



# Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS LA GRUYÈRE 07-2021

JUILLET 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](http://www.beaud-mbf.ch)

# Infos utiles



## PRÉSIDENT

Pascal Monteleone,  
Ch. des Noisetiers 5, 1666 Grandvillard  
E-mail : [presidence@cas-gruyere.ch](mailto:presidence@cas-gruyere.ch)

## ADRESSE DU CLUB

Rue de Bouleyres 79, 1630 Bulle

## SITES INTERNET

[www.cas-gruyere.ch](http://www.cas-gruyere.ch) / [www.gjgruyere.ch](http://www.gjgruyere.ch)  
E-mail : [info@cas-gruyere.ch](mailto:info@cas-gruyere.ch)

## LOCAL DE LA SECTION

Stamm, Chemin de Bouleyres 79, 1630 Bulle  
Responsable : Ludivine Jordan, 077 416 03 63  
E-mail : [ludivinejordan@hotmail.com](mailto:ludivinejordan@hotmail.com)

## 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](mailto:bulletin@cas-gruyere.ch)

## GESTION DES MEMBRES

Michèle Widmer,  
Chemin Pauvre-Jacques 1, 1630 Bulle  
E-mail : [registry@cas-gruyere.ch](mailto: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 07**

**Reflets de la section 12**

**Infos Covid 15**

**Groupement jeunesse 15**

**Formation adultes 19**

**Courses de la section 21**

**Récits de courses 35**

## PHOTO DE COUVERTURE

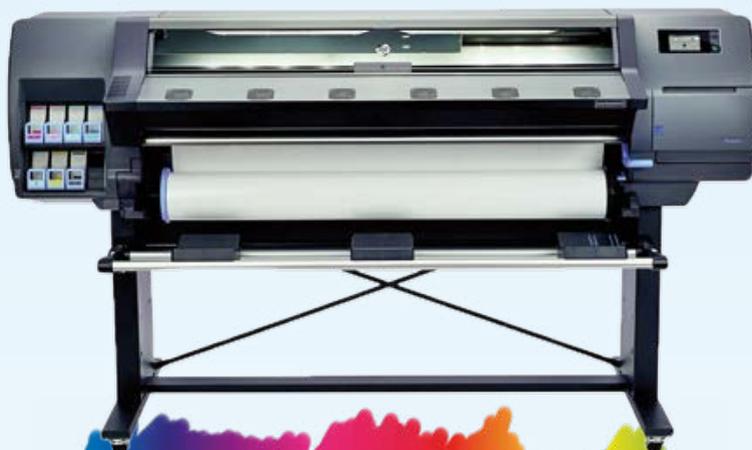
Dent de Folliéran  
Francis Grandjean | Septembre 2020

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](http://www.toprint-bulle.ch) – [info@toprint-bulle.ch](mailto:info@toprint-bulle.ch)

# Editorial

ROLAND CHARRIÈRE, PRÉPOSÉ À LA FORMATION ET AUX COURSES

## La boîte à outils

« Il sort du puits, tourne autour de l'arbre et rentre dans le puits »

« Monte ton pied et *clippe* la *dégaine* »

« Si tu claques ton talon, le ski tournera tout seul »

La formation de nos membres a toujours été une priorité au sein de notre section. Apprendre les techniques, mais également enseigner l'esprit de cordée et de camaraderie qui font de la hauteur un lieu de partage.

Ces derniers temps, le nombre de personnes intéressées aux cours de formation, effet Covid peut-être, est toujours plus grand, ce qui est réjouissant.

Malheureusement quelquefois nous avons de la peine à répondre à la demande (Johannes aurait pu doubler la participation au cours de glace), alors oui, ce n'est pas de gaieté de cœur, mais parfois il arrive que nous devons refuser du monde.

Notre organisation est basée sur le bénévolat. Pour la formation, ce sont les chefs de courses, moniteurs du groupement jeunesse, membres de la colonne de secours qui s'y « collent ». Et ce n'est pas toujours facile pour eux, il faut dire que ces apprentis montagnards nous

remettent en question, les pourquoi et les comment fusent. Et en montagne les réponses ne sont pas toujours évidentes, c'est rarement blanc ou noir, c'est souvent « ça dépend ».

Cependant la reconnaissance est là, les sourires s'affichent sur les visages et la soif d'apprendre fait plaisir à voir. Apprivoiser la sécurité permet d'aborder la montagne avec plus de plaisir. J'ai coutume de dire qu'en début de carrière le montagnard a une boîte à outils vide, et qu'au fur et à mesure des apprentissages et des expériences sa boîte s'enrichit.

Mais la formation ne s'arrête pas aux débutants. Chaque pratiquant de la montagne se doit d'apprendre et de revoir ces gestes, qui quelquefois donnent un coup de pouce aux anges gardiens. La remise en question et la reconnaissance des erreurs nous font avancer. A partir de là, n'hésitez pas à remplacer, dans vos boîtes à outils, un outil émoussé ou obsolète par un neuf. Et prenez soin de vous, il fait très beau !

*Je sais qu'on ne sait jamais  
C'est tout ce que je sais  
Mais ça, je le sais...*

*Jean Gabin*





**OXYGENE**  
MONTAGNE



**GUIDES**  
MONTAGNE

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



[www.o2montagne.ch](http://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](http://www.chardonnens-boissons.ch)

**Boissons Corboz SA** / [www.boissons-corboz.ch](http://www.boissons-corboz.ch)

# Activités en cabanes

---

## CABANE DES CLÉS

**DÈS LE 3 JUILLET ET JUSQU'À FIN 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.



---

## 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](mailto:marindes@cas-gruyere.ch)

Au plaisir de vous rencontrer dans nos Préalpes.

**monferini**  
BULLE

CONSTRUCTION [www.monferini.ch](http://www.monferini.ch)



**CASTELLA**

*Pépinières et Jardins*

1663 PRINGY 079 450 71 25



**Messerli Groupe**

Auto Electricité - Radiocommunication

MSG Solutions Sàrl - [www.messerli-groupe.com](http://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



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](http://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](mailto:info@boulangerie-les-arcades.ch)

# 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](http://www.cas-gruyere.ch)

## CABANE DES CLÉS

1352 m

### JUILLET

Week-end	03 – 04	Lucie Suard, Marcia Masset, Brigitte Girard
Semaine	05 – 09	Lucie Suard, Marcia Masset, Brigitte Girard
Week-end	10 - 11	Mado et Dédé Liard, M.-Claude Quartier
Semaine	12 – 16	Mado et Dédé Liard, M.-Claude Quartier
Week-end	17 – 18	Marie-Jo Porchet, André Grangier
Semaine	19 – 23	Marie-Jo Porchet, André Grangier
Week-end	24 – 25	Jean-Luc Aubonney, Bobonne et Gilbert
Semaine	26 – 30	Jean-Luc Aubonney, Bobonne et Gilbert

### 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 : <b>Messe et soupe de chalet</b>



## 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](mailto: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



PHOTO: M. P. / VISUM

Route du Briez 73  
1628 VUADENS  
026 912 74 75

sports cycles   
**dupasquier**  
vuadens

www.dupasquier-sports.ch

notre  
expérience  
a choisi  
**la qualité**



**JUILLET**

Semaine	27 – 03	Frankhauser Marie-Do
Week-end	03 – 04	Poffet Jean-Luc et Anne-Lise
Semaine	04 – 10	Monteleone Pascal – Maillard Jacques
Week-end	10 – 11	Berset Jean-Daniel et Valérie
Semaine	11 – 17	Geinoz Marie-Jo et Jo – Kaeser Roland et Bernadette
Week-end	17 – 18	Cudré-Mauroux C. et F. – Clerc Fanny et Alexandre
Semaine	18 – 24	Roulin Myriam et Pierrot
Week-end	24 – 25	Roulin Myriam et Pierrot
Semaine	25 – 31	Bourguet Cédric et Céline

