



Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS LA GRUYÈRE 02-2021

FÉVRIER 2021



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





Messerli Groupe

Auto Electricité - Radiocommunication

MSG Solutions Sàrl - www.messerli-groupe.com

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

Location radios

Pneus été - hiver

Garage multimarque

Radio, pager, balises Spot

Tomtom

Mains libres Parrot

Changement pare-brise

Diagnostic

Casques bucherons

Petzl

Eclairage LED

RAG

Climatisation

Système homme mort



MAMMUT
SWISS 1862



ENVIE DE CHANGER D'AIR?

rue Albert Rieter 10 / Bulle

026 913 92 10



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 : 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

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

Infos utiles 01

Editorial 03

Cabanes de la section 05

Reflets de la section 11

**Procès-verbal
de l'assemblée générale
ordinaire 2020 12**

Groupement jeunesse 15

Courses de la section 21

Récit de course 43

PHOTO DE COUVERTURE

Plaisir de l'hiver !
Merci à l'auteur inconnu | Février 2018

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

PASCAL MONTELEONE, PRÉSIDENT

Voilà, je prends la plume en tant que nouveau président du CAS La Gruyère. Oui, au terme d'une assemblée générale tenue par correspondance, vous m'avez élu à la tête de notre section. Je vous remercie pour la confiance que vous me témoignez, je suis enthousiaste et motivé, prêt à relever ce défi passionnant. Le comité se renouvelle aussi quelque peu, puisque vous avez également nommé Jacqueline Cotting-Currat nouvelle vice-présidente et Michèle Widmer-Lauper nouvelle préposée aux membres.

J'ai beaucoup de chance. La chance de me retrouver à la tête d'un gros bateau certes, mais d'un bateau solide, doté d'un équipage engagé, sûr, bien rôdé et performant, à qui la besogne ne fait pas peur. Je suis admiratif envers toutes ces personnes hommes et femmes, jeunes et moins jeunes qui s'engagent sans compter et de manière bénévole pour faire vivre notre section. Du chef du groupement jeunesse à tous les responsables de nos six cabanes ; de notre préposée au bulletin mensuel «Le Bouquetin» à nos quelque 60 chefs de courses ; de nos deux préposés aux courses et formations au webmaster ; des quelque 150 gardiens de cabanes à notre préposé aux finances ; du responsable du stamm à tous les membres de la commission du sauvetage ; de notre préposé aux cabanes à notre dévouée secrétaire, tous méritent un immense coup de chapeau. Chacun à sa place et avec ses compétences propres assume une tâche essentielle sans laquelle notre section n'avancerait plus. A tous, merci.

A l'aube de mon mandat, je souhaite formuler trois souhaits. Premièrement que vous tous, membres, trouviez dans notre programme des « courses et formations »



de quoi satisfaire vos demandes et vos envies, en été comme en hiver, avec des souliers de randonnée, des chaussons d'escalade, des skis, des crampons ou des raquettes, le tout en toute sécurité et sous la conduite de chefs de courses formés et compétents. Deuxièmement que chacun, membre ou non membre, de tout âge et de toute origine, rencontre un accueil chaleureux et de bonnes conditions d'hébergement dans toutes les cabanes de notre section. Troisièmement que tous, membres du comité, responsables des cabanes, chefs de courses ou participants trouvent plaisir et épanouissement personnel dans toutes les activités du club. C'est avec ces idées en tête que le comité œuvrera.

Malgré la situation sanitaire préoccupante du moment et les conséquences qu'elle inflige à nos activités, je vous souhaite une belle suite de saison hivernale et d'ores et déjà un beau printemps. Prenez soin de vous, je me réjouis de vous rencontrer quelque part en montagne.

CHARDONNENS BOISSONS

Boissons
Corboz
S.A.

Chez
Bacchus
VINO THÈQUE

Chardonnens Boissons SA / www.chardonnens-boissons.ch

Boissons Corboz SA / www.boissons-corboz.ch

depuis

2007

Lucien Carrel

079 767 75 50

Tavillons
Toitures
Façades

1627 Vaulruz - anciennement Camille Charrière



www.lucien-carrel.ch



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

Cabanes de la section

Toutes nos cabanes sont fermées jusqu'à la fin du mois de février, en raison des mesures prises par nos autorités fédérales. Vous pouvez toujours consulter notre site internet qui est remis à jour au fur et à mesure de l'évolution des conditions sanitaires.

CABANE DE L'OBEREGG

1818 m

MARS

Week-end	06 - 07	Piccard Jean-Marc
Week-end	12 - 13	Christian Maillard et Stewe Rumo
Week-end	20 - 21	Sturny Daniel
Week-end	27 - 28	Caroline et Yvan Crettenand



INFOS CABANE

Situation

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

Coordonnées

2 591 420/1 157 800 –
CN 1246 Zweisimmen

Restauration

Soupe, boissons chaudes ou froides, pas de restauration, cuisine à disposition pour mets simples. Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place.

Réservation/information

Stewe Rumo
079 252 13 94
oberegg@cas-gruyere.ch

Gardiennage

Le week-end du samedi 14 h
au dimanche 16 h.

Pour les clés

Prendre contact
avec Charly Girard
079 391 35 20



OXYGENE
MONTAGNE



GUIDES
MONTAGNE

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



www.o2montagne.ch

EXPED



votre magasin spécialisé

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



**MAURICE BEAUD FILS
CONSTRUCTIONS SA**

charpente - menuiserie - rénovations

CONSTRUCTEUR BOIS
DEPUIS 1897

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

www.beaud-mbf.ch

Merci aux gardiens qui étaient prêts à garder en février, mais des jours meilleurs reviendront, alors n'hésitez pas à vous annoncer pour un autre week-end en 2021 ou 2022. L'agenda de gardiennages 2022 peut être visualisé sur le site.

