



Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS LA GRUYÈRE 08-2021

AOÛT 2021



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



PRENDRE DE LA HAUTEUR ENSEMBLE

026 913 92 10

magasin principal
rue Albert Rieter 10 / Bulle

boutique
Grand Rue 29 / Bulle



Trango
SPORT
NATURE



MAMMUT
SWISS 1862



**MAURICE BEAUD FILS
CONSTRUCTIONS SA**

charpente - menuiserie - rénovations

CONSTRUCTEUR BOIS
DEPUIS 1897

PHOTO: JACQUES F. BOZON

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

www.beaud-mbf.ch

Infos utiles



PRÉSIDENT

Pascal Monteleone,
Ch. des Noisetiers 5, 1666 Grandvillard
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
Responsable : Ludivine Jordan, 077 416 03 63
E-mail : stamm@cas-gruyere.ch

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

Michèle Widmer,
Chemin Pauvre-Jacques 1, 1630 Bulle
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'OBeregG

Jaunpass
Responsable : Stewe Rumo
Réservation : 079 252 13 94

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 ou 079 669 95 63

Infos utiles 01

Editorial 03

Activités en cabanes 05

Cabanes de la section 09

Reflets de la section 15

Groupement jeunesse 17

Courses de la section 21

Récits de courses 39

PHOTO DE COUVERTURE

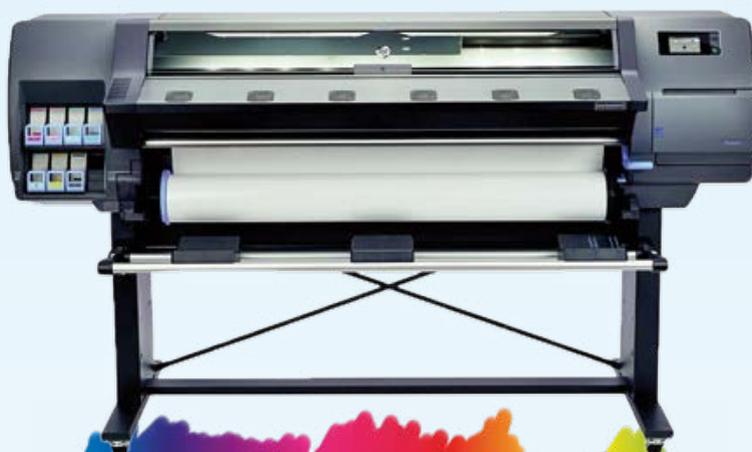
Bouquet floral, région Lukmanier :
Myosotis, daphné strié et dryade
Mathilde Auer | Juillet 2021

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 GRANDJEAN, PRÉPOSÉ AUX COURSES

Je suis devant ma maison, je lève les yeux et mon regard est à nouveau attiré par les Vanils. Ce n'est pas obsessionnel, mais leur caractère m'a toujours attiré. Ils sont beaux ces Vanils. Ils nous offrent régulièrement de magnifiques spectacles hauts en couleur.

Ce matin, le temps est grisâtre, ils montrent leur caractère sombre. On dirait qu'ils sont « grinchés ». Des tacons de neige garnissent encore les flancs. Les troupeaux sont à leurs pieds, se délectant de la belle herbe de juillet.

L'hiver, quand ils sont plâtrés de neige, ils ressemblent aux grands sommets de ce monde. Leurs silhouettes se découpent magnifiquement dans le ciel bleu. Ils acceptent volontiers les randonneurs à ski. Mais gare à ne pas les chatouiller, car ils ne vont pas tarder à vous effrayer avec de puissants rejets de neige.

L'effervescence printanière de la nature envahit la vallée, le jaune des pissenlits et le vert dominant. En levant le regard, l'hiver est encore bien d'actualité sur nos Vanils, les traces des skieurs sont bien visibles. La faune gambade sur les pentes, les petits chamois et bouquetins découvrent leur nouveau terrain de jeu rocailleux et tapissé, par endroits, d'une herbe fraîche et abondante. Au loin, le chant du coucou et l'écho des coups de maillet donnés par l'armailli qui clôture ses pâturages animent les contreforts. Le printemps est là.

Après quelques mois de solitude, les Vanils revivent. Les croix sommitales sont entourées de montagnards fiers de leur ascension, tout en se rassasiant de la vue que leur offrent ces sommets. Certains les découvrent, d'autres les parcourent à un rythme effréné. Quand je les gravis, j'aime les vivre, m'imprégner de leurs odeurs, chercher du regard le chamois ou le bouquetin. Parfois, un œil en l'air me permet de contempler l'aigle ou le gypaète barbu, quand ce n'est pas une escadrille de vautours fauves.



Nos Vanils se montrent parfois durs avec nous. Combien de personnes, d'amis, y ont perdu la vie. C'est le propre des belles montagnes, elles ont un effet d'aimant. Elles attirent notre regard ou nous incitent à les gravir. Elles ne laissent pas insensibles.

Leur histoire fut mouvementée. Il y a plusieurs siècles, ils étaient au centre du comté de Gruyère. Il semble qu'un dénommé Michel, Comte de son état, passionné de jass, aurait été plusieurs fois « pomme avec le bour » (terminologie adaptée au 21^e siècle), créant ainsi une dette colossale. Ainsi en 1555, les Vanils étaient fribourgeois sur le flanc ouest et bernois sur le flanc est. Ils deviendront vaudois par la suite. Même eux ne savaient plus à qui ils appartenaient !

Avez-vous déjà vécu un lever du soleil à la cabane des Marindes, ou son coucher depuis celle de Bounavaux ? C'est juste exceptionnel ! Je vous invite à le faire, surtout que nous y sommes toujours bien accueillis par nos gardiens.

Pour moi les Vanils c'est la vie, c'est ma vie. Et surtout que..... des Vanils j'y vois mon petit lit.

Beau mois d'août à vous tous.



OXYGENE
MONTAGNE



GUIDES
MONTAGNE

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



www.o2montagne.ch

EXPED



votre magasin spécialisé

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

CHARDONNENS
BOISSONS

**Boissons
Corboz**
S.A.

**Chez
Bacchus**
VINO THÈQUE

Chardonnens Boissons SA / www.chardonnens-boissons.ch

Boissons Corboz SA / www.boissons-corboz.ch

Activités en cabanes

CABANE DES CLÉS

**JUSQU'AU 28 AOÛT,
CHAQUE VENDREDI DÈS 17 H 30**

Apéro du vendredi soir et grillades

Le barbecue sera allumé et vous pourrez venir faire vos grillades et passer une agréable soirée sur la terrasse.

Ceci uniquement par beau temps, en cas d'incertitude, appelez le responsable au 079 625 17 07.



CABANE DES CLÉS

DIMANCHE 29 AOÛT

Soupe de chalet

Apéritif dès 11 h 30

Réservation facultative au 079 625 17 07
ou par e-mail à cles@cas-gruyere.ch



JOURNÉE CHASSE À LA CABANE DES MARINDES

DIMANCHE 5 SEPTEMBRE

Apéritif dès 11 h 30 suivi du repas.

