choisi
Par exemple Eggturm voie normale, voie Marti, normale de Lochgrat

Confitures de myrtilles au bivouac du Dolent

SAMEDI 26 SEPTEMBRE - DIMANCHE 27 SEPTEMBRE
T2

Lieu et heure de départ
Parking CO2 La Tour à 8 h

Subsistance
Nuit au bivouac du Dolent

Matériel
De randonnée alpine, habits chauds. Sac à viande ou sac de couchage. Un tupperware pour la cueillette, un ou deux bocaux pour la confiture.

Dénivelé, heures de marche
+1100 m / -1100 m

Exigence physique
B - plutôt exigeante

Coût approximatif
CHF 80.– transport, nuitée et ravitaillement

Renseignements/inscription
Par téléphone

Instructions d'inscription
Par téléphone au 079 669 95 63

Nbre max. participants
10

Chef de courses
Pascal Monteleone, 079 669 95 63

Délai d'inscription
Jeudi 24 septembre

Remarques/descriptif
Cueillette de myrtilles dans la montée au bivouac entre 2200 et 2400 m. Préparation des confitures au bivouac. Soirée fondue.

Traversée Chörbli–Fochsen–Spitzflue

DIMANCHE 27 SEPTEMBRE
T6

Lieu et heure de départ
Bulle - stamm à 7 h 30

Matériel
Harnais -1x mousqueton - piolet; souliers semelle dure alpins.

Dénivelé, heures de marche
Temps de marche 7 h - 850 m de dénivelé/ montée.

Exigence physique
C - exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone

Nbre max. participants
6

Chef de courses
Xavier Corminboeuf, 078 793 06 96

Délai d'inscription
Jeudi 24 septembre

Itinéraire choisi
Chörblispitz - Fochsenflue - Spitzflue

Remarques/descriptif
Course d'arêtes herbeuses avec bonne concentration sur 80% du parcours, avoir l'habitude des arêtes, aucune peur du vide et un bon physique.

Sur les hauts de Neirivue

JEUDI 1er OCTOBRE
T2

Lieu et heure de départ
Parc du terrain foot de la Tour-de-Trême à 8 h

Matériel
Standard de randonnée

Dénivelé, heures de marche
850 m dénivelé - 11 km - 5 h

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone, par courriel, en ligne

Instructions d'inscription
Par message ou en ligne

Cheffe de courses
Raymonde Beaud, 079 367 68 21

Cheffe de courses adjointe
Suzanne Gremaud, 079 364 24 66

Période d'inscription
Du jeudi 24 au mercredi 30 septembre

Itinéraire choisi
Route alpestre Villars-sous-Mont, Les Pechots, Les Dovalles, Oranse Derrey, Chalet Neuf, la Challa, arête de la Vudalla, col de la Vudalla, Chalet du Milieu, route alpestre Villars-sous-Mont

Walopsee en boucle

JEUDI 1er OCTOBRE
T3

Matériel
Standard de randonnée pédestre

Dénivelé, heures de marche
+1000 m, 5 h 15, env.11 km

Exigence physique
B - plutôt exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription
En ligne jusqu'à 18 h mercredi ou par SMS ou tél.

Cheffe de courses
Antoinette Bussard, 079 253 45 71

Période d'inscription
Du mercredi 16 au mercredi 30 septembre

Itinéraire choisi
En boucle depuis Rohrbode

Remarques/descriptif
Départ de Rohrbode, Garte, Oberi Luchere, Vordere Walop,Egg, Rieneschli et Rohrbode

Dent des Bimis (vire et tunnel)

SAMEDI 3 OCTOBRE
T5

Lieu et heure de départ
Parking de Duvillard à Epagny à 7 h 30

Matériel
Baudrier, longe, descendeur, prussik

Dénivelé, heures de marche
+ 1100 m - 7-8 heures de marche

Exigence physique
B - plutôt exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone uniquement

Nbre max. participants
6

Chef de courses
Roland Charrière, 079 199 95 32

Délai d'inscription
Du mardi 1er au lundi 28 septembre

Itinéraire choisi
Les Ciernes Picat - Paray Doréna - Tour de Doréna – Bimis, retour par la grotte et la Leyta

Remarques/descriptif
Il y a 4 rappels d'environ 25 m dont 1 à l'intérieur de la grotte, une partie de l'itinéraire se déroule hors sentier (pied sûr)

Pilier de la Pissechèvre

SAMEDI 3 OCTOBRE
6a

Lieu et heure de départ
Stamm à 7 h 30

Matériel
Standard pour longue voie

Dénivelé, heures de marche
20' d'approche, 7 longueurs homogènes dans le 5c+ 6a 6a+

Exigence physique
C - exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par courriel, en ligne

Instructions d'inscription
Par mail ou SMS, merci de transmettre vos coordonnées du téléphone mobile pour les communications de dernière minute

Nbre max. participants
5

Chef de courses
Laurent Marilley, 079 588 63 39

Délai d'inscription
Au jeudi 1er octobre

Itinéraire choisi
Prendre des bons souliers pour la descente, passage un peu exposé