MARS

Week-end	06 - 07	Jean-Daniel et Babeth Chenaux
Week-end	13 - 14	Eltschinger - Schafer - Purro
Week-end	20 - 21	Bernard Bussard, Dodo, Wiwi
Week-end	27 - 28	Gallianne Monin
Semaine	29 - 02	Isabelle-Loyse Gremaud et Noé Roulin

Un week-end de gardiennage aux Clés est un week-end de bonheur. Plusieurs dates sont encore libres en avril, notamment pour les semaines de vacances, et en mai pour les week-ends. Consultez le calendrier des gardiennages sur le site www.cas-gruyere.ch → cabanes → cabane des Clés → ouverture/ gardiennage → calendrier mensuel de gardiennage
Merci à toutes les bonnes volontés qui se présenteront pour prendre un gardiennage. Annoncez-vous chez Mathilde, tél. 079 657 97 92 ou par e-mail à cles@cas-gruyere.ch



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'Ex

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



PHOTO: M. P. / VISUALS UNLIMITED

Route du Briez 73
1628 VUADENS
026 912 74 75

sports cycles 
dupasquier
vuadens

www.dupasquier-sports.ch

notre
expérience
a choisi
la qualité



CABANE DES PORTES

1218 m

MARS

Mercredi	03	Libre
Week-end	06 - 07	Rachel et Bertrand Pugin
Mercredi	10	Jean-Louis Romanens et René Vallélian
Week-end	13 - 14	André Pauchard et Simon Bach
Mercredi	17	Bernard Bussard et Dodo Menoud
Week-end	20 - 21	Christian Félix
Mercredi	24	René Vallélian et Louis Gremaud
Week-end	27 - 28	Libre
Mercredi	31	Tobie Gremaud et René Ottoz

**INFOS CABANE****Situation**

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

Restauration/hébergement

Soupe, boissons chaudes ou froides, vin, bière et spiritueux. Pas de restauration, cuisine à disposition. Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place. 10 places en dortoirs avec duvets nordiques.

Réservation/information

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

Gardiennage

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

Coordonnées

2 565 900/1 159 900 –
CN 1224 Moudon

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

monferini
BULLE

CONSTRUCTION www.monferini.ch

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

**SAUDAN
TINGUELY**
ARCHITECTES SÀRL

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

entreligne graphisme & édition



Le livre pour reprendre confiance en soi
Apprendre et réussir, c'est d'abord
avoir confiance en soi...
(pour les enfants de 5 à 95 ans)

Par l'auteur
de la méthode
Cap sur la
confiance®

Renseignements et vente sur www.entreligne.ch



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

Reflets de la section

ADMISSIONS

Butticaz Katia, route de la Prela 213, **Fiaugères**

Clerc Michel, impasse du Grand Pré 37, **Rossens**

Corbaz Maria, Le Perrevuet, **Marsens**

Ecabert Bastien, route de Russille 30, **Avry-devant-Pont**

Favre Nicolas, rte de Fort-St-Jacques 131, **Villars-sur-Glâne**

Fontaine Audrey, avenue du Fey 7, **Moudon**

Gachoud Pierre-Hubert, route de la Pâla 123, **Bulle**

Gaillet Antoine, rue du Tilleul 1-3, **Fribourg**

Hugonnet Marcia, rue de Corbières 49, **Bulle**

Joye Ronald, route de Payerne 33, **Middes**

Knuchel Flavien, chemin de la Bergère 2, **Le Pâquier**

Kolly Isabelle, chemin de Mivy 1, **Villarlod**

Lemaire Maéva, rte de Champ-Thomas 99, **Châtel-St-Denis**

Maillard Nathan, chemin des Crêts 61, **Bulle**

Monney Jacqueline, ch. de Chalamala 38, **Bulle**

Monney Guy, chemin de Chalamala 38, **Bulle**

Pittet Nicole, chemin du Gibloux 17, **Bulle**

Raboud Elsa, rue de Gruyères 67, **Bulle**

Rouiller-Monay Bastien, route du Chêne 46, **Bex**

Roux Gaëtan, Feldstrasse 98, **Zürich**

Sallin Carole, impasse du Grand Pré 37, **Rossens**

Soerensen Fanny, route de Savignière 26, **Cresuz**

Voirol Anaïs, chemin de Planchasse 4, **Villarvolland**

Voltz Myriam, route de Blessoné 14, **Botterens**

ADMISSIONS GJ

Dey Nathan, ruelle de l'Aurore 18, **Riaz**

Diserens Lucas, Les Charmilles 96, **Semsaies**

Massy Ludovic, route de la Perrausa 10, **Riaz**

Pasquier Colin, Bocherens 14, **Echarlens**

Pasquier Lucie, rue du Tir 5, **Broc**

Tornare Sylvain, Pra Gremaud 24, **Charmey**

Voltz Hugo, route de Blessoné 14, **Botterens**

Voltz Robin, route de Blessoné 14, **Botterens**

ACTIVITÉS DU MOIS

LES ACTIVITÉS DE DÉCEMBRE SERONT PUBLIÉES DANS LE BOUQUETIN DE MARS

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, papa de Christine Ruffieux, beau-papa de Gérald et Michel Ruffieux, membres ;
Denise Brodard, maman et belle-maman d'André et de Prisca Brodard, membres ;
Michel Colliard, membre quarantenaire.



NAISSANCE

Nous avons le plaisir de féliciter les heureux parents de :

Juliette, qui a vu le jour dans le foyer d'Emilie et Guillaume Jaquet à Gruyères, membres ;
Oscar, qui a vu le jour dans le foyer d'Aline et de Pierre-Alain Hayoz à Charmey, membre.