Menu

Surprise, vous ne serez pas déçu !

Café offert

Prix de CHF 32.-

Pour des raisons d'organisation, veuillez s.v.p. vous inscrire jusqu'au 30 août
au 079 790 45 33 ou par e-mail à marindes@cas-gruyere.ch

Au plaisir de vous rencontrer dans nos Préalpes.





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

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)

CABANE DE L'OBEREKG

DIMANCHE 19 SEPTEMBRE À MIDI



Raclette

Café

CHF. 18. –
par personne

Réservation tél.
079 402 57 66

procap sport marly

RECHERCHE D'ACCOMPAGNANTS

Pour nos entraînements, qui se déroulent les vendredis de 16h30 à 17h30 à Marly, nous recherchons des accompagnants pour encadrer nos sportifs en situation de handicap.

Nous offrons : une ambiance dynamique et sympathique, des entraînements dirigés par des moniteurs-trices formé-e-s, du plaisir assuré !

Nous cherchons : des personnes prêtes à relever le défi et à se laisser emporter par une nouvelle aventure très enrichissante.

Notre annonce a retenu ton attention ? N'hésite pas à nous contacter pour plus d'informations !

www.procapsportmarly.ch

procapsportmarly@gmail.com

Martina Lurati, Présidente

079 / 676 63 28





Route du Briez 73
1628 VUADENS
026 912 74 75

sports cycles 
dupasquier
vuadens

www.dupasquier-sports.ch

notre
expérience
a choisi
la qualité



Cabanes de la section

Toutes les cabanes de la section sont ouvertes selon leur programme d'ouverture respectif.
Pour plus d'informations concernant le Covid (régulièrement remises à jour), nous vous invitons à consulter notre site internet : www.cas-gruyere.ch

CABANE DE L'OBEREGG

1818 m

La cabane de l'Oberegg ouvre le samedi 4 septembre et les responsables sont à la recherche de gardiens pour ce week-end et les suivants jusqu'à fin mai 2022.

Le week-end des 18-19 septembre, c'est Eric Sudan qui assurera le gardiennage et lui et l'équipe de la cabane organiseront la traditionnelle raclette, voir page 7

Toute personne intéressée par un gardiennage pour un week-end peut s'annoncer au responsable au n° tél. 079 252 13 94



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

monferini
BULLE

CONSTRUCTION www.monferini.ch



CASTELLA

Pépinières et Jardins

1663 PRINGY 079 450 71 25

AOÛT

Week-end	31 – 01	Bernard Bugnon
Semaine	02 – 06	Bernard Bugnon
Week-end	07 – 08	José et Marie-Jo Romanens, Pierre Monney
Semaine	09 – 13	José et Marie-Jo Romanens, Pierre Monney
Week-end	14 – 15	Famille Natacha Rumo
Semaine	16 – 20	Famille Natacha Rumo
Week-end	21 – 22	M.-France Kolly, C. Nicolet, M. Biemann
Semaine	23 – 27	Bernard Eltschinger
Week-end	28 – 29	Bernard Eltschinger
		Dimanche : Soupe de chalet (voir page 5)

SEPTEMBRE

Week-end	04 – 05	Philippe, Christine Sugnaux- Tercier Kiki
Week-end	11 – 12	Christiane Schouwey
Jeûne fédéral		
+ lundi	18 – 20	Johanna Davet, David Carrel
Week-end	25 – 26	Nathalie et Pierre Clauss

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'Œx

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



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

SPO RTS a v e n t u r e s

SNOWSKI
BISS
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 / 1690 ROMONTI FR
T 026 852 40 41 / F 026 852 40 42 / SPORTS-AVENTURES.CH
HORAIRES DU MAGASIN
LUNDI FERMÉ

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

ewatra

voire 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

CABANE DE BOUNAUX 1620 m**AOÛT**

Week-end	31 – 01	Jaquet Laurence et Gérard – Jaquet Jean-Paul
Semaine	01 – 07	Dubath Evelyne et André – Jaquet Jean-Paul
Week-end	07 – 08	Margueron Joël et Céline – Godel Christophe et Valérie
Semaine	08 – 14	Minder Joëlle et Luc – Staub-Barbey Isabelle
Week-end	14 – 15	Ducrest Stéphane – Mollard
Semaine	15 – 21	Porchet Marie-Josée – Grangier André – Golliard Gaby
Week-end	21 – 22	Delaquis Jean-Marc et Lucienne – Dupont Patrice et Fabienne
Semaine	22 – 28	Roux Gilbert – Zenger Jean-Jacques
Week-end	28 – 29	Bovigny Claude – Girard Charly – Boschung Daniel

SEPTEMBRE

Semaine	29 – 04	Beaud Maurice – Schneuwly Jean-Claude
Week-end	04 – 05	Auer Mathilde
Semaine	05 – 11	Menoud Christophe – Bapst Dominique et Sébastien
Week-end	11 – 12	Libre
Semaine	12 – 18	Avril Maud et Larsonneur P.-Louis
Week-end	18 – 19	Schafer Daniel – Rumo Gérald
Semaine	19 – 25	Musy François – Brasey Thierry
Week-end	25 – 26	Girard Alain – Roth Samuel – Duruz Julien – Tagard Romain
Semaine	26 – 02	Berset François

**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

PS : pas de message sur le téléphone

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'Éx

INFOS CABANE

Situation

La cabane des Marindes est située dans le vallon des Mor-teys (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'Œx

CABANE DES MARINDES

1868 m

JUILLET

Week-end 31 – 01 Rausis Marie-Hélène et Pascal –
Joye Anne et Laurent/**Raclette**