**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
Week-end	21 – 22	Delaquais 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

**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

entreligne

graphisme & édition

NOUVEAU



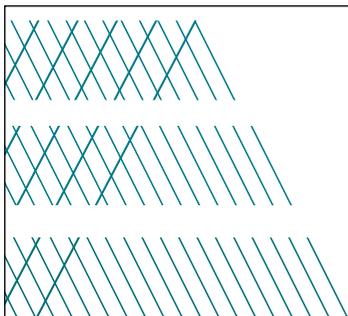
Une histoire à lire et à écouter:

## 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!



[www.entreligne.ch](http://www.entreligne.ch) (possibilité de payer avec les bons Kariyon)



**SAUDAN  
TINGUELY**  
ARCHITECTES SÀRL

la rieta 19, 1630 Bulle - 026 566 70 46 - [www.saudantinguely.ch](http://www.saudantinguely.ch)

depuis

**2007**

*Lucien Carrel*

079 767 75 50

**Tavillons  
Toitures  
Façades**

1627 Vaulruz - anciennement Camille Charrière



[www.lucien-carrel.ch](http://www.lucien-carrel.ch)



[tavillonneur](https://www.instagram.com/tavillonneur)

**CABANE DES MARINDES** 1868 m**JUILLET**

Semaine	27 – 03	Françoise Repond
Week-end	03 – 04	Florian Berset – Greg Vonlanthen – Lucas Krattinger
Semaine	04 – 10	Olga – Laurence – Nicole – Christian Felix
Week-end	10 – 11	Véronique Ortner Joye
Semaine	11 – 17	Mireille et Patrice Clerc
Week-end	17 – 18	Joël Ding
Semaine	18 – 24	Corinne Lombard – Stéphane Reynaud
Week-end	24 – 25	Alexandre Gremaud
Semaine	25 – 31	Simon Duss et Vanessa Nardin – Shane Gruber et Lili Grace
Week-end	31 – 01	Rausis Marie-Hélène et Pascal – Joye Anne et Laurent <b>Raclette</b>

**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

**CABANE DE L'OBEREGG** 1818 m**CABANE DES PORTES** 1218 m

En fermeture estivale

**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'Éx

# Reflets de la section

## « NOUVEAUTÉ »

Sur notre site internet, vous pouvez dorénavant consulter la rubrique « Questions fréquentes » où différentes informations vous sont données concernant le bon déroulement de notre club dans ses différents domaines : Activités, actualités, cabanes, courses, environnement, membres, publications, santé-sécurité.

Nous espérons ainsi répondre à vos questions et apporter une aide rapide selon vos besoins.

Bonne lecture !

## BOUQUETIN

Vous êtes une famille et chacun reçoit son bulletin mensuel, est-ce bien utile ? Si vous désirez n'en recevoir plus qu'un, faites la demande par e-mail en indiquant le numéro CAS de tous les membres de la famille à [registry@cas-gruyere.ch](mailto:registry@cas-gruyere.ch)

L'environnement vous dit merci



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.

## ACTIVITÉS DE MAI

DATE	BUT	PARTICIPANTS
<b>04.05</b>	Sentier des Arbres 1	<b>10</b>
<b>04.05</b>	Sentier des Arbres 2	<b>8</b>
<b>06.05</b>	Planches de Buitonne (rempl. Les Cretaux)	<b>8</b>
<b>06.05</b>	Motélon Gros-Mont	<b>15</b>
<b>06.05</b>	Autour de Charmey	<b>10</b>
<b>06.05</b>	Initiation escalade outdoor 3	<b>18</b>
<b>08.05</b>	Drapel (rempl. Hornflue)	<b>7</b>
<b>09.05</b>	Autour de la falaise de Plagne	<b>12</b>
<b>11.05</b>	Le Mouret – Arconciel	<b>14</b>
<b>13.05</b>	Dent de Broc	<b>14</b>
<b>13.05</b>	Narcisses en Intyamou	<b>11</b>
<b>18.05</b>	Tulipes de Grengiols	<b>16</b>
<b>20.05</b>	Longeborgne	<b>12</b>
<b>20.05</b>	Initiation escalade outdoor 4	<b>17</b>
<b>22.05</b>	Initiation escalade outdoor 5 Dorenaz	<b>17</b>
<b>25.05</b>	Les Morgerons – La Provêta	<b>9</b>
<b>27.05</b>	Le Chasserou	<b>15</b>
<b>27.05</b>	Saillon, rando par Beudou (rempl. La Palette d'Iseneau)	<b>13</b>
<b>27.05</b>	Région col des Etroits	<b>15</b>
<b>29.05</b>	Lecture de carte	<b>11</b>
<b>30.05</b>	Bourgo – Le Van (rempl. Vanil d'Arpille)	<b>10</b>

## BON RÉTABLISSEMENT

Tous nos vœux de bon et complet rétablissement à Albert Marchon, chef de courses, qui se remet gentiment du Covid et à André Dubath, responsable de la cabane de Bounavaux qui doit se soigner avant de pouvoir remonter dans sa chère cabane.



**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

**EPICERIE**

**DURABLE**

*manger.  
vivre.  
partager.*

**ENNEY**

## ADMISSIONS

**Cabrol Florence**, chemin les Brêts 1, **1085 Vulliens**

---

**Craighero Raffaella**, Comba 5, **1632 Riaz**

---

**Dénis Louane**, chemin Fin-Derrey 45, **1636 Broc**

---

**Hartmann Salomé**, rue de Vevey 254, **1630 Bulle**

---

**Jutzet Sylvie**, route de la Forêt 1, **1724 Ferpicloz**

---

**Oberson Estelle**, route de Vuisternens 58, **1684 Mézières**

---

**Obrzut Sottas Joanna**, Mésanges 1, **1635 La Tour-de-Trême**

---

**Reynaud Pascal**, chemin du Carro 32, **1566 St-Aubin**

---

**Reynaud Brigitte**, chemin du Carro 32, **1566 St-Aubin**

---

**Ripper Johann**, route du Plattiez 40, **1670 Ursy**

---

**Ripper Sandra**, route du Plattiez 40, **1670 Ursy**

---

**Tinguely Angélique**, ruelle Alexis Peiry 23, **1663 Pringy**

---

**Uldry Olivia**, route de la Sionge 33, **1632 Riaz**

---

## ADMISSIONS GJ

**Curty Arnaud**, route de Massonnens, **1691 Villarimboud**

---

**Naeher Nadine**, Comba 5, **1632 Riaz**

---

**Naeher Fedor**, Comba 5, **1632 Riaz**

---

**Ripper Baptiste**, route du Plattiez 40, **1670 Ursy**

---



**Aux Parfums  
Des Saisons**

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

**Pâtisserie-traiteur**

Boulangerie-Pâtisserie	Service traiteur
Confiserie et chocolat	Apéro dînatoire

[www.auxparfumsdessaisons.ch](http://www.auxparfumsdessaisons.ch)



CHAUSSURES  
**Waeber**  
BULLE

Grand-Rue 21

# 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](http://www.cas-gruyere.ch)

## Groupement jeunesse

---

### Module alpinisme 2: Wetterhorn Willsgrätli

SAMEDI 10 JUILLET - DIMANCHE 11 JUILLET

AD



Reservé aux participants inscrits pour tout le module.