Nous leur souhaitons beaucoup de bonheur !

Procès-verbal de l'assemblée générale ordinaire 2020

Rédaction : Pascal Monteleone, président

Conformément aux mesures destinées à lutter contre le Covid-19 édictées par les autorités fédérales et cantonales, l'assemblée générale ordinaire prévue le 12 décembre 2020 a été supprimée et remplacée par une assemblée par correspondance.

A cette fin, un bulletin spécial Assemblée générale 2020 a été édité. Ce bulletin contenait une explication quant au déroulement de l'assemblée par correspondance, le rapport du président, les rapports des quatre commissions permanentes, la présentation du bilan au 31.10.2020 et du compte de résultat 2020, le rapport des réviseurs, une présentation des candidates au comité ainsi que le programme 2021 des courses de la section et du Groupement jeunesse. Il contenait également un bulletin de vote ainsi qu'une enveloppe-réponse préaffranchie au nom de l'expéditeur. Ce bulletin spécial Assemblée générale 2020 fait partie intégrante du présent PV.

Les jubilaires traditionnellement honorés à l'assemblée générale ont été listés dans le Bouquetin 12-2020, leurs médailles et diplômes leur ont été envoyés par la poste. 391 bulletins de vote valables ont été retournés à l'adresse de la section dans les délais impartis. Les bulletins de vote ont été dépouillés par les réviseurs Maurice Beaud et Jean-François Vienny.

Ordre du jour :

1. Approbation du procès-verbal de l'assemblée générale du 14 décembre 2019
2. Rapport du président
3. Rapports des commissions
4. Comptes de la section et bilan au 31.10.2020
5. Rapport des vérificateurs
6. Approbation des rapports et des comptes annuels, décharge au comité
7. Elections statutaires
8. Approbation du programme 2021 des courses de la section et du Groupement jeunesse

1. Approbation du procès-verbal de l'assemblée générale du 14 décembre 2019

Décision : Le procès-verbal de l'assemblée générale du 14 décembre 2019 est approuvé à l'unanimité (8 abstentions).

2. Rapport du président

Le président relève que l'année 2020 restera dans nos mémoires comme celle du COVID avec fermeture partielle des cabanes et suspension partielle du programme des courses. Malheureusement plusieurs événements ont dû être annulés. Si l'année a été difficile, elle peut être qualifiée de bonne avec des finances saines et une augmentation du nombre des membres. Le président remercie toutes les personnes qui ont œuvré à la bonne marche de la section.

Le rapport complet du président figure dans le bulletin spécial Assemblée générale 2020.

3. Rapports des commissions

Le rapport des préposés aux courses et à la formation, le rapport du président du Groupement jeunesse, le rapport des cabanes et le rapport du préposé au sauvetage figurent tous dans le bulletin spécial Assemblée générale 2020.

4. Comptes de la section et bilan au 31.10.2020

Les comptes de l'exercice bouclent avec un bénéfice de CHF 59'681.85. Les cotisations et dons, les contributions de la Loterie Romande ainsi que les produits extraordinaires (contribution des biens culturels pour le toit des Marindes) sont les principales ressources financières de la section. Le bulletin mensuel constitue le poste de frais le plus important. La fortune nette se monte à CHF 543'351.95.

Le détail du bilan et des comptes 2020 figure dans le bulletin spécial Assemblée générale 2020.

5. Rapport des vérificateurs

Les vérificateurs proposent d'approuver les comptes pour la période 2019-2020 et d'en donner décharge au comité.

Le rapport des vérificateurs figure dans le bulletin spécial Assemblée générale 2020.

6. Approbation des rapports et des comptes annuels, décharge au comité

Décisions : Les rapports annuels de l'exercice 2020 (Président, préposés aux courses et à la formation, président du Groupement jeunesse, préposé au sauvetage) sont acceptés à l'unanimité (1 abstention).

Les comptes de l'exercice 2020 se soldent par un bénéfice de CHF 59'681.85 ainsi que le bilan au 31.10.2020 sont acceptés à l'unanimité (1 abstention).

L'assemblée générale donne à l'unanimité (1 abstention) décharge au comité pour sa gestion de l'exercice 2020.

7. Elections statutaires

Décisions : Les membres du comité qui se représentent (Bosson Eloi, Charrière Roland, Dupasquier Colette, Fragnière Emilie, Grandjean Francis, Hunziker Steve, Konrad Johannes, Monteleone Pascal, Ryf Yvan, Savoy Michel) sont élus à l'unanimité (1 abstention) pour un nouveau mandat d'un an.

Jacqueline Cotting-Currat est nommée à l'unanimité nouvelle membre du comité et vice-présidente.

Michèle Widmer-Lauper est nommée à l'unanimité (3 abstentions) nouvelle membre du comité et préposée aux membres.

Pascal Monteleone est nommé à l'unanimité (1 abstention) au poste de président de la section.

Pierre-André Kolly est nommé à l'unanimité (2 abstentions) au poste de vérificateur suppléant.

8. Approbation du programme 2021 des courses de la section et du Groupement jeunesse

Décision : Le programme 2021 des courses de la section et le programme 2021 des courses du Groupement jeunesse sont acceptés à l'unanimité (4 abstentions).



Fixez
maintenant
un entretien
conseil

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

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

RAIFFEISEN

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



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

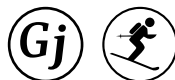
Gj Groupement jeunesse

Les informations concernant les courses sont sujettes à des changements en fonction de l'évolution de la situation sanitaire liée au COVID, veuillez consulter notre site internet où vous trouverez les dernières informations et les éventuels changements .