AOÛT

Semaine 1 – 7 Rausis Marie-Hélène et Pascal –
Joye Anne et Laurent

Week-end 7 – 8 Pierre-André Jaquet

Semaine 8 – 14 Pierrette et Daniel Blatter – Egger
– Fernandez

Week-end 14 – 15 Alexandra Sottas

Semaine 15 – 21 Anne Dupasquier
– Katharina Buchs

Week-end 21 – 22 Céline et J.-Christophe Audenard

Semaine 22 – 28 Léa Uldry – Julien Progin

Week-end 28 – 29 Anne-Lise et Jean-Luc Poffet

Semaine 29 – 4 Damaris Gouba – Léo Rausis

SEPTEMBRE

Week-end 4 – 5 Chasse – Rausis – Joye/**Chasse**

Semaine 5 – 11 Fabienne Gobet – Josette Garo

Week-end 11 – 12 Dodo Menoud – Eloi Bosson –
Francis Van Wynsberghe

Semaine 12 – 18 Elisabeth Savoy – Doris Bauman

Week-end 18 – 19 Valérie Ardrey – Laurane Giroud

Semaine 19 – 25 Chantal Pythoud et R-Marie Joye

Week-end 25 – 26 Stéphane Giroud, Léo Rausis

Semaine 26 – 2 Pascal Monteleone

OCTOBRE

Week-end 2 – 3 Florence et Eric Dénérvaud



CABANE DES PORTES

1218 m

En fermeture estivale

Reflets de la section

ACTIVITÉS DE JUIN

DATE	BUT	PARTICIPANTS
01.06	Les Pléiades	19
03.06	Jura (rempl. La Chartreuse)	12
03.06	Tête à Bosset (rempl. Tour de l'Argentine)	21
05.06	Berne - Thoune	4
06.06	Bourgo (rempl. Hochmatt)	9
10.06	Les ruines de Montsalvens -Le Brand (en traversée)	19
10.06	Le Brand -La Berra	21
12.06	Vanil des Cours	7
12.06	Eperon du Dard, la Dyure	5
13.06	Molésou - Teysachaux	7
15.06	La Vudalla	17
15.06	Alpinisme module de perfectionnement 0	8
16.06	Cours initiation alpinisme théorie	33
17.06	Mont Bifé - Vanil des Cours	13
17.06	Tour du Garten	24
19.06	Arête des Sommètres	8
19.06	Schnurenloch	10
20.06	Gros Van par la Dalle de Sonna	6
24.06	Tour du Gibloux (rempl. Le Mont Tendre)	22
24.06	Les Merlas - Le Van (rempl. Dent de Broc - Dent du Chamois)	11
26.06	Alpinisme module de perfectionnement 1	8
26.06	Schratteflue	7
26.06	Sortie accueil des nouveaux membres Bounavaux	25
26.06	Sortie accueil des nouveaux membres Les Clés	21
27.06	Vanil de l'Ecric	8
29.06	Les Clés	3

COIN DE LA SYMPATHIE

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

Jean-Pierre Gremaud,
membre soixantenaire
Annamaria Clément,
maman de Renato,
membre

NOS FÉLICITATIONS

Nous avons le plaisir de vous annoncer l'arrivée de la petite Eline dans le foyer de Delphine Papaux et Vincent Grivel. Bienvenue au bébé, bonne santé aux parents et nos vœux de bonheur à toute la famille !

ADMISSIONS

Barbey Maxime, route du Village 15, **1730 Ecuwillens**

Barbey Yves, La Croix 48, **1638 Morlon**

Blanco Esteisy, route Fin de la Croix 1, **1762 Givisiez**

Bosson Yvan, Clos Grenier 15, **1674 Vuarmarens**

Buchs Céline, rue des Colombettes 9, **1630 Bulle**

Charrière Gaël, route de Corbières 49, **1630 Bulle**

Demierre-Dobler Sandra, route des Molleyres 20,
1744 Chénens

Fragnière Lucille, La Chenau 10, **1643 Gumefens**

Giroud Damien, route du Cloalet 12, **1724 Bonnefontaine**

Kenyon Oliver, route de Saussivue 11, **1663 Pringy**

Le Duiguou Sébastien, chemin d'Afflon 9, **1667 Enney**

Maertens Greetje, route de la Combetta 2, **1782 Belfaux**

Mendes Sonia, rue du Chanoine-Berchtold 7, **1950 Sion**

Merz Thomas, route de la Pâla 105, **1630 Bulle**

Monney Maxime, route de Romanens 108, **1626 Romanens**

Moret Schneider Francine, chemin de l'Ecole 3,
1648 Hauteville

Neuenschwander Caryl, Hauptstrasse 59, **4312 Magden**

Nguyen Tuong-Van, rue de la Tour 19, **1004 Lausanne**

Nicolet Sandra, route de Prin-Né, **1691 Villarimboud**

Page Guillaume, route en Champ Didon 122, **1740 Neyruz**

Pelik Abigail, route de Saussivue 11, **1663 Pringy**

Protze Hans Rudolf, Sägetstrasse 3, **3303 Jegenstorf**

Protze Jindaporn, Sägetstrasse 3, **3303 Jegenstorf**

Sapin Laurine, Grand Rue 47, **1700 Fribourg**

ADMISSIONS GJ

Bielmann Samuel, rue des Chênes 4, **1635 La Tour-de-Trême**

Jaquet Lisa, Impasse de la Cascade 25, **1665 Estavannens**

Kolly Laura, route de Bonnefontaine 51, **1724 Le Mouret**

Kolly Fabian, route de Bonnefontaine 51, **1724 Le Mouret**

Monney Quentin, Le Rafour 25, **1633 Marsens**

Neuenschwander Lou, Hauptstrasse 59, **4312 Magden**

Neuenschwander Inès, Hauptstrasse 59, **4312 Magden**

Pharisa Mathieu, route de la Scie 23, **1665 Estavannens**

Protze Oliver, Sägetstrasse 3, **3303 Jegenstorf**

Raemy Simon, route de Joulin 9, **1632 Riaz**

Infos COVID

Formation, Courses GJ, Courses section

La formation et les courses GJ et section peuvent se dérouler presque normalement, le nombre de participants étant maintenant fixé à 50 personnes pour les sorties à l'extérieur. Par contre les mesures sanitaires restent en vigueur. Pour plus d'informations (régulièrement remises à jour), nous vous invitons à consulter notre site internet : www.cas-gruyere.ch

Groupement jeunesse

Multilingueurs au miroir d'Argentine

DIMANCHE 22 AOÛT

5c



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Situation/Altitude

Les Diablerets, 1285

Matériel

Baudrier, casque, PA, mousquetons, dégaines, sangles, cordes à double (si tu en as)

Dénivelé, heures de marche

400 m D+ pour l'approche, descente à pied -900 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 10.- Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Par WhatsApp ou SMS au 079 479 25 65

Cheffe de courses

Marjolaine Hugonnet, 079 933 52 63

Chef de courses adjoint

Martin Widmer, 079 701 84 22

Période d'inscription

Du lundi 9 août au vendredi 20 août

Itinéraire choisi

Nous irons grimper au Miroir d'Argentine. Si la météo ne le permet pas, nous irons ailleurs.

La BCF, partenaire de vos loisirs.



www.bcf.ch



**Banque Cantonale
de Fribourg**

simplement ouvert



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

EPICERIE

DURABLE

*manger.
vivre.
partager.*

ENNEY



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.auxparfumsdessaions.ch

CHAUSSURES
Waerber
BULLE

Grand-Rue 21

Alpinisme arête

SAMEDI 28 AOÛT – DIMANCHE 29 AOÛT

AD



Lieu et heure de départ

Stamm Bulle à 8 h

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

Transport et cabanes

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max. participants

6

Chef de courses

Rainer Frick, 079 372 54 93

Période d'inscription

Du samedi 10 juillet au dimanche 15 août

Itinéraire choisi

Arête alpine en escalade dans les Alpes Bernoises ou en Suisse centrale. La course sera choisie selon les conditions et les participants.



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



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.