---

### Traversée des Sommêtes

SAMEDI 10 JUILLET

3c



#### **Lieu et heure de départ**

Stamm à 7 h

#### **Substance**

Pique-nique

#### **Matériel**

Baudrier – sangle - dégaine – coinçeur – casque – mousquetons à vis et gros soulier

#### **Dénivelé, heures de marche**

4 heures

#### **Exigence physique**

A – Peu exigeante

#### **Renseignements/inscription**

Par téléphone

#### **Instructions d'inscription**

079 667 12 56

#### **Chef de courses**

Jean-Bruno Pugin, 079 667 12 56

#### **Délai d'inscription**

Mardi 6 juillet

#### **Itinéraire choisi**

Traversée de l'arête des Sommêtes

#### **Remarques/descriptif**

Course d'application à l'initiation pour l'alpinisme. Manipulation des cordes. Jeune chef de course possibilité de mener une cordée avec des membres de la section pour vous familiariser à une course d'arête.



---

## Camp alpinisme été

LUNDI 9 AOÛT – VENDREDI 13 AOÛT

PD

=====



### **Lieu et heure de départ**

Stamm Bulle à 8 h

### **Exigence physique**

B – Plutôt exigeante

### **Coût approximatif**

Transport

### **Renseignements/inscription**

Par courriel, en ligne

### **Instructions d'inscription**

Veillez svp préférer l'inscription en ligne

### **Nbre max. participants**

7

### **Chef de courses**

Alexandre Castella, 079 223 26 52

### **Délai d'inscription**

Mercredi 30 juin

### **Itinéraire choisi**

Cette année nous organisons un camp d'été avec un voyage en Suisse en camping ou en cabane, selon les conditions du moment. S'il fait grand beau on passe 5 jours en montagne, s'il fait un peu moins beau on jongle avec le temps par des activités : escalade, montagne là où il fait meilleur. Une liste du matériel avec les informations pratiques sera envoyée aux personnes inscrites.

### **Remarques/descriptif**

Le camp est ouvert à tous, débutant à niveau moyen. Pour les débutants, une partie du matériel personnel peut être emprunté au GJ : casque, descendeur, baudrier, crampons, piolet, cordelette, prussik. Le prix est fixé à CHF 300.-, ensuite un décompte sera effectué à la fin du camp.

---

## Week-end grimpe dans le Val d'Aoste

SAMEDI 14 AOÛT - DIMANCHE 15 AOÛT

5a

=====



### **Lieu et heure de départ**

Stamm à 7 h

### **Situation/Altitude**

Val d'Aoste

### **Subsistance**

Camping

### **Matériel**

Affaires de grimpe et de camping

### **Coût approximatif**

Nuitée + demi-pension

### **Nbre max. participants**

7

### **Chef de courses**

Niklas Konrad, 078 618 1700

### **Cheffe de courses adjointe**

Naomi Repond, 079 154 18 08

### **Itinéraire choisi**

Week-end de grimpe dans le Val d'Aoste avec un jour de multi-longueurs.



**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**



# Formation adultes



## Rappel

Nous avons deux programmes de formation et de courses distincts entre le groupement jeunesse et la section.

Au moment de vous inscrire, merci de vérifier que la course correspond bien à votre tranche d'âge, soit :

GJ jusqu'à 22 ans

Section au-delà de 22 ans

## PRÉCISION

Concernant les 5 sorties « Initiation alpinisme courses 1 à 5 », elles sont réservées aux participants du cours initiation des 3 et 4 juillet, voir Bouquetin de mai 2021. Dès le 1<sup>er</sup> juillet, pour les places vacantes, il est possible à d'autres membres de s'inscrire, avec priorité aux personnes ayant participé au cours d'initiation des années précédentes.

Merci de votre compréhension !

Pour la formation : Roland Charrière



---

# 56<sup>e</sup> cours de sécurité et de sauvetage en montagne

2 ET 3 OCTOBRE 2021

Pour tous

---

**En sport alpin, la sécurité est primordiale. En cas d'accident, chacun doit connaître le geste qui sauve !**

Alpinistes novices ou chevronnés, grimpeurs sportifs, randonneurs, skieurs de randonnée, guides de montagne et professionnels du sauvetage, spéléologues, scouts, etc., ce cours vous concerne tous !

Il aura lieu dans les environs de Moutier et est ouvert aux personnes intéressées, membres du CAS ou non, âgées de 18 ans minimum.

### 3 catégories :

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

**Lieu :** Moutier

**Dates :** 2-3 octobre 2021

**Prix :** CHF 130.- ;  
cours, repas, couche (à payer à l'inscription)

**Inscription en ligne :**  
[www.cas-prevotoise.ch](http://www.cas-prevotoise.ch) > Activités >  
Cours de sauvetage



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

Le cours a lieu par n'importe quel temps, 10 % de frais sont retenus si désistement 5 jours avant le début du cours, pas de remboursement pour désistement plus tardif.

Le poste de secours décline toute responsabilité en cas d'accident, les participants doivent être au bénéfice d'une assurance accident individuelle.

### Renseignements :

Cendrine Hügli, Beausite 4, 2740 Moutier,  
tél. 079 596 91 86,  
e-mail : [cendrine.huegli@gmail.com](mailto:cendrine.huegli@gmail.com)

### Responsable du cours :

Julien Ryf,  
Chalière 39, 2740 Moutier,  
tél. 079 745 84 20,  
e-mail : [julien.ryf@hotmail.com](mailto:julien.ryf@hotmail.com)

P.S. Afin de regrouper les participants de la région dans les véhicules, vous êtes priés d'informer Francis [frmgrandjean@bluewin.ch](mailto:frmgrandjean@bluewin.ch) de votre inscription en lui indiquant votre numéro de téléphone, il fera le nécessaire.



# S Courses de la section

## Tour des Recardets

DIMANCHE 4 JUILLET

T3



**En remplacement de la course Lac du Grand Désert, annulée**

### Lieu et heure de départ

Parc du football à Epagny à 7 h

### Substance

Pique-nique

### Matériel

De randonnée, chaussures munies de bonnes semelles

### Dénivelé, heures de marche

1100 m, montée et descente, environ 6 heures

### Exigence physique

B – Plutôt exigeante

### Coût

Transport

### Renseignements/inscription

Par téléphone jusqu'au samedi 17 h

### Cheffe de courses

Colette Dupasquier

### Itinéraire choisi

Départ Rio de Grattavache, montée à Patraflon par La Balisaz, tour des Recardets par Rippa, descente par La Balisaz

## 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.**

---

## Le Linleu

JEUDI 8 JUILLET

T3

=====



### **Lieu et heure de départ**

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

### **Situation/Altitude**

Région Torgon

### **Substance**

Pique-nique

### **Matériel**

De randonnée en montagne

### **Dénivelé, heures de marche**

+850 m, environ 5 h de marche

### **Exigence physique**

B – Plutôt exigeante

### **Coût approximatif**

Transport

### **Renseignements/inscription**

Par téléphone

### **Délai d'inscription**

Mercredi 7 juillet à 17 h

### **Chef de courses**

Romain Chofflon, 079 293 41 09

### **Itinéraire choisi**

Le Planeau – Outanne Dravers – col d'Outanne (frontière franco/suisse) – col de Sevan – Le Linleu 2093m, retour par le col de Conche. Le Linleu se trouve sur territoire français.