Col du Loup – Wanflue

DIMANCHE 4 OCTOBRE
T3

Lieu et heure de départ
Parc du terrain foot de la Tour-de-Trême
8 h 30

Subsistance
Partager un repas au chalet du Régiment

Matériel
De randonnée avec bon souliers

Exigence physique
B - plutôt exigeante

Coût approximatif
Transport

Renseignements/inscription
Par téléphone

Chef de courses
Albert Marchon, 079 688 34 46

Période d'inscription
Du lundi 28 septembre au vendredi
2 octobre à 19 h

Remarques/descriptif
Petit Mont / col du Loup / Wandflue / chalet du Régiment / chalet de Terre Rouge / Petit Mont

Val d'Hérens en automne (via ferrata «culinaire»)

DIMANCHE 4 OCTOBRE
K5

Lieu et heure de départ
Lieu à déterminer, à 7 h

Subsistance
Brisolée dans un restaurant

Matériel
Standard de via ferrata

Dénivelé, heures de marche
500 m / 5 heures

Exigence physique
B - plutôt exigeante

Coût approximatif
CHF 30.– transport (+ le prix du repas)

Renseignements/inscription
Par téléphone

Nbre max. participants
6

Chef de courses
Pierre Scyboz, 079 283 05 78

Période d'inscription
Du lundi 28 septembre au jeudi 1er octobre

Itinéraire choisi
Evolène le matin, brisolée à midi, Nax l'après-midi. Seul le dernier tiers de la via d'Evolène est difficile. Possibilité de sortir de la voie avant. Nax est très abordable, même après un bon repas !

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

Julbo

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

Julbo 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 VINOTHÈQUE

Chardonnens Boissons SA / www.chardonnens-boissons.ch **Boissons Corboz SA** / www.boissons-corboz.ch

CHAUSSURES
Waeber
BULLE

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

BOUTIQUE DU TERROIR
PETIT MARCHÉ DE L'INTYAMON
DEPUIS 1997

Heures d'ouverture

LU-MA-ME 07:00-19:00
JE-VE-SA 07:00-23:00
DI 7 h-21 h

BRASSERIE DU TERROIR
L'ÉTABLE
VILLARS-SOUS-MONT
EN GRUYÈRE

026 928 10 11

026 928 10 08

Charmey Epagny Jaun
Les Arcades
Tea-Room 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

PILLER & KRATTER SA

- CHAUFFAGE
- SANITAIRE
- TOITURE
- ETANCHEITE
- PARATONNERRE

1632 Riaz Tél. 026 / 912 98 04

MORAND vins MV
La clef d'une bonne cave

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

Arnesee – Diablerets en boucle

LES 11 ET 12 JUIN 2020

Montbovon – Rossinière

LE 13 JUIN 2020

Auteur : Nicolas B.

Enfin la première randonnée en groupe depuis le confinement, nous avons un énorme plaisir à nous rencontrer.

Rendez-vous sur la place de parc du terrain de football de la Tour-de-Trême où nos cheffes de course nous accueillent et nous donnent les directives à respecter et comment garder les distances par rapport au Covid 19.

Ensuite covoiturage pour nous diriger jusqu'à Arnesee où va débuter notre randonnée. Le temps de mettre nos chaussures et le sac à dos et voilà le rythme est donné par nos 2 cheffes de courses. Notre randonnée commence par un chemin de montagne, ensuite un sentier dans forêts et pâturages pour arriver au lieu-dit le Seeberg à 1712 mètres où la première pause s'impose (pause bananes, fruits secs, etc., et bien sûr pour ces dames pause pipi).

Et hop départ pour la montée, direction le col de Voré, un magnifique paysage nous entoure, la neige a juste quitté les pâturages et les premières fleurs (rhodos,

MENUISERIE AGENCEMENT

Eloi Bosson Sàrl

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

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

gentianes, etc.) apparaissent sur ce versant nord de la montagne. Sur notre droite nous voyons le Chalet-Vieux à 1948 m.

Nous longeons la frontière Berne-Vaud qui est délimitée par un mur de pierres sèches pour arriver au Col de Voré à 1917 mètres. Nous nous trouvons en face du massif des Diablerets avec la fameuse passerelle qui relie deux sommets surplombant le glacier des Diablerets. Et une petite pause avant d'attaquer la descente direction le lac de Retaud où nous ferons la pause de midi. Sur ce versant sud la flore a profité du soleil et est magnifique (petite halte pour les photos). Les paysages sont différents d'une vallée à l'autre.

Après nous être restaurés (pique-nique) nous repartons vers le col du Pillon, ensuite nous entamons la descente direction le village des Diablerets en passant devant la magnifique cascade du Dar.

Nous sommes chanceux, la météo était avec nous, mais il ne fallait pas perdre une minute, la pluie était annoncée à partir de 15 h et à 15 h 02 les premières gouttes et l'averse nous accueillent aux Diablerets (juste le temps de se mettre à l'abri)

Nous passerons la nuit à l'hôtel du Chamois, une bonne douche et c'est le moment de la récompense… L'apéritif avec toutes ces dames suivi d'un bon repas.