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

*Merci de privilégier nos
annonceurs et partenaires lors
de vos achats et investissements!*



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



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

S Courses de la section

Augi-Lowa-Weg 2551m/ Ammertespitz 2612m



JEUDI 5 AOÛT

T4

Lieu et heure de départ

Parc terrain de foot, La Tour-de-Trême à 6 h 30

Dénivelé, heures de marche

+1000/-950 ou 1550 m selon itinéraire de descente à pied par les gorges ou téléphérique 5 h 30 ou 6 h 30

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

Voiture + téléphérique

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Cheffe de courses

Antoinette Bussard, 079 253 45 71

Délai d'inscription

Mardi 3 août

Itinéraire choisi

Depuis Adelboden montée en télécabine à Sillerebüel ensuite à pied Hahnemoospass –Metschstand –Aügligrat –Ammertespitz – Ammertepass – Engstligenalp –selon conditions descente à pied par les chutes ou en télécabine, retour à Adelboden en bus.

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 dénivelés. 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.

Schafarnisch-Märe

SAMEDI 7 AOÛT

T3

|||||



Lieu et heure de départ

Parc CO2, La Tour-de-Trême à 7 h

Matériel

De randonnée

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé 1200 m, env. 6 h 30

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Instructions d'inscription

Merci de m'appeler
au 079 674 68 66 pour t'inscrire

Chef de courses

David Sciboz

Itinéraire choisi

Jolie balade en boucle dans le
Muscherenschlund. Beaux panoramas,
beaux chalets d'alpage et qui sait, peut-être
des vautours...

Grand Chavalard

JEUDI 12 AOÛT

T4

|||||



Lieu et heure de départ

Parc terrain de foot, La Tour-de-Trême à
6 h 30

Matériel

Souliers bien profilés, bâtons de rando-
née, habits chauds, protection solaire,
thermos et pique-nique

Dénivelé, heures de marche

+1450 m/-1450 m

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

CHF 26.- Transport

Renseignements/inscription

Si connu: sms ou WathsApp,
si inconnu: téléphone

Nbre max. participants

12

Chef de courses

Pascal Monteleone, 079 669 95 63

Délai d'inscription

Mardi 10 août

Itinéraire choisi

Lérié –Grand Chavalard –Sorniot –Fénéstral
–Petit Pré - Lérié

Cabane de Fénéstral



JEUDI 12 AOÛT

T2

Lieu et heure de départ

La Tour, terrain de foot à 7 h 30

Subsistance

Pique-nique ou restauration à la cabane

Matériel

De randonnée

Dénivelé, heures de marche

+800 – 800 (-1300, si descente à pied)

Exigence physique

A –Peu exigeante

Coût approximatif

Transport + téléphérique (pour les non-utilisateurs du Magicpass)

Renseignements/inscription

Par téléphone, par courriel, en ligne

Instructions d'inscription

Inscriptions jusqu'à 17 h.

Chef de courses

Irénée Savary, 079 510 62 25

Période d'inscription

Du jeudi 29 juillet au mercredi 11 août

Itinéraire choisi

Les Jorasses –Bougonne –Petit-Pré – Fénéstral –Grand Pré - Jorasse ou Ovronnaz

Remarques/descriptif

Parcours agréable en profitant du Magicpass

Aiguille de l'M (annulée)



SAMEDI 14 AOÛT

4 b

La course est annulée à cause de l'incertitude qui règne quant au Covid en France

Sports et Loisirs *Avry-devant-Pont*

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

Rte de l'Eglise 19
026 915 12 42



Initiation alpinisme/Course 5 (Orny-Trient)

SAMEDI 14 AOÛT – DIMANCHE 15 AOÛT

PD



Lieu et heure de départ

Stamm à 6 h 30

Substance

Nuitée DP cabane de Trient, pique-niques pour les repas de midi

Matériel

Alpinisme mixte, selon indications du chef de courses

Dénivelé, heures de marche

1^{er} jour +1440 m/-170 m, difficultés +330 m
2^e jour +460 m/-1500 m, difficultés +240 m

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport, télésiège, nuitée en demi-pension

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

Merci d'indiquer votre n° de portable lors de l'inscription

Nbre max. participants

7

Chef de courses

Michel Léderrey, +41 79 370 56 77

Délai d'inscription

Jeudi 12 août

Itinéraire choisi

1^{er} jour : Champex –La Brea 2194 m par le télésiège, Aiguille de la Cabane ; arête SE La Balade 2999 m (PD+) – Orny 2831 m – Cabane de Trient 3171 m (nuitée) ;
2^e jour : Tête Blanche arête NE 3421 (PD) et Petite Fourche VN 3513 m (F+) – retour à Champex

Col de la Terrasse en boucle

DIMANCHE 15 AOÛT

T3



Lieu et heure de départ

Parking CO2, la Tour-de-Trême à 7 h

Situation/Altitude

Barrage d'Emosson

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Chaussure de marche avec bon profil.

Dénivelé, heures de marche

1000 m de dénivelé +, 1000 m dénivelé -,
12 kms, durée : 5 h 30

Exigence physique

B –Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

Merci d'indiquer votre n° de portable

Nbre max. participants

8

Cheffe de courses

Evelyne Grand, 079 609 63 90

Délai d'inscription

Vendredi 13 août

Itinéraire choisi

Départ du barrage d'Emosson, en direction du refuge « Chalet de la Loriaz » (1983 m), montée au col de la Terrasse (2640 m), descente par les gorges de la Veudale. Selon timing itinéraire en aller-retour pour se rendre sur le site « Traces des dinosaures ». (en sus des distances, dénivelé et temps donné, env. 1 h)

Remarques/descriptif

La course aura lieu uniquement par temps sec.



Märe – Scharfanich (en boucle)

SAMEDI 21 AOÛT

T3



Lieu et heure de départ

Parc terrain foot, La Tour-de-Trême à 7 h 30
et à 8 h Au Mouret

Situation/Altitude

2150 m.

Subsistance

Pique-nique tiré du sac

Matériel

Randonnée en montagne

Dénivelé, heures de marche

+/- 1200 m/6 h

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Inscription jusqu'à 17 h/Merci de bien vouloir communiquer votre n° de portable

Chef de courses

Christian Meyer, 079 372 17 52

Délai d'inscription

Jeudi 19 août

Itinéraire choisi

Gantrischli - Märe - Schafarnisch -
Gantrischli (en boucle)

Pointe de Drône en boucle



DIMANCHE 22 AOÛT

T4

Lieu et heure de départ

Covoiturage Vaulruz à 6 h

Situation/Altitude

Grand-St-Bernard

Subsistance

Pique-nique

Matériel

De randonnée, bonnes chaussures

Dénivelé, heures de marche

+ 850 m, - 850 m, 7 h

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Inscription par téléphone uniquement

Chef de courses

Denis Bossel, 079 332 04 68

Délai d'inscription

Vendredi 20 août

Itinéraire choisi

Col du Grand-St-Bernard – Pointe de Drône 2949m – Col du Bastillon – Pas des Chevaux – Col du Grand-St-Bernard



Morgenberghorn

DIMANCHE 22 AOÛT

T4



Lieu et heure de départ

La Tour, parking du CO2 à 7 h

Situation/Altitude

Lac de Thoune

Substance

Pique-nique

Matériel

De randonnée.