---

## Initiation Alpinisme/course 1 (Les Sommêtes)

SAMEDI 10 JUILLET

PD

=====



### **Lieu et heure de départ**

Seront communiqués aux participants

### **Substance**

Pique-nique tiré du sac

### **Matériel**

Baudrier – sangles - dégaines – coincesurs – casque – mousquetons à vis Gros souliers

### **Dénivelé, heures de marche**

4 heures

### **Exigence physique**

A – Peu exigeante

### **Coût approximatif**

Transport

### **Renseignements/inscription**

En ligne

### **Nbre max. participants**

6

### **Chef de courses**

Eric Barras, 079 261 15 82

### **Chef de courses adjoint**

Philippe Bussard, 077 524 68 47

### **Délai d'inscription**

Mardi 6 juillet

### **Itinéraire choisi**

Traversée de l'arête des Sommêtes, course commune avec la Jeunesse

### **Remarques/descriptif**

Course d'application à l'initiation pour l'alpinisme. Manipulation des cordes. Jeune chef de course possibilité de mener une cordée avec des membres de la section pour vous familiariser à une course d'arête.

---

## Tête de Chalin (2595 m)

DIMANCHE 11 JUILLET

T4



|||||

### Lieu et heure de départ

Lieu à déterminer, à 6 h 30

### Matériel

Standard de randonnée

### Dénivelé, heures de marche

+1300 m / 8 h

### Exigence physique

C - Exigeante

### Coût approximatif

CHF 20.- Transport

### Renseignements/inscription

Par téléphone

### Instructions d'inscription

Par téléphone (079 283 05 78)

### Nbre max. participants

8

### Chef de courses

Pierre Scyboz, 079 283 05 78

### Période d'inscription

Du lundi 5 juillet au jeudi 8 juillet

### Itinéraire choisi

Depuis Les Derniers (Les Giettes), via Chindonne. Ev. toute l'arête/toutes les dents et pointes - plutôt à la descente. Assez long. Jolie vue. Loin de la foule.

---

## Geltenhütte – Rottal (cascades) en boucle

JEUDI 15 JUILLET

T2



|||||

### Lieu et heure de départ

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

### Situation/Altitude

1226 m

### Substance

Repas et boissons à la cabane du CAS

### Matériel

Randonnée en montagne

### Dénivelé, heures de marche

+/- 830 m / ~ 5 h

### Exigence physique

B - Plutôt exigeante

### Coût approximatif

Transport + Repas et boissons

### Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

### 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

Mardi 13 juillet

### Itinéraire choisi

Lauenensee, Gälteschutz, Geltenhütte, Rottal (cascades), Gältetrittli, Lauenensee

# Trekking dei Laghetti Alpini (Rempl. GR5)



SAMEDI 17 AU SAMEDI 24 JUILLET

T4

## Lieu et heure de départ

Lieu et heure seront communiqués aux participants

## Situation/Altitude

Nufenen, Basodino, Haut Val Maggia

## Matériel

Bonnes chaussures avec semelles profilées, bâtons recommandés, équipement « standard » pour la randonnée, le soleil et la pluie... Rechange, sac à viande, petite trousse de toilette

## Dénivelé, heures de marche

Dénivelés positifs entre 900 m et 1'700 m / entre 5 et 8 h

## Exigence physique

C – Exigeante

## Coût approximatif

Transport, refuges et hôtels en demi-pension, boissons, taxi alpin

## Renseignements/inscription

Par téléphone

## Nbre max. participants

8

## Chef de courses

Antoine Buntschu, 079 661 26 20

## Chef de courses adjoint

Jacques Maillard, 077 473 14 85

## Période d'inscription

Du jeudi 1<sup>er</sup> avril au jeudi 1 juillet

## Itinéraire choisi

17.7 Trajet Bulle-Nufenen/Passo Grandinagia –Cabane Cristallina 18.7 Cabane Cristallina –Passo del Naret - Fusio (Hôtel) 19.7 Fusio –Lago di Morghirolo - Passo Campolungo - Fusio (Hôtel) 20.7 Fusio –Boghetta di Pisone - Capanna Poncione di Braga 21.7 Poncione di Braga –Lago Nero - Poncione di Braga 22.7 Poncione di Braga –Boghetta del Masnee -Robiei (Hôtel ou CAS Basodino) 23.7 Robiei - Bocchetta di Val Maggia - Cabane Corno Gries 24.7 Corno Gries –Nufenen / Retour sur Bulle

## Remarques/descriptif

Un voyage de découverte entre les bleus de l'eau et du ciel, voilà comment pourrait se résumer cette randonnée... Des journées chargées d'émotions et de nature, des journées sous le signe de l'eau alpine : c'est la promesse de ce parcours, suspendu sur la haute Vallemaggia, à cheval avec les régions voisines, avec pas moins de 18 lacs alpins au programme !!



**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](http://www.pittetvins.ch)

---

## Rocher Plat

SAMEDI 17 JUILLET

T3

=====



### **Lieu et heure de départ**

Place de la Gare Enney à 7 h

### **Subsistance**

Pique-nique

### **Matériel**

De randonnée

### **Dénivelé, heures de marche**

Dénivelé positive environ 1200 m.

### **Exigence physique**

B –Plutôt exigeante

### **Coût approximatif**

Transport

### **Renseignements/inscription**

Par téléphone

### **Instructions d'inscription**

079 750 16 11

### **Chef de courses**

Francis Grandjean, 079 750 16 11

### **Période d'inscription**

Du mardi 1<sup>er</sup> juin au jeudi 15 juillet

### **Itinéraire choisi**

En boucle par de petits sentiers dans un magnifique décor. Quelques mètres en T4 dans du joli l rocher.

---

## Initiation alpinisme/course 2

SAMEDI 17 JUILLET

PD

=====



### **Lieu et heure de départ**

Stamm à Bulle à 6 h

### **Dénivelé, heures de marche**

Course s'inscrivant dans le module débutant maximum 1000 m de dénivelé

### **Exigence physique**

A –Peu exigeante

### **Coût approximatif**

Transport

### **Nbre max. participants**

5

### **Chef de courses**

Patrick Barbey, 079 286 51 22

### **Période d'inscription**

Du lundi 14 juin au jeudi 15 juillet

### **Itinéraire choisi**

Course d'arête afin de se perfectionner dans le maniement des cordes.

### **Renseignements/inscription**

Par courriel

### **Instructions d'inscription**

Patrick\_barbey@bluewin.ch

# Escalade aux Gastlosen

DIMANCHE 18 JUILLET

5c



## **Lieu et heure de départ**

Parking CO2 La Tour-de-Trême à 8 h

## **Coût approximatif**

Transport

## **Renseignements/inscription**

Par téléphone, par courriel

## **Instructions d'inscription**

Par courriel ou téléphone

## **Chef de courses**

Pascal Berset, 077 259 85 29

## **Période d'inscription**

Du lundi 28 juin au jeudi 15 juillet

## **Itinéraire choisi**

A définir en fonction des participants, couennes ou voies de 2-3 longueurs

La BCF, partenaire de vos loisirs.