Vanil Carré

SAMEDI 6 FÉVRIER

PD



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Situation/altitude

Préalpes / Château-d'Oex 1245

Subsistance

Pique-nique tiré du sac

Matériel

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

Dénivelé, heures de marche

Env. 1400 m dénivelé positif

Exigence physique

C - exigeante

Coût approximatif

CHF 10.- transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max participants

6

Chef de courses

Nicolas Dreyer, 079 682 30 55

Délai d'inscription

Au jeudi 4 février

Itinéraire choisi

Depuis Grandvillard par le versant N (jusqu'au sommet d'hiver uniquement). Longs passages à 33°



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

Module ski débutant 1: Pied de la Wandflue



DIMANCHE 7 FÉVRIER

F

Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Matériel

Skis de randonnées, peaux de phoques, bâtons, DVA, sonde et pelle pouvant être prêtés par le GJ si vous n'en avez pas. Lunettes de soleil, crème solaire, habits chauds. Pique-nique et thermos de thé

Dénivelé, heures de marche

650 m de dénivelé 2 heures de montée

Exigence physique

A - peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par courriel

Instructions d'inscription

patrick_barbey@bluewin.ch

Nbre max participants

6

Chef de courses

Patrick Barbey, 079 286 51 22

Délai d'inscription

Jeudi 4 février

Itinéraire choisi

Montée sur l'itinéraire normal de la Wandflue. Nous nous arrêterons sur le poyet avant l'attaque du sommet. Descente par le même itinéraire.

Remarques/descriptif

Cette course est la première sortie du module ski débutant. L'inscription à cette course implique une participation à tous les modules suivants (3 sorties en tout) avec une progression au fur et à mesure des courses - 7 février - 6 mars - 10-11 avril



Tsermon

SAMEDI 13 FÉVRIER

AD

|||||



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Matériel

Matériel de ski de randonnée + DVA, pelle, sonde, couteaux, crampons

Dénivelé, heures de marche

1300 m de dénivelé

Exigence physique

B - plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 10.- transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Par téléphone au 079 287 40 70

Nbre max participants

6

Chef de courses

Laurent Scheurer, 079 287 40 70

Chef de courses adjoint

Johann Grandjean, 077 204 05 43

Période d'inscription

Du lundi 8 au jeudi 11 février

Itinéraire choisi

Montée par le col de Tsermon ou par le col de Bounavallette selon les conditions, puis descente par Motélon

Initiation à ski de randonnée

DIMANCHE 14 FÉVRIER

PD

|||||



Lieu et heure de départ

Stamm CAS à 8 h

Substance

Course d'une journée

Matériel

Complet de randonnée à ski + DVA, pelle, sonde

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

CHF 10.- Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone au 079 667 12 56

Chef de courses

Jean-Bruno Pugin, 079 667 12 56

Chef de courses adjoint

Joël Pugin,

Délai d'inscription

Vendredi 12 février

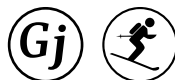
Itinéraire choisi

Région Préalpes Fribourgeoises

Camp de carnaval GJ au Simplon

LUNDI 15 AU VENDREDI 19 FÉVRIER

PD



Lieu et heure de départ

Stamm Bulle à 8 h

Subsistance

Pique-nique du premier jour

Matériel

Matériel complet de ski de randonnée, sac de couchage, sac à viande, habits de rechange pour le soir. Une liste du matériel sera envoyée aux personnes inscrites.

Dénivelé, heures de marche

La longueur des sorties sera adaptée au niveau des participants.

Exigence physique

A - peu exigeante

Coût approximatif

CHF 300.- transport et logement

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

Veuillez svp vous inscrire via le site de la section svp. Pour plus de renseignements vous pouvez m'atteindre au 079 223 26 52 un soiré uniquement jusqu'à 20 h

Nbre max participants

7

Chef de courses

Alexandre Castella, 079 223 26 52

Délai d'inscription

Vendredi 5 février

Itinéraire choisi

6 jours de ski de randonnée dans la région où la neige sera présente, si tout va bien à l'hospice du Simplon, sinon ailleurs. Veuillez svp vous inscrire jusqu'au 31 janvier, le nombre de participants est limité à 7 pour autant que les règles COVID ne changent pas d'ici là.

Remarques/descriptif

Une fois la liste des participants établie, une liste du matériel sera envoyée à chacun, avec aussi les détails techniques du séjour. La finance d'inscription est de CHF 300.- puis un décompte précis sera effectué à la fin du camp.



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, claudio.noll@bluewin.ch



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

Module ski moyen/avancé 1 : Witteberghore



SAMEDI 20 FÉVRIER

AD

Lieu et heure de départ

Stamm Bulle à 7 h 30

Matériel

Equipement peau (DVA ; pelle, sonde) avec couteaux

Dénivelé, heures de marche

4h montée, 1 h descente

Exigence physique

B - plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 10.-

Chef de courses

Rainer Frick, 079 372 54 93

Période d'inscription

Du lundi 1^{er} au jeudi 18 février

Itinéraire choisi

Witteberghore 2350 m. Départ à Gstaad - Meielsgrund - Obere Meiel - sommet et retour. Belle sortie d'une journée dans les Préalpes Bernoises de Gstaad.

Remarques/descriptif

Cette course est la première sortie du module ski moyen/avancé. L'inscription à cette course implique une participation à tous les modules suivants (3 sorties en tout) avec une progression au fur et à mesure des courses - 20 février - 27-28 mars - 24-25 avril.





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

ewatra.ch

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

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



Sports et Loisirs

Avry-devant-Pont

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

Rte de l'Eglise 19
026 915 12 42



SPORTS
a v e n t u r e s

SKI
RAQUETTES
SNOWBOARDING
RANDONNÉE

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 ROMONT/FR
T 026 852 26 41 / F 026 852 40 42 / SPORTS-AVENTURES SA
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

S Courses de la section

Information importante liée au COVID 19

Pour tous

Aux participants aux courses et formations : afin de lutter contre la propagation du COVID 19, la traçabilité des participants à nos courses et formations est garantie.