Dénivelé, heures de marche

+1290/-1290 temps de marche 6 h/7 h

Exigence physique

B -Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

Merci d'indiquer votre n° de portable

Nbre max. participants

8

Cheffe de courses

Evelyne Grand, 079 609 63 90

Délai d'inscription

Jeudi 19 août

Itinéraire choisi

Randonnée en boucle au départ de Suld. Montée vers la Brunnihütte, ascension jusqu'au sommet 2248m, descente en direction du Rengglipass et retour.

Remarques/descriptif

Petit passage câblé au départ de la descente.

Aiguilles du Van Acqua Concert



DIMANCHE 22 AOÛT

6a

=====

Lieu et heure de départ

Parking Salle CO2 à 7 h

Matériel

Semelles Vibram pour la descente.

Dénivelé, heures de marche

Une heure d'approche depuis le barrage d'Emosson. Descente à ne pas sous-estimer : quelques passages de désescalade.

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par mail, SMS ou en ligne

Nbre max. participants

6

Chef de courses

Laurent Marilley, 079 588 63 39

Chef de courses adjoint

Sébastien Dousse, 079 628 76 05

Période d'inscription

Du lundi 4 janvier au jeudi 19 août

Itinéraire choisi

Magnifique voie d'une dizaine de longueurs avec une vue imprenable sur le lac et le massif du Mont-Blanc. La descente se fera à pied par la brèche Est (quelques pas de désescalade).

Rosenlauri – Dossenhütte – Gaulihütte – Urbachtal



JEUDI 26 AOÛT – SAMEDI 28 AOÛT

T4

=====

Lieu et heure de départ

Parc du terrain de foot La Tour-de-Trême à 7 h

Subsistance

Pique-nique pour 3 jours, demi-pension dans les 2 cabanes

Matériel

De randonnée alpine standard, bonnes chaussures, bâtons rétractables recommandés

Exigence physique

C – Exigeante

Renseignements/inscription

Par téléphone

Coût approximatif

Transport divers + 2 nuitées et ½ pension en cabanes

Chef de courses

Antoine Buntschu, 079 661 26 20

Chef de courses adjoint

Jacques Maillard, 077 473 14 85

Itinéraire choisi

Randonnée en boucle sur 3 jours
J1 : montée depuis Rosenlauri vers la Dossenhütte/4-5 heures/+ 1'350 m
J2 : traversée Dossenhütte vers la Gaulihütte/env. 5 heures/+ 900 m/-1'300 m
J3 : boucle vers le Gaulisee et le Matterensee, descente dans l'Urbachtal/5-6 heures/+ 400 m/-1'700 m

Hohmad

JEUDI 26 AOÛT

T3

|||||



Lieu et heure de départ

Parc du foot, La Tour-de-Trême à 7 h

Matériel

Standard de randonnée pédestre

Dénivelé, heures de marche

+1'000 m/5 h 45/14 km

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Cheffe de courses

Antoinette Bussard, 079 253 45 71

Période d'inscription

Du lundi 16 août au mardi 24 août

Itinéraire choisi

Tour du Gustiberg avec le Homad – Course en boucle Départ de Wasserscheide, direction Chueberg, Lägerli, Homad, Homadsattel, Schiterwang, Obernunene...

Remarques/descriptif

Passage à la halle de gym du Mouret à 7 h 20

Dent d'Oche

SAMEDI 28 AOÛT

T4

|||||



Lieu et heure de départ

Parc terrain foot de la Tour-de-Trême à 6 h 30

Situation/Altitude

Chablais français

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Randonnée pédestre, très bonnes chaussures.

Dénivelé, heures de marche

+/-1500 m, 6h30 marche effective

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, par courriel, en ligne

Instructions d'inscription

079 657 97 92

Cheffe de courses

Mathilde Auer

Délai d'inscription

Vendredi 27 août

Itinéraire choisi

Novel (La Planche) - Dent d'Oche en circuit

Remarques/descriptif

Magnifique balcon au-dessus du Léman – Absence de vertige indispensable. – Prendre carte d'identité (sur France)

Cabane Pierredar, via ferrata des Dames anglaises



SAMEDI 28 AOÛT – DIMANCHE 29 AOÛT

K3

Lieu et heure de départ

Parking CO, La Tour-de-Trême à 9 h

Situation/Altitude

1285 Les Diablerets

Substance

Pique-nique tiré du sac 1^{er} et 2^e jour midi, souper en cabane

Matériel

Équipement : rando et via ferrata, casque obligatoire

Dénivelé, heures de marche

1^{er} jour : +700 m, 4 h 2 jour : +600 m, 4 h

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 100.- Transport, nuitée et repas en cabane, descente par les installations de Glacier 3000, avec demi-tarif CFF

Renseignements/inscription

Par téléphone, par courriel, en ligne

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Pascal Bonvin, 079 262 32 81

Cheffe de courses adjointe

Florence Luy, 079 293 53 08

Délai d'inscription

Vendredi 20 août

Itinéraire choisi

Une course alliant rando alpine et via ferrata, dans un cadre magnifique et sauvage, avec une soirée conviviale dans une cabane qui gagne vraiment à être connue.

1^{er} jour, Rando difficulté T4+ : Col du Pillon (1600 m) – Lécheré – refuge de Pierredar (2292 m), 4 h.

2^e jour, Via Ferrata, difficulté K3+, Refuge de Pierredar (2292 m) – Col de Prapio (2831 m) – Départ Télécabine Glacier 3000 (2944 m), 4 h, descente par les installations au Col du Pillon





Tour de la Schrattenflue



SAMEDI 28 AOÛT

T4

Lieu et heure de départ

Parking CO2 La Tour à 6 h 30

Situation/Altitude

Sörenberg LU

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Chaussures de marche montantes, lampe frontale.

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé +700m/T4/6-8h de marche selon options

Exigence physique

B –Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Gérard Monney, 079 617 43 54

Chef de courses adjoint

Laurent Python, 079 285 37 89

Délai d'inscription

Jeudi 26 août

Itinéraire choisi

Randonnée découverte autour et sur la Schrattenflue, ses impressionnantes formations de rochers calcaires et ses forteresses militaires de 1943 à explorer. Alp Schlund –Schibegütsch –Hängst –Heftihütte –Bodenhütten

Pas de Lovégno – Cabane des Becs Bossons – Pas de Lona



DIMANCHE 29 AOÛT

T2

Lieu et heure de départ

CO Bulle à 6 h 30

Situation/Altitude

Val d'Anniviers – Chandolin

Subsistance

Pic-nic et boissons tirés du sac

Matériel

Équipement standard de randonnée.

Prendre gants et bonnet.