[www.bcf.ch](http://www.bcf.ch)



**Banque Cantonale  
de Fribourg**

simplement ouvert

---

## Pierre Avoi



JEUDI 22 JUILLET

T3

=====

### **Lieu et heure de départ**

La Tour, parc terrain de foot à 7 h

### **Substance**

Pique-nique tiré du sac

### **Dénivelé, heures de marche**

+ 1200/ - 1200 15.0 km env. 6 h h

### **Exigence physique**

B - Plutôt exigeante

### **Coût approximatif**

Transport

### **Renseignements/inscription**

Par téléphone, en ligne

### **Chef de courses**

Jean-Louis Kolly, 079 331 49 53

### **Chef de courses adjoint**

Norbert Berger

### **Période d'inscription**

Du lundi 5 juillet au mardi 20 juillet

### **Itinéraire choisi**

Verbier (centre sportif) -Château -Comba  
Plâne -Pierre Avoi -Croix de Cœur -Verbier

---

## Topalihütte en boucle



SAMEDI 24 ET DIMANCHE 25 JUILLET

T4

=====

### **Lieu et heure de départ**

À 6 h 30, lieu sera communiqué aux participants

### **Substance**

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

### **Matériel**

De randonnée avec très bonnes chaussures de montagne.

### **Dénivelé, heures de marche**

1<sup>er</sup> jour : + 1180 m, - 490 m, 6 h de Jungu

2<sup>e</sup> jour : + 450 m, - 1750 m, 6 h

### **Exigence physique**

C - Exigeante

### **Coût approximatif**

Transport, téléphérique, train, cabane, CHF 130.-

### **Renseignements/inscription**

Par téléphone

### **Instructions d'inscription**

Inscription par téléphone uniquement

### **Chef de courses**

Denis Bossel, 079 332 04 68

### **Itinéraire choisi**

Jour 1 : St Niklaus -Jungu (téléphérique) -  
Wasulicke 3100 m -Topalihütte

Jour 2 : Topalihütte -Randa ou Herbriggen,  
retour St-Niklaus (train)

# 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

SNOW  
BIEN  
RANDE  
SKI  
BIEN  
RANDE

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](http://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](http://ewatra.ch)

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

Christiane Waechter - Charmey  
Tél. 026 425 40 70  
[office@ewatra.ch](mailto:office@ewatra.ch)

## Initia. Alpinisme course 3 Fletschhorn/Lagginhorn



SAMEDI 24 JUILLET – DIMANCHE 25 JUILLET

PD

### **Lieu et heure de départ**

Stamm à Bulle à 6 h

### **Substance**

Cabane Weissmies (2 piques-niques)

### **Matériel**

Matériel complet d'escalade : baudrier, casque, dégaines ect + matériel alpinisme  
Crampons – Piolet - vis à glace

### **Dénivelé, heures de marche**

1<sup>er</sup> jour Jegihorn voie d'escalade de 12 longueurs niveau 4 à 5a 3 heures alt. 3206 m  
2<sup>e</sup> jour Fletschhorn – Lagginhorn  
3985/4010 m

### **Exigence physique**

C – Exigeante

### **Coût approximatif**

Transport

### **Renseignements/inscription**

En ligne

### **Nbre max. participants**

6

### **Chef de courses**

Eric Barras, 079 261 15 82

### **Chef de courses adjoint**

Philippe Bussard, 077 524 68 47

### **Période d'inscription**

Du jeudi 1<sup>er</sup> juillet au dimanche 18 juillet

### **Itinéraire choisi**

1<sup>er</sup> jour montée cabane Weissmies puis escalade du Jegihorn  
2<sup>e</sup> jour Fletschhorn Lagginhorn

### **Remarques/descriptif**

Course commune avec la Jeunesse

## Cabane Saleina



JEUDI 29 JUILLET

T3

### **Lieu et heure de départ**

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

### **Situation/Altitude**

Val Ferret, 2691 m

### **Substance**

Pique-nique ou repas à la cabane

### **Matériel**

Complet de randonnée, soulier à bon profil,

### **Dénivelé, heures de marche**

+/- 1200 m, 4-5 heures de montée

### **Exigence physique**

B –Plutôt exigeante

### **Coût approximatif**

Transport

### **Renseignements/inscription**

Par téléphone, en ligne

### **Cheffe de courses**

Mathilde Auer, 079 657 97 92

### **Période d'inscription**

Du jeudi 1<sup>er</sup> juillet au mercredi 28 juillet

### **Itinéraire choisi**

Montée depuis Praz-de-Fort, passage de dalles équipées de chaînes

### **Remarques/descriptif**

Belle ambiance de haute montagne

---

## Col de Lys

JEUDI 29 JUILLET

T2

---



### **Lieu et heure de départ**

Terrain de foot, La Tour à 8 h

### **Subsistance**

Pique-nique

### **Matériel**

De rando

### **Dénivelé, heures de marche**

+ 850 m, 4 h 30

### **Exigence physique**

A – Peu exigeante

### **Coût approximatif**

Transport

### **Renseignements/inscription**

Par téléphone, par courriel, en ligne

### **Chef de courses**

Irénée Savary, 079 510 62 25

### **Période d'inscription**

Du jeudi 1<sup>er</sup> juillet au mercredi 28 juillet

### **Itinéraire choisi**

Parc des Vérolyls – Borbuintse – Paccot  
Dessus – col - pt 1863 Retour par Paccot  
Dessous – les Preises – Grevala

---

## Tour de la Cape au Moine (Etivaz)

SAMEDI 31 JUILLET

T3

---



### **Lieu et heure de départ**

Parc du terrain de foot, La Tour-de-Trême  
à 7 h 30

### **Dénivelé, heures de marche**

13 km, 1300 m de dénivelé

### **Exigence physique**

B – Plutôt exigeante

### **Coût approximatif**

Transport

### **Cheffe de courses**

Lise Ruffieux, 026 913 11 68

### **Itinéraire choisi**

Les Maulatreys – Col de Seron – Col d'Isenau  
– Les Maulatreys





# Kandersteg – Schwarzhorn – Aminona



JEUDI 5 AOÛT - VENDREDI 6 AOÛT

T4

## **Lieu et heure de départ**

Gare de Bulle à 6 h 15

## **Subsistance**

Cabane Lämmerenhütte

## **Dénivelé, heures de marche**

1<sup>er</sup> jour : Montée Télécabine Sunnbüel

– Schwarzgrätli – Rote Totz Lücke –

Lämmerenhütte montée 1250 m 5 h 30

2<sup>e</sup> jour : Lämmerenhütte – Schwarzhorn

3104 m – Vallon des Outannes – La Tièche –

Aminona montée 800 m/descente 1850 m

6 h

## **Exigence physique**

C – Exigeante

## **Coût approximatif**

Transports publics

## **Nbre max. participants**

10

## **Chef de courses**

Jacques Maillard, 077 473 14 85

## **Chef de courses adjoint**

Antoine Buntschu, 079 661 26 20

## **Remarques/descriptif**

Départ du train à 6 h 19



# Via Glaralpina

DIMANCHE 8 AOÛT – VENDREDI 13 AOÛT

T4



## **Lieu et heure de départ**

Gare de Bulle à 7 h 10

## **Situation/altitude**

Glaris

## **Subsistance**

Cabanes ou hôtels de montagne

## **Matériel**

Matériel de randonnée alpine, vêtements et souliers en conséquence, mini trousse et linge de toilette et vêtements de nuit, savates de cabanes, carte CAS. Sac à viande et taie d'oreiller, 3 masques de protection covid et gel hydroalcoolique obligatoires.