Aussi, si l'un de vous devait être testé positif à ce virus après avoir fréquenté une de nos courses ou formations, il a l'obligation de prendre contact avec l'un des préposés aux courses. Ces derniers mettront en place les mesures prévues.

Les informations concernant les courses sont sujettes à des changements en fonction de l'évolution de la situation sanitaire liée au COVID, veuillez consulter notre site internet où vous trouverez les dernières informations et les éventuels changements .

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



Randonnées à la carte

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

Rendez-vous chaque mardi à 8 h 30, au parking du terrain de foot à La Tour-de-Trême.

Randonnées légères à la carte

Les randonnées habituelles vous paraissent trop astreignantes? Chaque jeudi, retrouvez les clubistes qui souhaitent randonner gentiment, sans trop de dénivelé. Le but est fixé selon les conditions du moment et les envies des participants. Ces courses ne dépassent pas les niveaux T2 ou S2.

Rendez-vous chaque jeudi à 9 h au parking du terrain de foot à La Tour-de-Trême.

Plan de la Douve

SAMEDI 6 FÉVRIER

PD



Lieu et heure de départ

Duvillard à Epagny à 8 h

Dénivelé, heures de marche

1200 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Uniquement par téléphone

Chef de courses

Jean-Claude Perroud, 079 230 68 35

Délai d'inscription

Jeu 4 février

Itinéraire choisi

Gérignoz - La Douve - Tête de Minaude

Pointe de Tourtemagne 3081 m / Face SW

SAMEDI 6 FÉVRIER

PD



Lieu et heure de départ

Parking CO2 à 6 h

Situation/Altitude

St-Luc VS

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Matériel complet de randonnée à ski avec couteaux, DVA, sonde, pelle.

Dénivelé, heures de marche

Montée 3 h 30 à 4 heures, +1400 m, ski S3

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport

Instructions d'inscription

Merci de me communiquer votre numéro de portable

Nbre max participants

6

Chef de courses

Gérard Monney, 079 617 43 54

Chef de courses adjoint

Laurent Python, 079 285 37 89

Itinéraire choisi

Très beau panorama sur les 4000 valaisans. Départ de St-Luc, montée par Combavert, Lac du Toûno.



Bürгле

DIMANCHE 7 FÉVRIER

D



Lieu et heure de départ

Le Mouret, école à 8 h

Situation/Altitude

253 S

Substance

Pique-nique

Matériel

Complet de randonnée à ski

Dénivelé, heures de marche

700 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Chef de courses

Jean-Michel Niklès, 079 376 70 37

Cheffe de courses adjointe

Chantal Python Niklès, 079 385 15 91

Itinéraire choisi

La descente par le couloir Nord ne se fera que par bonnes conditions.

Le Van

DIMANCHE 7 FÉVRIER

PD



Lieu et heure de départ

Lieu à définir à 7 h

Situation/Altitude

Préalpes

Substance

Pique-nique

Matériel

Standard rando à ski

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone ou SMS

Nbre max participants

8

Chef de courses

Sébastien Dousse, 079 628 76 05

Délai d'inscription

Samedi 6 février

Itinéraire choisi

Grandvillard - Le Van, +1200 m



Le Pila

DIMANCHE 7 FÉVRIER

PD

=====



Lieu et heure de départ

Parking CO2 La Tour-de-Trême à 8 h

Matériel

Complet de randonnée à ski (+ DVA, pelle, sonde), crampons + piolets selon conditions, on va vous redire

Dénivelé, heures de marche

900 m de dénivelé, 3 heures de marche pour la montée avec un rythme tranquille 1 heure pour la descente.

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

CHF 10.- Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Uniquement par téléphone, 079 205 85 96

Nbre max participants

8

Chef de courses

Steffen Steinhauser, 079 205 85 96

Délai d'inscription

Samedi 6 février

Itinéraire choisi

Depuis la gare d'Allières, on va monter direction NO jusqu'aux chalets de Combe d'Allières. Ensuite, on va continuer dans la même direction jusqu'au chalet de Joux des Heures. On va toujours continuer direction NO pour franchir le premier passage clé qui nous mène à la combe de Pierre Perchia. On va monter au sommet par un couloir étroit (2^e passage clé) en direction N. Descente par le même itinéraire.

Tour de Famelon

JEUDI 11 FÉVRIER

PD

=====



Lieu et heure de départ

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

Matériel

Matériel ski rando complet (DVA, pelle, sonde, couteaux à glace), habits chauds, thermos et casse-croute, lunettes et crème solaire, casque

Dénivelé, heures de marche

+1180 m / -1180 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 15.- Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max participants

10

Chef de courses

Pascal Monteleone, 079 669 95 63

Délai d'inscription

Mardi 9 février

Itinéraire choisi

Le Sépey - Pierre du Moëllé - Tour de Famelon - Le Fer - Le Sépey

Allières-l'Étivaz



JEUDI 11 FÉVRIER

AD

=====

Lieu et heure de départ

Albeuve - en face de l'Auberge de l'Ange à
6 h 30

Substance

Pique-nique

Matériel

De rando, DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

Environ +1850 m et -1950 m, 8 heures

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport voiture + train et bus

Renseignements/inscription

Uniquement par téléphone

Nbre max participants

8

Chef de courses

Maurice Beaud, 079 549 47 45

Chef de courses adjoint

Jean-Marc Angéloz, 079 723 68 29

Période d'inscription

Du samedi 6 au mardi 9 février

Itinéraire choisi

Gare d'Allières - gare de Jaman (train) -
Rochers de Naye - Chaude - Planachaux -
Monts Chevreuils - Devant de l'Étivaz