Dénivelé, heures de marche

+1300m/-1300 m/7 h 15

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par courriel

Nbre max. participants

8

Cheffe de courses

Carole Bardy, +4179 716 40 81

Période d'inscription

Du dimanche 8 août au mercredi 25 août

Itinéraire choisi

Prarion (St Martin) –Pas de Lovégno – Cabane des Becs de Bossons –Pas de Lona –L'A Vieille –Eison –Prarion. Point culminant 2963m.

Grande Jumelle



JEUDI 2 SEPTEMBRE

T4

Lieu et heure de départ

Parc terrain de foot La Tour-de-Trême à 8 h

Situation/Altitude

Lac Tanay

Matériel

De randonnée, souliers à bon profil vibram

Dénivelé, heures de marche

+/1200 m

Exigence physique

B –Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Cheffe de courses

Mathilde Auer, +41 79 657 97 92

Période d'inscription

Du lundi 2 août au mercredi 1^{er} septembre

Itinéraire choisi

Flon – Lac Tanay – Grande Jumelle

Remarques/descriptif

Pied sûr et absence de vertige requis.

Magnifique vue plongeante sur le Lac Tanay

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Le Grammont

JEUDI 2 SEPTEMBRE

T2

=====



Lieu et heure de départ

Parc du terrain de foot de la Tour-de-Trême
à 8 h

Situation/Altitude

Balcon au-dessus du Léman

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Bonnes chaussures et un bon pique-nique

Dénivelé, heures de marche

Environ 1000 m de dénivellation, sans
grandes difficultés

Exigence physique

B -Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Michel de Techtermann, 079 245 03 45

Délai d'inscription

Mercredi 1^{er} septembre

Itinéraire choisi

Beau parcours en partant du Flon (1046 m)
pour arriver au sommet du Grammont
(2171 m) en passant par le lac Tanay
(1415 m) et le col des Crosses (1970 m).
Du sommet une vue extraordinaire sur le
Léman et toute notre région et même plus
en se tournant.

Escalade et bivouac dans l'Obertal (Susten)

SAMEDI 4 SEPTEMBRE – DIMANCHE 5 SEPTEMBRE

5c

=====



Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h

Exigence physique

B -Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Nbre max. participants

6

Chef de courses

Roland Charrière, 079 199 95 32

Itinéraire choisi

Montée (env. 450 m) à l'emplacement
de bivouac le samedi, puis escalade
de l'Undertalstock.

Laissez-vous charmer par la région du Trift (BE)



SAMEDI 4 SEPTEMBRE – DIMANCHE 5 SEPTEMBRE

T4

Lieu et heure de départ

Parking du CO La Tour de Trême à 7 h 30

Situation/Altitude

1210 Innertkirchen ; 1230 Guttannen

Substance

Pique-nique tiré du sac pour les deux jours
midi, repas du soir à la Trifffhütte

Matériel

De rando alpine. Bâtons rétractables
recommandés. Passage de câbles
et d'échelles le 1^{er} jour et de chaînes
le second jour.

Dénivelé, heures de marche

1^{er} jour : +1340m, -70 m/5 h 30

2^e jour : +985m, -1750 m/6 h 30

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

CHF 130.- en voiture

Renseignements/inscription

Par téléphone, par courriel, en ligne

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Pascal Bonvin, 079 262 32 81

Cheffe de courses adjointe

Florence Luy, 079 293 53 08

Délai d'inscription

Lundi 30 août

Itinéraire choisi

1^{er} jour : départ de la Tour-de-Trême pour
Meiringen, gare ; parc auto public. Taxi alpin
pour Schwendeli (route du Sustenpass) ;
Télécabine pour Underi Trift (1357 m).
Départ pour la Trifffhütte (2520 m) et le
Telltistock (2591 m) via le Triftbrücke
(1720 m).

2^e jour : départ de la Trifffhütte (2520 m)
pour la Windeghütte (1887 m) via
le « 'Ketteliweg », puis traversée sur
Furwangsattel (2568 m) via le Tälliseeli
(2267 m), puis descente sur Farlouwi
(+1700 m). De là, retour à Meiringen avec le
taxi alpin.

Remarques/descriptif

La découverte d'une région pittoresque, de
son pont suspendu unique, de sa cabane
accueillante et authentique, accoudée
au splendide glacier du Trift. Vous serez
séduits par le charme unique de cette
région. La traversée du second jour
permet de passer de la vallée qui mène
au Sustenpass à celle, bien différente, qui
mène au Grimselpass.



Cabane Rambert

DIMANCHE 5 SEPTEMBRE

T3



Lieu et heure de départ

Parc terrain foot de la Tour-de-Trême à 7 h

Subsistance

Repas en commun à la cabane Rambert

Matériel

Randonnée pédestre

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport et repas

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Vendredi 3 septembre à 19 h,
au 079 688 34 46

Chef de courses

Albert Marchon

Période d'inscription

Du lundi 30 août au vendredi 3 septembre

Remarques/descriptif

Ovronnaz - Cabane Rambert - Ovronnaz

Brenleire - Foliéran - Galère

DIMANCHE 5 SEPTEMBRE

T6



Lieu et heure de départ

Stamm à 6 h 30

Dénivelé, heures de marche

Au mieux, selon...

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport

Nbre max. participants

7

Renseignements/inscription

Si connu: sms ou WathsApp,
si inconnu: téléphone

Délai d'inscription

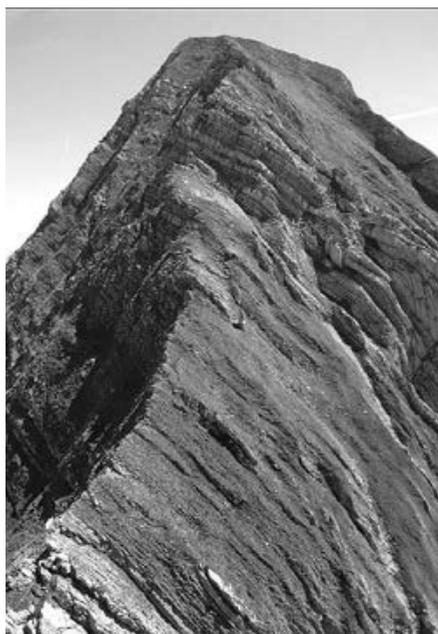
3 septembre

Chef de courses

Raphaël Muntwiler, 079 129 83 02

Itinéraire choisi

Course «d'arête» typique Préalpes en libre...





Massif Paradiso Refuges Chabod – Victor-Emmanuel II

MARDI 7 SEPTEMBRE – JEUDI 9 SEPTEMBRE

T3



Lieu et heure de départ

Parking La Tour-de-Trême à 7:00

Situation/Altitude

Carte Gde Paradiso

Subsistance

Demi-pension soupers et déjeuners en cabanes + pique-niques

Matériel

Equipements de marche en montagne

Dénivelé, heures de marche

1^{er} jour : montée 3 h - 2^e jour : traversée 4 h
- 3^e journée : descente 2-3h.

Exigence physique

B – Plutôt exigeante Rando : niveau moyen, mais sans danger.