Hé oui, quelle chance, je suis le seul homme avec 9 dames : quel bonheur ! Finalement il fallait bien un bourdon pour accompagner ces belles abeilles et même on m'a surnommé le sapin?! Elles sont comme les

LANIAC ESCALADE

L'ENTREPôT

Rappel / information

Lorsque vous allez grimper chez LANIAC ou L'Entrepôt 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.

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

GESA
GRUYÈRE ÉNERGIE SA

La force d'une région
www.gruyere-energie.ch

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

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, claude.noll @bluewin.ch

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

MADE SWISS

ECOSA
Les artisans de vos espaces culinaires

fleurs, toutes particulières, et j'ai un grand plaisir à les côtoyer.

Après une nuit bien méritée, le petit déjeuner à 7 h 30, ensuite préparation des sacs et nous voilà prêts pour cette deuxième journée. Nous traversons le village des Diablerets et nous commençons la montée pour arriver au lieu-dit Les Moilles à 1681 m où nous partons en direction du col d'Isenau. Nous traversons de magnifiques pâturages fleuris, le chalet d'Isenau avant de monter au col d'Andérets. Arrivés à 2034 m et, pour finir de creuser l'appétit, un petit détour pour grimper au sommet (La Palette à 2170 m) juste magique avec une vue à 360 degrés. Quelques photos et rebelote la descente de quelques mètres pour la pause de midi.

Quelques minutes plus tard, nous partons direction le col d'Isenau 2077 m pour attaquer une longue descente sous le regard de quelques chamois en passant Sazième 1840 m, la Fenêtre d'Arnon et direction le lac Arnesee, notre lieu de départ.

Le soleil est très chaud, les pieds commencent à chauffer, la fatigue se fait légèrement sentir. Une bonne bière au restaurant, près du parking, nous fait déjà oublier ces petites douleurs.

Nous avons passé deux belles journées ensoleillées, et découvert des vallées sauvages avec un paysage magnifique à vous couper le souffle.

Montbovon–Rossinière
Pour cette troisième journée, rendez-vous à 7 heures au même endroit à la Tour-de-Trême.

Hop en voiture, direction le parking de la gare de Montbovon. Le temps de mettre les chaussures et d'endosser le sac, le ton est donné par nos deux cheffes de courses. Pas question de perdre du temps, Monsieur météo annonce de la pluie pour le début de l'après-midi. Première étape nous montons direction la Petite Chia à 1037 m pour atteindre le lieu-dit Solomont à 1215 mètres

puis passons par la Brâ. Juste après nous attaquons la montée un peu exigeante avec tous ses virages vers le sommet de L'Aiguille. Cette montée se fera pratiquement en silence… et oui même avec 9 femmes !! et un homme chanceux. Arrivée au sommet, petite pause et le temps d'admirer ce magnifique paysage. Un petit moment de papotage et nous quittons la crête direction le chalet de Culand à 1638 m et nous prenons le sentier qui passe au pied de la pointe du Chevrier. Le parcours traverse pâturage et forêt quand tout à coup nous arrivons sur un sentier qui n'est plus entretenu, mais qui figure toujours sur la carte. Quelques endroits étroits, un peu plus difficiles, quelques gros troncs d'arbres au milieu du passage nous ralentissent légèrement, mais finalement tout s'est bien passé. La descente se poursuit pour arriver au Mont Dessous à 1374 m et ensuite le village de Rossinière.

Nous avons eu de la chance, quelques minutes d'attente à la gare de Rossinière pour prendre le train direction Montbovon et la pluie était là.

Pour terminer cette belle journée, nous nous rendons au restaurant de l'Hôtel-de-Ville à Broc pour manger une pizza.

Il nous restait un quatrième jour, mais après discussions et d'un commun accord il est décidé de l'annuler vu que la pluie était annoncée pour quasiment toute la journée.

Et pour clore mon récit, je tiens à remercier nos deux cheffes de courses Lise et Colette pour cette belle organisation et leur professionnalisme. Le bourdon remercie toutes ces abeilles pour les bons moments de partage, pour la bonne ambiance et la bonne humeur.

Participants : Lise R., cheffe de courses, Nicolas B., récit, Chantal D., Colette D., Denise N., Jacqueline R., Murielle J., Nicole Sch., Patricia G., Patricia J., Raymonde G., Sylvie D.

Castella 2.0
SPORTS BULLE

Venez visiter notre corner Millet

Route du Verdel 22 – Bulle

MILLET

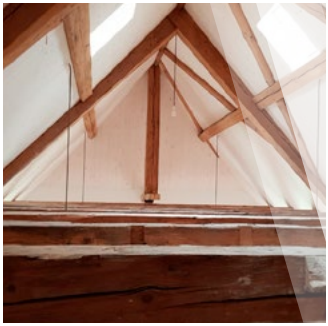
JAB

CH - 1630 Bulle

LA POSTE

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

BOIS
Pour une production locale

Nous formons des apprentis

Brevet Fédéral

Partenaire isofloc