Remarques/descriptif

Pour prendre les billets de train et de bus,
applications CFF ou FAIRTIQ fortement
conseillées

Col des Étroits



JEUDI 11 FÉVRIER

WT2

=====

Lieu et heure de départ

Terrain de foot La Tour à 8 h

Matériel

Standard de randonnée à raquettes + DVA,
pelle et sonde

Dénivelé, heures de marche

+420 m / -410 m / 5 h 15 environ

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Cheffe de courses

Antoinette Bussard, 079 253 45 71

Délai d'inscription

Mardi 9 février

Itinéraire choisi

Départ au col des Étroits, Mont de la
Chèvre, Les Granges-Jaccard, L'Auberson,
La Gitaz-Dessous, Mont des Cerfs et col des
Étroits. Course en boucle

Remarques/descriptif

Passage à 8 h 15 au parc Champs-Fleuris à
Matran

Col de Bréona

SAMEDI 13 FÉVRIER

PD

|||||



Lieu et heure de départ

Place de co-voiturage de Vaulruz à 6 h 30

Matériel

Matériel de rando avec couteaux.

Dénivelé, heures de marche

1260 m de dénivelé, col à 2915 m

Montée en 3-4 heures

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max participants

10

Cheffe de courses

Jacqueline Cotting-Currat, 079 725 26 37

Délai d'inscription

Dimanche 7 février

Itinéraire choisi

Val d'Hérens, cadre magnifique.



Tête à Josué

SAMEDI 13 FÉVRIER

PD

|||||



Lieu et heure de départ

Duvillard Epagny à 8 h

Dénivelé, heures de marche

1000m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

David Sciboz, 079 674 68 66

Chef de courses adjoint

Jean-Claude Perroud, 079 230 68 35

Schafarnisch-Märe

DIMANCHE 14 FÉVRIER

AD

|||||



Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h 30

Dénivelé, heures de marche

1300 m S3/S4

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

CHF 20.- Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

Indiquez votre n° de portable

Nbre max participants

8

Chef de courses

Roland Charrière, 079 199 95 32

Délai d'inscription

Vendredi 12 février

Itinéraire choisi

Parking (1193 m) col de Chüearnisch (1826 m) sommet du Schafarnisch (2107 m) descente sur Richisalp (1741 m) et remontée sur Märe (2091 m). Retour au parking par la face W.

Initiation ski / Course 2 (Wandflue)

DIMANCHE 14 FÉVRIER

PD

|||||



Lieu et heure de départ

Parking CO2 La Tour à 8 h

Matériel

Matériel de ski de rando complet, DVA, pelle, sonde, couteaux, habits chauds, thermos et pique-nique, lunettes, crème solaire, casque.

Dénivelé, heures de marche

+800 m /-800 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Nbre max participants

8

Chef de courses

Jean-Marc Angéloz, 079 723 68 29

Cheffe de courses adjointe

Florence Luy, 079 293 53 08

Délai d'inscription

Jeu di 11 février

Itinéraire choisi

Course relativement facile, si ce n'est la partie sommitale, avec un couloir assez raide.

Reidigen

JEUDI 18 FÉVRIER

AD

=====



Lieu et heure de départ

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

Substance

Pique-nique

Matériel

De ski de randonnée + DVA, sonde, pelle

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé 1000 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Inscription jusqu'à 12 h
par téléphone

Chef de courses

Jean-Claude Mauron, 079 710 67 34

Itinéraire choisi

Jaun, Rächenstett, Rohrbode, Garte

Initiation ski / Course 3 (Palanche de la Creta)

SAMEDI 20 FÉVRIER

F

=====



Lieu et heure de départ

Parking CO2 à La Tour à 7 h

Matériel

Matériel ski de rando complet, DVA, pelle, sonde, couteaux, habits chauds, thermos et pique-nique, lunettes, crème solaire, casque

Dénivelé, heures de marche

+1100 m / -1100 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Nbre max participants

8

Cheffe de courses

Florence Luy, 079 293 53 08

Chef de courses adjoint

Jacques Maillard, 077 473 14 85

Délai d'inscription

Lundi 15 février



Bäderhorn

SAMEDI 20 FÉVRIER

AD



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Dénivelé, heures de marche

3 heures de montée

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Francis Dévaud, 079 256 80 66

Délai d'inscription

Jeudi 18 février



Traversée Bellegarde-Grandvillard

DIMANCHE 21 FÉVRIER

PD



Lieu et heure de départ

Ecole Duvillard (Epagny) à 6 h 30

Matériel

Complet de randonnée à ski

Dénivelé, heures de marche

2400 m

Exigence physique

D - Très exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max participants

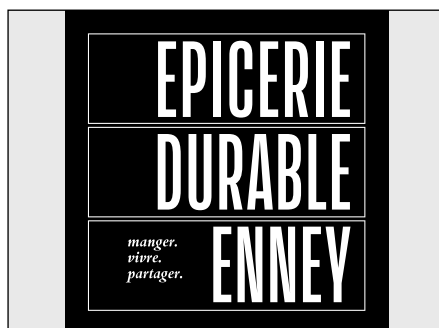
8

Chef de courses

Jean-Michel Niklès, 079 376 70 37

Cheffe de courses adjointe

Chantal Python Niklès, 079 385 15 91



Gros Brun

DIMANCHE 21 FÉVRIER

AD



Lieu et heure de départ

Lieu à définir à 7 h

Situation/Altitude

Préalpes

Substance

Pique-nique

Matériel

Standard rando à ski

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone ou SMS

Nbre max participants

8

Chef de courses

Sébastien Dousse, 079 628 76 05

Période d'inscription

Du lundi 15 au samedi 20 février

Itinéraire choisi

Les Reposoirs - Gros Brun +1050 m

Leysin – Solacyre

DIMANCHE 21 FÉVRIER

WT1



Lieu et heure de départ

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

Substance

Pique-nique

Matériel

Raquettes, DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

+/-360 m éventuellement un peu plus

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Cheffe de courses

Mathilde Auer, 079 657 97 92

Délai d'inscription

Samedi 20 février

Remarques/descriptif

Parcours balisé avec vue panoramique magnifique



La Patta (depuis Valsainte ou Lac Noir)