Coût approximatif

€ 180.- Transport + cabanes, couche et repas

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Par téléphone

Nbre max. participants

16

Chef de courses

Serge Blanc 079 213 59 76

Chef de courses adjoint

Irénée Savary 079 510 62 25

Période d'inscription

Du lundi 23 août au dimanche 5 septembre

Itinéraire choisi

Mardi 7 septembre : Tour-de-Trême, Tunnel du Gd-St-Bernard, Aosta, Praviou vers Pont (trajet 3 h) Montée au refuge Chabod
Mercredi 8 septembre : Traversée vers refuge Victor-Emmanuel II
Jeudi 9 septembre Descente vers Pont – retour à Bulle.

Remarques/descriptif

En cas de Covid-19 la course sera remplacée par une course dans le massif de l'Alpstein



Récits de courses

Saillon – Chiboz – Randonnée

27 MAI 2021

Récit de Paul, photos du groupe



« Si la vie n'est qu'un passage, sur ce passage au moins semons des fleurs. »

Michel de Montaigne

Par ce beau matin de mai, nous voilà à Saillon, afin de vivre une randonnée pédestre de remplacement à celle prévue au Col du Pillon, car il y avait encore beaucoup trop de neige.

Ce matin ensoleillé est bienvenu après un mois de mai passablement pluvieux et avare de soleil. D'ailleurs, on le voit bien dans le regard joyeux des 12 participants (es) et on sent même une effervescence au sein du groupe. La joie est contagieuse !

Notre guide Colette, nous donne rapidement quelques brèves informations et nous partons marcher vers la beauté du monde, qui s'appelle aujourd'hui, la montagne.

Le premier tronçon est plat et cela permet ainsi de nous chauffer gentiment les jambes et bien sûr, les mâchoires... Les paroles et anecdotes fusent abondamment. Bref, on prend contact et on s'apprivoise !

Ensuite, nous abordons la montée en forêt dans un sentier étroit et parsemé de magnifiques fleurs. Nous avons la chance d'avoir une guide généreuse de temps qui prend de petits moments furtifs afin de nous présenter des fleurs aux couleurs magnifiques avec des noms

parfois inusités : orchis militaris, lys mar-tagon, sanfoin, etc.

Nous traversons le vignoble de Beudon avant d'aborder la montée assez raide vers Chiboz. Les mots se font plus rares et la respiration plus présente, ainsi l'effort permet de nous concentrer sur le souffle et d'installer un rapport à soi plus présent et presque méditatif.

Ouf, nous arrivons à Chiboz. La fameuse pause banane (souvent trop courte) est remplacée par un long repos sur la terrasse du restaurant des Chasseurs. D'aucuns se prélassent au soleil pendant que les autres vont bénéficier de l'ombre offerte tout en dégustant une délicieuse Petite Arvine.

Après une courte balade jusqu'au Moulin, nous mangeons notre pique-nique sur





Tavillons

Charpente - Rénovation

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

Samuel Charrière
1628 Vuadens

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



une grande table en bois avec une vue imprenable sur la vallée du Rhône et les Alpes enneigées.

Notre dîner au balcon terminé, nous parcourons le pâturage de Randonne où les vaches font la sieste et nous regardent tendrement d'un regard mélancolique. Finalement, nous finissons notre ascension qui culmine à près de 1400 mètres d'altitude avant de traverser l'alpage de Sinlio.

La course se poursuit gentiment par le lieu-dit Le Grand Dévaloir où nous apprécions une longue descente dans une forêt ombragée.

Ensuite, nous traversons le vignoble de La Sarvaz où sont dispersées d'autres fleurs saisonnières... Des airs et des odeurs du bout du monde embaument la vigne. Mais ces fleurs ont des racines plus

profondes et lointaines.

Leurs noms sont tout aussi poétiques : Anastazia, Léandro, Chamiram, Borys ou Vardan.

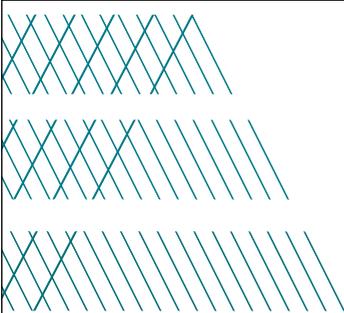
Leurs paroles aux accents joyeux flottent dans l'air et nous transportent.

Momentanément, nous nous plaisons à rêver de voyages et de vagabondages.

Et eux, ces voyageurs du besoin, ces sauveteurs de ceps, ont-ils des rêves ? Rêvent-ils d'une possible retraite à 64 ou 65 ans ?

Ces femmes courbées qui prennent soin de la vigne, rêvent-elles tout simplement de revoir leurs enfants et de les toucher délicatement avec leurs mains nouvelles ?

Après une longue journée d'effort et de labeur, endormies dans leur lit de fortune, est-ce qu'elles rêvent de rentrer au pays et de raconter la beauté de la Suisse à leur famille ?



**SAUDAN
TINGUELY**
ARCHITECTES SÀRL

la rieta 19, 1630 Bulle - 026 566 70 46 - www.saudantinguely.ch



Vente
Réparation
Conseils

Rue Saint-Joseph 44

1630 Bulle

T 026 912 92 42

N 079 285 04 76

sugnaux.electromenager@bluewin.ch

www.sugnaux-electromenager.ch



MENUISERIE AGENCEMENT

Eloi Bosson Sàrl

— Maîtrise Fédérale —



Plafond Acoustique



Atelier de production



Façade lames en mélèze

1632 Riaz | 026 912 42 52

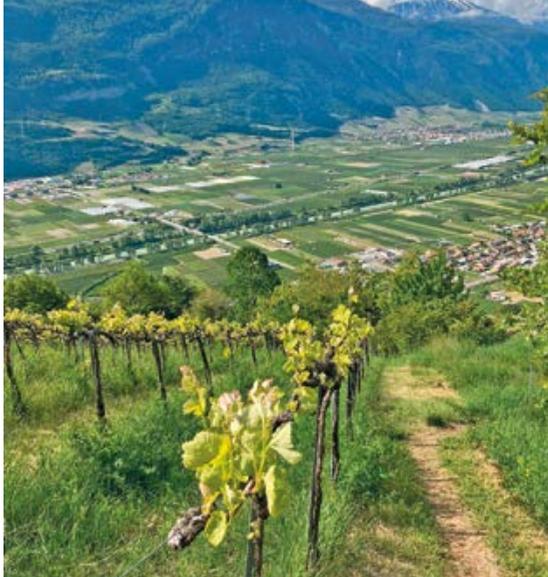
menuiserie.eloibosson@bluewin.ch | www.menuiserie-eloi-bosson.ch

Voilà, il est temps de rentrer..., mais à l'image de cette journée, nous prenons encore le temps d'allonger le plaisir et d'y ajouter un moment supplémentaire de joie.