## **Dénivelé, heures de marche**

700-1300 m dénivelé positif par jour

## **Exigence physique**

B – plutôt exigeante

## **Coût approximatif**

CHF 420.- pour l'hébergement, boissons et transport non compris

## **Renseignements/inscription**

Par téléphone

## **Chef de courses**

Jean-Claude Perroud, 079 230 68 35

## **Cheffe de courses adjointe**

Mathilde Auer, 079 657 97 92

## **Délai d'inscription**

Jeudi 15 juillet

## **Itinéraire choisi**

6 étapes de la haute route qui fait le tour des montagnes du canton de Glaris. Région méconnue des Romands, mais d'une beauté sauvage qui traverse aussi bien des zones de pâturages que des étendues karstiques très arides. Certains passages exposés sont sécurisés par des câbles, chaînes ou marches métalliques. L'itinéraire ne convient pas aux personnes sujettes au vertige. Etapes : Klöntal – Glarnischhütte – Glattalp – Urnerboden – Muttseehütte – Bifertenhütte – Brigels.

## **Remarques/descriptif**

Des informations supplémentaires seront données aux participants. Les directives covid sont susceptibles de modifications d'ici là. Pour les déplacements des 8 et 13 août, les cartes journalières de la commune sont plus avantageuses.

## Fenêtre d'Arpette

JEUDI 19 AOÛT – VENDREDI 20 AOÛT

T3



### Lieu et heure de départ

Terrain de foot – La Tour-de-Trême à 7 h

### Subsistance

Pique-nique midi pour 2 jours  
+ demi-pension à la cabane  
Le Relais d'Arpette

### Matériel

Randonnée + habits chauds et de rechange

### Dénivelé, heures de marche

1<sup>er</sup> jour dénivelé 1150 m – 12 km  
2<sup>e</sup> jour dénivelé 800 m – 13 km

### Exigence physique

C – Exigeante

### Coût approximatif

Transport + cabane + divers

### Renseignements/inscription

Par téléphone

### Nbre max. participants

12

### Chef de courses

Jean-Claude Mauron, 079 710 67 34

### Délai d'inscription

Vendredi 6 août

### Itinéraire choisi

1<sup>er</sup> jour : Col de la Forclaz (Trient), Glacier du Trient, Vésevey, Fenêtre d'Arpette, Relais d'Arpette

2<sup>e</sup> jour : Relais d'Arpette, Borloz, Plan d'En Haut, La Djure, Fontaine, Porte de l'ô, Col de la Forclaz

### Remarques/descriptif

Sur le tour du Mont-Blanc La course se fera par tous les temps (raison : réservation hôtel et paiement des arrhes)

**Sports et Loisirs**

Avry-devant-Pont

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

Rte de l'Eglise 19  
026 915 12 42



# Récits de courses

## L'Arsajoux

LUNDI 5 AVRIL 2021

Texte et photos collectifs



La fameuse chasse aux œufs de Pâques s'est substituée le lundi 5 avril à la chasse aux croix.

Partis de Charmey par les Reposoirs, nous avons trouvé notre premier trésor à 1498 m d'altitude : la Croix de La Chau du Vent. Envahis par une certaine béatitude due à la beauté du paysage et à l'effort de la montée, nous en avons profité pour féliciter notre doyenne, Alice, 87 ans, qui non seulement a affronté les 700 m de dénivelé sans difficulté, mais qui de plus, au pied de la croix, nous a

fait la démonstration d'un grand écart à nous couper le souffle, ou du moins ce qu'il en restait. Puis, nous avons attaqué la descente sur un versant encore enneigé vers le chalet de La Chufry pour arriver à un point de vue plongeant sur le couvent de la Valsainte. Quel ravissement ! Mais notre chasse n'étant pas terminée, nous avons poursuivi notre marche encore quelques minutes avant de découvrir la Croix de l'Arsajoux, située à 1404 m et plantée par des moines de la Valsainte. Toujours vue du couvent en arrière-plan. Magnifique ! Dernière



étape avant la pause de midi, descente vers le chalet de l'Arsajoux où nous nous sommes installés pour un pique-nique digne d'un jour de fête. Après cette pause bien méritée, nous avons amorcé la descente vers Charmey, à travers les pâturages de la Vatia parsemés de tussilages, de crocus, et d'orties cueillies par quelques dames, et destinées à de délicieuses soupes.

Nous étions quelques nouveaux membres à participer à cette randonnée. Et, à l'unanimité, nous avons constaté chez tous nos amis clubistes un esprit d'ouverture et de bienveillance. Un grand merci à vous tous de votre chaleureux accueil !

**Les rédactrices** Sylvie Vasey et Marianne Tomasini-Sonney

**Les pèlerins du jour :** Alice, Chantal, Carole, Catherine, Claudine et Paul, Elisabeth, Isaac, Lise, Luc, Nini, Suzanne et la cheffe de course Mathilde





## Sortie de Pâques à la Cabane Becs de Bosson

AVRIL 2021

Texte et photo : Muriel Jaquet



Visiblement, cela faisait plusieurs années qu'aucune course n'était organisée lors du week-end pascal, et Francis y a remédié ! Il était d'abord prévu de partir de Saint-Martin, mais les températures estivales de la semaine précédente ont forcé un changement de plan. Nous enchaînons les installations de Nax jusqu'au Mont Noble. Devant nous, le Vallon de Réchy s'étire sur plusieurs kilomètres et, pour le moment hors de notre vue, la Cabane des Becs de Bosson. Nous remontons donc ce vallon connu pour son côté sauvage et pour le brame des cerfs. De grandes pentes sur notre droite, la Maya en face, et un ciel de carte postale au-dessus de nous. De temps en temps, Francis s'éloigne de la trace et va inspecter les conditions de la neige en prévision du lendemain. Nous arrivons au col de Tsevalire. Nous en descendons la pente sud jusqu'au Plan Levri dans une moquette comme on les aime ! Après un pique-nique amplement mérité, nous remontons en direction du Pas de Lona... (Francis nous avait presque promis les chenailles pour nous encourager...), puis la cabane qu'Eloi gère seul en ce WE de Pâques !

Après une nuit bien frisquette, le jour se lève, sans un nuage, sur un panorama

grandiose ! Dans le désordre, le Bishorn, le Weisshorn, la Dent Blanche, les Dents de Veisivi, le Pigne et tant d'autres ! Pour nous, ce sera le point 3045 de Sassenaire. La descente vers le lac de Lona dans une poudreuse qu'on n'osait pas espérer, un bref passage par la cabane et la poursuite de notre périple. La 1<sup>re</sup> pente repérée la veille par Francis offrira une neige toute légère, la suite vers le lac de Louché, une excellente neige de printemps... mais quel œil ! L'heure avançant, nous optons pour une dernière montée au Mont Noble, et enfin la descente finale sur les pistes et retour à Nax !

Deux magnifiques journées, et beaucoup de pensées positives pour Albert à qui nous souhaitons un prompt rétablissement !