JEUDI 25 FÉVRIER

WT2

Lieu et heure de départ

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

Dénivelé, heures de marche

+600 m / -600 m, 8.2 km, environ 4 h 40

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Chef de courses

Jean-Louis Kolly, 079 331 49 53



Bürglen



JEUDI 25 FÉVRIER

PD

Lieu et heure de départ

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

Matériel

De randonnée à ski, DVA, pelle et sonde

Dénivelé, heures de marche

+800 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Mercredi 24 février à 17 h

Chef de courses

Romain Chofflon, 079 293 41 09

Itinéraire choisi

Depuis Underi Gantrischhütte

Remarques/descriptif

Rendez-vous à La Tour-de-Trême ou à
8 h 50 au Mouret, halle de sport

Tête à Josué

JEUDI 25 FÉVRIER

PD

|||||



Lieu et heure de départ

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

Dénivelé, heures de marche

Env. 900 m de montée

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Matériel

De randonnée à ski, DVA, pelle et sonde

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max participants

10

Chef de courses

Jacques Maillard, 077 473 14 85

Délai d'inscription

Mercredi 24 février

Itinéraire choisi

Montée depuis le Plan de l'Ouge, descente sur le Pâquier Mottier

Vallée de Conches – 3 jours

VENDREDI 26 AU DIMANCHE 28 FÉVRIER

PD

|||||



Course annulée en raison du COVID 19

Sortie pleine lune aux Clés

VENDREDI 26 FÉVRIER

WT1

|||||





Tête à Josué

Initiation ski / Course 4 (Reidigen)



SAMEDI 27 FÉVRIER

F

Lieu et heure de départ

Parking Piscine de Broc à 7 h

Substance

Pique-nique tiré du sac

Matériel

Matériel ski de rando complet + DVA, pelle, sonde, couteaux à glace. Lunettes, casque. Habits chauds, thermos et pique-nique.

Dénivelé, heures de marche

2 heures et demie de montée, 1000 m de dénivelé

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Nbre max participants

5

Chef de courses

Eric Barras, 079 261 15 82

Chef de courses adjoint

Philippe Bussard, 077 524 68 47

Délai d'inscription

Mercredi 24 février

Itinéraire choisi

Depuis Bellegarde, montée tranquille avec 1000 m de dénivelé



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.



Grand-Rue 21



TREZZINI
CONCIERGERIE

Rte de Morlon 45
1630 Bulle

Brevet fédéral

Tél. (24 h/24): 026 / 919 30 00
www.trezzini-conciergerie.ch
office@trezzini-conciergerie.ch

La BCF, partenaire de vos loisirs.



www.bcf.ch



Banque Cantonale
de Fribourg

simplement ouvert

Gstellhorn

SAMEDI 27 FÉVRIER

AD

=====



Lieu et heure de départ

Parc du CO2 La Tour-de-Trême à 7 h

Matériel

Complet de randonnée + DVA, pelle, sonde
+ prendre crampons.

Dénivelé, heures de marche

+1600 m, 12 km, 4 à 5 heures de montée,
aller-retour par le même itinéraire.

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max participants

8

Cheffe de courses

Jacqueline Cotting-Currat, 079 725 26 37

Délai d'inscription

Mardi 23 février

Itinéraire choisi

Prendre crampons (parfois nécessaires
pour le couloir), court portage des skis.

Ski de randonnée – module perfectionnement n° 2

DIMANCHE 28 FÉVRIER

PD

=====



Lieu et heure de départ

Stamm - Ch. de Bouleyre 79 à 6 h 30

Matériel

Ski de randonnée complet + DVA, pelle,
sonde et couteaux à glace. Prévoir aussi
une paire de crampons, un piolet et un
baudrier selon les conditions.

Dénivelé, heures de marche

1000 à 1100 m de dénivelé

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Frais de transport à répartir entre les
participants

Instructions d'inscription

Inscription lors de la première course du
module

Nbre max participants

10

Chef de courses

Claude Heckly, 079 398 06 44

Chef de courses adjoint

Bernard Wicky, 079 962 18 86

Itinéraire choisi

Arpelstock (3036 m) depuis le barrage du
Sanetsch.

Remarques/descriptif

S'agissant d'un module de perfectionnement, vous vous engagez ici à participer aux 3 sorties mises au programme. Le but de ce module est donner la possibilité aux participants de conduire et gérer une course en étant encadrés par des chefs de course. Les participants n'ayant pas encore participé à ce module sont prioritaires.



Tavillons

Charpente - Rénovation

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

Samuel Charrière
1628 Vuadens



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

Menuiserie Agencement



Denis Risse Sàrl

Une philosophie, une passion!