Hop, hop, on va se boire un bon verre au Café du Bourg avec la tête tournée vers les montagnes en espérant peut-être entrevoir « les semeurs de vigne » et de les remercier intérieurement de nous mitonner la cuvée 2022. Santé Anastazia, Vardan... !

Nous prenons la route vers chez nous, avec un corps chargé d'une douce fatigue et une âme emplie de joie. Merci à Colette de nous avoir concocté cette journée magique et d'avoir permis des étapes de course en « mode flâneur ».

*« Je vous souhaite des rêves à n'en plus finir et l'envie furieuse d'en réaliser quelques-uns. »
Jacques Brel*



Participants (es) : Colette, Mathilde, Fabienne, Antoine, Patricia, Catherine, Philippe, Marie-Claude, Alexandra, Christiane, Maurice et Paul.

entreligne graphisme & édition

LA GRANDE PARADE
CD inclus

Une histoire à lire et à écouter:

LA GRANDE PARADE

Ce conte musical, dans l'atmosphère magique du cirque, où se mêlent l'amitié, l'entraide et le rêve.
Ce livre s'adresse à toute la famille!

NOUVEAU

www.entreligne.ch (possibilité de payer avec les bons Kariyon)

FUTUR FORMATIC
- informatique
- solutions d'impression

Rue des Ecoles 15
1635 La Tour-de-Trême

Seydoux
PAPETERIE
BUREAU SA

www.futurfomatic.ch

www.seydouxa.ch

gruyere-escapade.ch

ACTIVITE OUTDOOR - SORTIE ENTREPRISE - BON CADEAU



Laiterie
DE
GRANDVILLARD
LAURENT PYTHON

**1^{er} prix au Swiss Cheese Award 2018-21
pour le Vacherin Fribourgeois AOP Montagne**

MONNEY Eric

Poêles – Cheminées

Construction
Rénovation - réparation

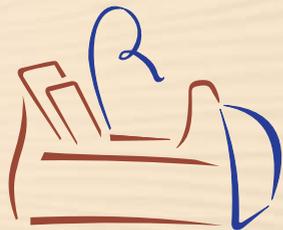
1633 Marsens

079 637 70 86

www.monneycheminees.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

Sortie de la Fête-Dieu

JURA SOLEUROIS ET BERNOIS, DU 3 AU 6 JUIN 2021

Texte de Muriel, photos du groupe



Le Covid ayant décidé de nous priver de La Chartreuse pour la deuxième année de suite... qu'à cela ne tienne, le Jura ne demande qu'à être parcouru !

Nous sommes 12 à nous retrouver sur la place de la télécabine d'Oberdorf, canton de Soleure ! Et oui, le Jura ne se limite pas au canton, mais à une vaste région.

Devant nous, le Weissenstein que nous traverserons en 2 jours. L'heure est à la sous-pesée des sacs et aux grandes décisions... 2^e pantalon ou pas ???

On se met en route, d'abord un large chemin bordé de belles et grandes ancolies de toutes les couleurs. Le chemin se fait plus étroit et surtout plus pentu, les conversations se limitent au minimum, et nous bénissons cette forêt dense qui nous abrite du soleil... nous avons un peu honte de le dire, après ces semaines de mauvais temps ! Nous prenons de l'altitude, et arrivons à un splendide point de vue dominant Soleure et ses environs. Le Balmfluechöpfli sera aussi notre lieu de pique-nique. La suite de notre itinéraire nous mènera, via le Röti,

à Hinterweissenstein, notre auberge « on ne peut plus au calme » pour la nuit !

On se lève sous un ciel gris qui nous accompagnera une bonne moitié de journée, lâchant parfois quelques gouttes. Une première montée au Hasenmatt, puis une magnifique crête jusqu'au Stallflue, et enfin la Wandflue. Par beau temps la vue doit être splendide, si on se fie aux schémas panoramiques.

Un sentier en lacets nous ramène en plaine, jusqu'à la gare de Soleure Nord. De là, nous empruntons les transports publics jusqu'à nos véhicules.

La seconde traversée du Weissenstein se fera en voiture jusqu'à Moutier, plus précisément Perrefitte, et notre hôtel de l'Etoile pour 2 soirs... logement et restaurant vivement recommandés par ailleurs !

Par beau temps, au programme nous avons la traversée du Raimeux pour le samedi et le Chasseral pour le dimanche... les pluies diluviennes annoncées forceront à un agréable changement de programme. A l'abri sous nos



PYTHOUD

FERBLANTERIE - COUVERTURE - INSTALLATIONS SANITAIRES

PYTHOUD SA - Rue du Moléson 6 - 1669 Albeuve

T. 026 928 11 46 - F. 026 928 20 30 - M. 079 675 90 12 - info@pythoudsa.ch - www.pythoudsa.ch

**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





Venez visiter notre

Vinothèque

Du Lu a.-m. au samedi matin

www.morand-vins.ch



pèlerines, nous montons entre forêts et pâturages, direction la Tour de Moron, œuvre de l'architecte Botta, et surtout des apprentis tailleurs de pierres, une merveille ! Sur notre chemin, la cabane de Combioz, du ski-club de Perrefitte. A tout hasard Colette leur demande si on ne pourrait pas venir se mettre à l'abri et y grignoter un petit quelque chose... Le temps d'un aller-retour à la tour et son sommet, d'une séance photo dans la tempête ; les gardiens nous servent un menu 3 plats !!!

C'est l'estomac bien calé que nous terminons notre boucle par les gorges de Perrefitte, la 2^e bonne surprise du jour ! Un beau sentier bien entretenu serpente entre des roches couvertes de mousse et nous ramène à l'hôtel au moment où la pluie recommence ! parfait timing !

Un excellent repas, suivi ou non d'un digestif local la Souboziane, pour cette dernière soirée.



Au programme du dimanche, le Raimeux en boucle depuis Belprahon ! Un départ un peu rude sur une route à 23 %, 4x4 obligatoire (S ?)..., nous montons, montons et malheureusement nous retrouvons très exactement dans les nuages... Un crochet par la cabane du CAS, un thé pour nous redonner des forces (ou remettre l'estomac en place), et nous poursuivons jusqu'à ce qui devait être le sommet, perdu dans les nuages, on reviendra pour la vue ! On se croirait



en automne... ce qui aurait un petit côté magique si nous n'étions pas en juin ! Le retour à Belprahon se fait par les Raimeux de Grandval, un beau sentier aux panneaux indicateurs surprenants : « Le Pangolin malin »... ???

On ne dit pas merci au Covid, mais les restrictions nous auront permis de découvrir une belle région, proche de chez nous !

Merci à toute l'équipe pour ces belles journées, merci aux cheffes pour ce joli programme... et qui sait La Chartreuse en 2022 ???

Au départ de l'aventure : Chantal, Denise et Nicolas, Jacqueline, Lucienne, Mathilde, Muriel, Nicole et Jicé, Patricia. Sous la houlette de Colette et Lise





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

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

*Rte de l'Intyamon 325
1663 Epagny
026 921 21 76
www.magrevire-aol.ch*

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



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