Merci Francis d'avoir remis une sortie de 2 jours à Pâques, merci de nous avoir fait découvrir une si belle région, et surtout bravo de nous avoir dégoté d'excellentes conditions neigeuses

**Les participants :** Francis Grandjean, Catherine Hayoz, Elodie Surchat, Caroline Equey, Jacques Maillard, Marion Risse, Marie-Claire Risse et Muriel Jaquet au récit

# Tulipes de Grengiols (... et autres découvertes)

18 ET 19 MAI 2021

Texte et photos : Jacqueline et Guy Monney



Mardi 18 mai, gare de Bulle, 6 h 49 : il pleut...

Mercredi 19 mai, gare de Bulle, 18 h 11 : il pleut...

Les participants à cette randonnée de deux jours dans le Haut-Valais ont été copieusement arrosés, pensez-vous. Eh bien non, pas du tout ! La veille, nous avons prié Santa Ana d'intercéder en notre faveur, et nous avons été totalement exaucés, enfin presque, nous y reviendrons plus tard. Quelques lecteurs s'interrogent sur l'intérêt de cette sortie : un trajet de plus de 6 heures aller-retour pour voir des tulipes sauvages pendant deux jours ? Qu'ils soient rassurés, si notre cheffe de course, Mathilde Auer, avait annoncé la découverte des gorges de Twingi et la traversée du Goms Bridge, elle avait aussi agrémente le programme de quelques surprises...

## Première journée

Le train quitte Bulle et, après les arrêts à Romont et Fribourg, le groupe est au complet. Les présentations peuvent alors se faire, mais vivement l'arrivée à Grengiols, que tombent les masques et que les nouveaux puissent mettre un visage entier sur le nom de leurs compagnons de randonnée !

Grengiols, tout le monde descend et, après le lever de barrière, la course peut commencer, destination les champs de la célèbre tulipe sauvage, espèce rare et unique au monde que l'on ne peut admirer que dans ce village et ses environs. Elle existe en trois variétés ; la jaune à étamines de la même couleur, la rouge et la rouge rayée, les deux à étamines violettes. Le groupe bénéficie

des informations détaillées de Jacques, son Monsieur Jardinier privé ! Un petit regret toutefois : impressionnés par tant d'admirateurs, ou plutôt transies par la fraîcheur ambiante, peu d'entre d'elles ont eu le courage d'ouvrir leur corolle.

Le temps passe vite et l'excursion reprend, la « route » est encore longue jusqu'à Binn, environ 12 kilomètres. Sur le sentier étroit, par moments escarpés, tous ont les yeux dirigés vers le sol, les uns pour regarder où ils posent leurs pieds, les autres pour découvrir la flore locale. Pas de surprise donc si la leçon de botanique se poursuit, pour le plus grand plaisir des participants. Le groupe chemine en direction des gorges de Twingi, longeant de pittoresques hameaux. Après la pause pique-nique, une surprise – non prévue par Mathilde – nous attend, une coulée de neige recouvre entièrement le chemin. Il en faut plus pour nous impressionner et nous poursuivons sur une ancienne route commerciale qui reliait autrefois le Valais à l'Italie par la vallée de Binn et le col d'Albrun (Römerweg). Dans une nature sauvage nous offrant un décor magnifique et une belle palette de verts, nous atteignons le fond des gorges et traversons la Binna sur le pont de Schärbritta (Römerbrücke). Peu après, deuxième surprise non programmée par Mathilde : le sentier est totalement coupé par un amoncellement de branches et d'arbres emportés par des avalanches. Nous remontons en direction de Ze Binn, charmant hameau à proximité d'un petit lac artificiel. L'ancienne route est impressionnante, creusée dans la roche, parfois en tunnel, surplombant les gorges de Twingi. Une photo sur un panneau



expliquant les travaux de réfection en cours nous prouve que le car postal y circulait. Parvenus à Binn, faute de terrasses ouvertes, nous patientons sur la place en attendant le car postal qui nous amène à l'hôtel, à Ausserbinn. L'occasion de traverser le tunnel de 2 kilomètres qui remplace, depuis 1964, l'ancien Römerweg.

Gasthaus Jägerheim : attribution des chambres, apéritif au restaurant et très bon repas à la salle à manger (4 personnes par table, les directives COVID-19 sont strictement respectées!), dans une ambiance joyeuse et dans la bonne humeur.

## Deuxième journée

Après une bonne nuit reposante et un copieux petit déjeuner, tout le monde est d'attaque pour la seconde étape. Destination connue, Fiesch par le pont suspendu sur le Rhône... et par le petit

détour prévu par la cheffe de course. Nous rejoignons le sentier longeant le bisse de Trusera – ceux qui n'avaient pas en permanence les yeux rivés sur les fleurs ont pu apercevoir un écureuil et un chevreuil – et amorçons la descente assez raide vers Mühlebach, dont le centre historique est le plus ancien village en bois de Suisse, les bâtiments datant du XVe siècle. La traversée du Goms Bridge, 280 mètres de long à 92 mètres au-dessus du Rhône, est impressionnante : même en respectant l'interdiction de courir et de sauter, il faut avoir le pied marin pour compenser le balancement ! Pour se remettre de ces émotions, rien de mieux que de prendre de l'altitude. Notre cheffe de course nous fait remonter à 1350 mètres, sur les hauts de Bellwald, et nous invite à pique-niquer à proximité de la chapelle Santa Ana. Oui, celle-là même que nous avons sollicitée afin de bénéficier du beau temps. Eh bien, c'est



# 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



ce moment qu'elle a choisi pour pimenter notre repas d'un petit grésil quelque peu glaçant...

Nous poursuivons la randonnée et, dans la descente en direction de Fieschertal, rendue glissante par l'averse de grésil, le groupe se distend quelque peu : quelques amis des fleurs – et cueilleurs de morilles ! – s'offrent quelques petits

arrêts. Avec les leçons de botanique gracieusement offertes, désormais nous savons tous reconnaître la tulipe de Grengiols, diverses variétés d'orchis (mâle, vanillé, pourpré...), le muscari à toupet, la pétasite, l'hépatique, la benoîte des ruisseaux, le géranium sauvage, le colchique, le petit muguet, etc., etc. Arrivés au terme de notre course, nous prenons le chemin du retour avec la

**MA GREVIRE**



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

*Rte de l'Intyamon 328  
1663 Epagny  
026 921 21 76*

[www.magrevire-aol.ch](http://www.magrevire-aol.ch)

**Horaire**

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



Vente  
Réparation  
Conseils

Rue Saint-Joseph 44

1630 Bulle

T 026 912 92 42

N 079 285 04 76

[sugnaux.electromenager@bluewin.ch](mailto:sugnaux.electromenager@bluewin.ch)

[www.sugnaux-electromenager.ch](http://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](mailto:menuiserie.eloibosson@bluewin.ch) | [www.menuiserie-eloi-bosson.ch](http://www.menuiserie-eloi-bosson.ch)

satisfaction d'avoir effectué une magnifique excursion dans le Haut-Valais, très bien préparée et organisée par Mathilde Auer – nous lui adressons ici nos sincères félicitations et remerciements –, en compagnie de très sympathiques compagnons de randonnée.

**Ont participé :** Antoinette Bussard, Bernard Balmer, Claudine Angéloz, Denise Sonney, Elisabeth Marmy, Fabienne Grandjean, Florance Imhof, Guy Monney, Isabelle Kolly, Jacqueline Monney, Jacques Maillard, Jean-Marc Angéloz, Lucienne Delaquis, Marie-Thérèse Remy, Suzanne Gremaud et Mathilde Auer, cheffe de courses.