Fenêtre - Porte - Agencement
Cuisine - Parquet - Rénovation

079 371 07 76 www.denis-risse.ch

Pointe de Tsaté, 3078 m



JEUDI 4 MARS

PD

Lieu et heure de départ

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

Situation/Altitude

1/50000, 283 Arolla ; 1/25000, 1327 Evolène

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Complet de randonnée + DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé de 880 m en 3 heures environ en utilisant le télésiège ou dénivelé de 1350 m en un peu de 4 h 30

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport CHF 35.- environ

Renseignements/inscription

Par téléphone, par courriel

Chef de courses

Jean-Marc Angéloz, 079 723 68 29

Période d'inscription

Du mercredi 24 février au mardi 2 mars

Itinéraire choisi

La Forclaz - Remointse - Lac - Sommet

Plan de la Douve – Col de Base



JEUDI 4 MARS

PD

Lieu et heure de départ

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

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Complet de randonnée + DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé de 880 m pour Col de Base, dénivelé de 1070 m pour Plan de la Douve

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Jean-Claude Mauron, 079 710 67 34

Délai d'inscription

Mercredi 3 mars jusqu'à 12 h par téléphone

Itinéraire choisi

Gérignoz, Le Tabouset, point 1279, Plan de l'Etalle, La Case, Col de Base = peu difficile
La Case, point 2007, plan de la Douve = assez difficile

Remarques/descriptif

Possibilité de faire 2 équipes : une Plan de la Douve et l'autre Col de Base

MONNEY Eric

Poêles – Cheminées

Construction
Rénovation - réparation

1633 Marsens

079 637 70 86

www.monneycheminees.ch



Venez visiter notre

Vinothèque

Du Lu a.-m. au samedi matin

www.morand-vins.ch



Rue des Ecoles 15
1635 La Tour-de-Trême



www.futurformatic.ch

www.seydouxa.ch



gruyere-escapade.ch

ACTIVITE OUTDOOR - SORTIE ENTREPRISE - BON CADEAU

MA GREVIRE



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

www.magrevire-aol.ch

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

Horaire

Du lundi au vendredi

7h30 – 12h30

16h00 – 19h00

Samedi

8h00 – 12h30

Bunderspitz 2546 m

SAMEDI 6 MARS

PD

=====



Lieu et heure de départ

Parking CO2 La Tour à 6 h

Situation/Altitude

Adelboden

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Matériel complet de randonnée à ski avec
couteaux, DVA, sonde, pelle.

Dénivelé, heures de marche

Montée 4 à 5 heures, 1350 m de dénivelé

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par courriel, en ligne

Instructions d'inscription

Merci de me communiquer votre numéro
de portable

Nbre max participants

6

Chef de courses

Gérard Monney, 079 617 43 54

Chef de courses adjoint

Laurent Python, 079 285 37 89

Période d'inscription

Du lundi 1^{er} février au vendredi 5 mars

Itinéraire choisi

Jolie course sur un sommet à cheval
entre Adelboden et Kandersteg. Départ
Margelibrücke 1201 m ou de Bunderle
1381 m selon les conditions, montée par
Bonderalp.

Ski région Gemmi

SAMEDI 6 ET DIMANCHE 7 MARS

AD

=====



Lieu et heure de départ

Stamm ou à définir à 7 h

Matériel

Complet de randonnée à ski + DVA, pelle,
sonde

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 150.- Transport, cabane, év.
téléphérique

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

Pas de SMS, indiquez votre n° de portable

Nbre max participants

7

Chef de courses

Roland Charrière, 079 199 95 32

Période d'inscription

Du lundi 1^{er} au dimanche 28 février

Remarques/descriptif

Vaste région pour le ski de randonnée, nous
logerons à la cabane Lämmeren. Les som-
mets alentours ne manquent pas et seront
définis en fonction des participants et des
conditions.



MENUISERIE AGENCEMENT

Eloi Bosson Sàrl

Maîtrise Fédérale



Plafond Acoustique



Atelier de production



Façade lames en mélèze

1632 Riaz | 026 912 42 52

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



SUGNAUX
électroménager

Vente
Réparation
Conseils

Ch. de la Pépinière 56

1630 Bulle

T 026 912 92 42

N 079 285 04 76

F 026 912 92 41

sugnaux.electromenager@bluewin.ch

sugnaux-electromenager.ch

Pointe de Balachaux

SAMEDI 6 MARS

AD



Lieu et heure de départ

Stamm (Bulle) à 8 h

Subsistance

Picnic

Matériel

Matériel de ski de rando + DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

3 heures

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

CHF 15.- Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, par courriel, en ligne

Nbre max participants

7

Chef de courses

Bruno Parnet, 079 938 19 34

Période d'inscription

Du lundi 22 février au vendredi 5 mars

Itinéraire choisi

Le départ de la course se fait à Pré l'Essert (région de Charmey). L'itinéraire de montée est le versant SW de la Pointe de Balachaux. La descente se fait par le versant W.



PILLER & KRATTER SA

- CHAUFFAGE
- SANITAIRE
- TOITURE
- ETANCHEITE
- PARATONNERRE

1632 Riaz Tél. 026 / 912 98 04

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



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



Récit de course

Ussers Barrhorn 3610 m

SAMEDI 18 ET DIMANCHE 19 JUILLET 2020

Récit photographique



Course en aller et retour par la cabane Tourtemagne dans le Turtmantal

Lorsque le chef de courses Francis Grandjean annonce cette course, il parle du plus haut sommet dans les Alpes suisses atteignable à pied, sans crampons ! En effet, belle sortie alpine sans difficulté dans un cadre magnifique ! Personne ne s'est présenté pour écrire un récit mais de belles photos ont été

prises par plusieurs participants et nous avons envie de les partager avec vous, alors disons que les images parlent d'elles-mêmes ! *Voir également page 44*

Chef de courses : Francis Grandjean

Participants : Adam Olivier, Alexandra et Olivier Crausaz, André Charrière, Charlotte Linder, Christiane et Bernard Guinnard, Colette Dupasquier, Sandra et Grégoire Torche, Stéphane Pythoud.



Laiterie
DE
GRANDVILLARD
LAURENT PYTHON

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



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



Pour une production locale

Nous formons des apprentis



Brevet Fédéral

Partenaire