The image contains two logos. The top logo is for 'FUTUR FORMATIC', featuring the word 'FUTUR' in large blue letters above 'FORMATIC' in smaller blue letters, with a blue swoosh. Below it, the text '- informatique' and '- solutions d'impressions' is written in blue. To the right, the address 'Rue des Ecoles 15, 1635 La Tour-de-Trême' is listed. The bottom logo is for 'Seydoux PAPETERIE BUREAU SA', with 'Seydoux' in a large, stylized red font and 'PAPETERIE BUREAU SA' in a smaller red font. Below the logos, the website addresses 'www.futurfomatic.ch' and 'www.seydouxa.ch' are provided.

The logo for 'gruyere-escapade.ch' features a stylized green mountain range on the left and a yellow sun on the right. Below the mountain, there is a blue wavy line representing water. The text 'gruyere-escapade.ch' is written in a bold, black, sans-serif font. At the bottom, the tagline 'ACTIVITE OUTDOOR - SORTIE ENTREPRISE - BON CADEAU' is written in a smaller, black, sans-serif font.



*Laiterie*  
DE  
**GRANDVILLARD**  
LAURENT PYTHON

**1<sup>er</sup> prix au Swiss Cheese Award 2018-21  
pour le Vacherin Fribourgeois AOP Montagne**

**MONNEY Eric**

Poêles – Cheminées

Construction  
Rénovation - réparation

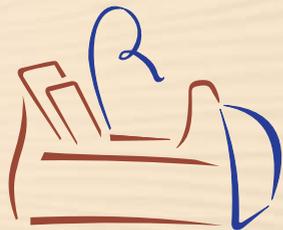
1633 Marsens

**079 637 70 86**

[www.monneycheminees.ch](http://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](http://www.denis-risse.ch)

**PILLER & KRATTER SA**

- CHAUFFAGE
- SANITAIRE
- TOITURE
- ETANCHEITE
- PARATONNERRE

1632 Riaz Tél. 026 / 912 98 04



## Dent de Broc

13 MAI 2021

Texte et photos de Luc Genin



La météo de ce jour de l'Ascension, malgré un ciel couvert, nous laisse présager une possible amélioration pour l'ascension de ce sommet mythique de la Gruyère. Après une présentation des participants, le groupe quitte joyeusement les « Marches » pour rejoindre la sortie de Broc en passant par « Pra Possy ». Avant le « Pessot », nous quittons le bitume pour monter vers les pâturages. Passage dans la forêt, puis traversée des zones défrichées par les armaillis et bientôt broutées par leurs génisses vers « Les Plains ». La pluie et le froid s'intensifient et nous obligent à sortir pèlerine, bonnet

et gants. Arrivés au chalet des « Grosses Ciernes », c'est sans surprise que notre cheffe de course nous annonce que désormais le col des Combes sera notre ultime but de la journée. L'objectif n'en reste pas moins exigeant et c'est l'occasion de se rappeler que « L'art de vivre est de savoir s'ajuster aux changements », comme l'écrivait Melki Rish.

Nous laissons sur notre gauche, la voie connue du jeune Loretan ou autres alpinistes et descendons étonnés, mais rassurés par la signalisation, dans une petite combe avant de remonter par

# 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](mailto:info@pythoudsa.ch) - [www.pythoudsa.ch](http://www.pythoudsa.ch)

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

**OUVERT 7/7 EN SAISON**  
[info@labuvettedulac.ch](mailto:info@labuvettedulac.ch)  
**026 915 15 70**





Venez visiter notre

*Vinothèque*

Du Lu a.-m. au samedi matin

[www.morand-vins.ch](http://www.morand-vins.ch)



la « Brèche ». Nous longeons la paroi rocheuse jusqu'au départ de l'escalade finale pour la Dent de Broc. Nous apercevons la croix du sommet qui se dresse au-dessus des rochers dans le ciel gris. La croix est à notre portée, mais les conditions ne sont pas réunies pour nous en approcher davantage. Petit pincement au cœur, mais aussi une énorme envie d'y revenir ensemble. Nous laissons l'itinéraire vers le sommet derrière nous et entamons la descente vers le col des Combes, couvert encore par une épaisse couche de neige ; pas d'arrêt en raison d'un vent glacial et du grésil. En face, la Dent de Chamois et la Dent du Bourgoz se laissent deviner au travers d'un brouillard persistant. Le groupe se retrouve 300 m. plus bas au chalet des Combes du Milieu. Les premiers arrivés discutent avec le jeune couple qui nous ouvre les portes de l'écurie pour le pique-nique. Plus qu'une consolation, la vue en

contrebas sur le château de Gruyère et la plaine est imprenable : pâturages, prairies, champs de colza ou parcelles récemment fauchées sont bercés par un soleil généreux qui offre à nos yeux ébahis des couleurs éclatantes pour un moment d'émerveillement d'autant plus inattendu que nous avons fait jusque là une marche sans grande visibilité. Le froid nous pousse cependant à reprendre notre marche en direction de la « Gissetta ». La descente, plus longue qu'imaginée, mais très agréable à travers la forêt, est animée de discussions notamment sur l'ail d'ours trouvé le long du chemin qui nous conduit jusqu'en plaine au domaine agricole du « Châtelet », puis à proximité du « Pont qui branle » où nous retrouvons les promeneurs, joggeurs et cyclistes de ce jour férié.

A défaut de trouver une terrasse ouverte à la chapelle des Marches, certaines

Nouveau polar en librairie !

## « **Les naufragés d'Ogoz** »

Finaliste « Prix Vanil Noir du polar des terroirs 2020 » des Editions Montsalvens

**Plongez au cœur de l'histoire du lac de la Gruyère**

**Découvrez les secrets engloutis de votre région**

**Un rythme palpitant !**

Par l'auteure de  
« Des cabanes et des hommes, Histoires et anecdotes du Club Alpin Suisse section Gruyère »  
Ed. La Sarine

[www.isabellevanwynsberghe.com](http://www.isabellevanwynsberghe.com)





profitent de la fontaine pour un lavage des chaussures. Au moment du débriefing sur le parking, c'est l'occasion de remercier notre cheffe de course, Mathilde et Jean-Claude, son adjoint, pour leur art de la conduite. Et merci à chacune et chacun pour l'amitié partagée ; avec le goût de l'effort et l'amour de la nature, ils nous ont motivés dans cette

journée mémorable que plusieurs se sont promis de revivre ensemble !

**Les participants :** Mathilde la cheffe de course, Catherine, Denise, Elisabeth, Florance, François, Isaac, Isabelle, Jean-Claude, Nicole et JC, Patricia, Véronique et Luc, le récitant.

## SOLAIRE PHOTOVOLTAÏQUE



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

Retrouvez toutes nos offres sur : [www.gruyere-energie.ch/photovoltaïque](http://www.gruyere-energie.ch/photovoltaïque)

Contact : T +41 26 919 23 23 - [office@gruyere-energie.ch](mailto:office@gruyere-energie.ch)



**La force d'une région**  
[www.gruyere-energie.ch](http://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](mailto:j.barras@barras-charpente.ch)  
[www.barras-charpente.ch](http://www.barras-charpente.ch)



Pour une production locale

Nous formons des apprentis



Brevet Fédéral

Partenaire

