



Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS LA GRUYÈRE

12-2022

DÉCEMBRE 2022



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





MAMMUT
SWISS 1862

ENVIE DE CHANGER D'AIR?

rue Albert Rieter 10 / Bulle
026 913 92 10



**MAURICE BEAUD FILS
CONSTRUCTIONS SA**

charpente - menuiserie - rénovations

CONSTRUCTEUR BOIS
DEPUIS 1897

PHOTO: J. BEAUD / 026 913 92 10



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

www.beaud-mbf.ch

Infos utiles

PRÉSIDENT

Pascal Monteleone,
Ch. des Noisetiers 5, 1666 Grandvillard
E-mail : presidence@cas-gruyere.ch

ADRESSE DU CLUB

Rue de Bouleyres 79, 1630 Bulle

SITES INTERNET

www.cas-gruyere.ch / www.gjgruyere.ch
E-mail : info@cas-gruyere.ch

LOCAL DE LA SECTION

Stamm, Chemin de Bouleyres 79, 1630 Bulle
Responsable : Ludivine Jordan, 079 620 39 14
E-mail : stamm@cas-gruyere.ch

RÉDACTION DU BULLETIN

Colette Dupasquier, route de Broc 20, 1663 Epagny
Tél. 026 921 28 51 ou 079 697 26 22
E-mail : bulletin@cas-gruyere.ch

GESTION DES MEMBRES

Michèle Widmer,
Chemin Pauvre-Jacques 1, 1630 Bulle
E-mail : registry@cas-gruyere.ch

CABANE DE BOUNAUAUX

Grandvillard
Responsables : Denis Bossel et Mireille Bella
Réservations: 079 332 04 68 ou 079 771 31 18

CABANE DES CLÉS

Molésou-sur-Gruyères
Responsables :
Francis Van Wynsberghe et Eloi Bosson
Réservation : 079 625 17 07

CABANE DES MARINDES

Charmey
Responsable : Pascal et Marie-Hélène Rausis
Réservation : 079 790 45 33

CABANE DE L'OBEREKG

Jaunpass
Responsable : William Dumas
Réservation : 079 224 58 46

CABANE DES PORTES

Vuadens
Responsables : Joël Bach et Jean-François Vienny
Réservation : 077 409 18 36

BIVOUAC DU DOLENT

La Fouly
Responsables :
Nicolas Bärtschi et Pascal Monteleone
Informations : 079 547 13 47 ou 079 669 95 63



Infos utiles 01

Editorial 03

Activités en cabane 07

Information importante
pour les gardiens
de cabanes 07

Cabanes de la section 09

Reflets de la section 14

Notre section fête
100 ans d'existence 16

Courses et formation 19

Formation adultes 20

Courses de la section 22

Récits de courses 31

PHOTO DE COUVERTURE

Oeschinensee
© Jean-Daniel Bosson | janvier 2021

IMPRESSION NUMÉRIQUE, OFFSET

Nous imprimons/découpons aussi en grand format !

**Affiches, posters, bâches, roll-up, papier peint personnalisé,
banderoles, autocollants, toiles 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

JACQUELINE COTTING, VICE-PRÉSIDENTE

Comme un oiseau

En 1972, Michel Fugain chantait : « J'ai peur du ciel et de l'hiver, j'ai peur des fous et de la guerre... comment peut-on vivre aujourd'hui, dans la fureur et dans le bruit, je ne sais pas je ne sais plus je suis perdu... ». Cependant son refrain était rempli d'optimisme.

Aujourd'hui, certes, nous n'avons pas d'ailes pour « aller plus haut » et voler comme un oiseau mais nous sommes capables d'adaptation en acceptant certains compromis. Conscient.e.s des enjeux écologiques, nous pouvons croire en nos capacités créatrices qui, si nous le voulons, nous apportent quelques solutions simples.

L'an prochain notre club fêtera son centième anniversaire. Ce sera l'occasion d'honorer le travail accompli par nos anciens mais également de poursuivre sur leur lancée en vous offrant des courses diversifiées.

Certaines sorties permettront de réduire notre bilan carbone en utilisant les transports publics. Elles seront dénommées « eco-resp ».

Observer et écouter les oiseaux, comprendre la formation des Alpes, analyser l'évolution de la faune, déguster des plantes comestibles, nettoyer le terrain ou encore donner une seconde vie à notre matériel de montagne, toutes ces sorties à thème « environnement » élargiront la palette des courses « eco-resp ».



Puisse chacune et chacun y trouver l'occasion d'aiguiser sa curiosité et d'y passer un bon moment. Communiquer, informer, partager nos idées, rester à l'écoute, ensemble nous avançons. Je tiens à remercier toutes les personnes bénévoles et motivées avec lesquelles nous avons pu dynamiser cet élan créatif.

En montagne, nos sens sont déployés et nous pouvons nous ressourcer, à l'image de l'oiseau qui embrasse le ciel, afin de rester optimistes et confiants. Continuons à admirer les aigles, buses, milans ou gypaètes qui dansent au-dessus des montagnes car ce sont eux qui nous inspirent le respect et nous donnent un élan vers une confiante année 2023.

Chères et chers membres de notre club, je vous souhaite une chaleureuse fin d'année remplie de bons moments dans la nature.

CHARDONNENS BOISSONS

Boissons
Corboz
S.A.

Chez
Bacchus
VINO THÈQUE

Chardonnens Boissons SA / www.chardonnens-boissons.ch

Boissons Corboz SA / www.boissons-corboz.ch

monferini
BULLE

CONSTRUCTION www.monferini.ch



CASTELLA
Pépinières et Jardins

1663 PRINGY 079 450 71 25



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

100 ans

CAS La Gruyère

1923 - 2023



En 2023, le CAS La Gruyère fêtera le 100^e anniversaire de sa fondation. Pour marquer cet événement, une plaquette sera publiée. Elle relatara l'histoire de la section, de son organisation à ses courses, en passant par ses cabanes et sa colonne de secours. Vous saurez tout sur ce qui fait notre section et son groupement jeunesse !

Chaque membre aura droit à un exemplaire gratuit (un par ménage/famille). **Celui-ci ne sera distribué qu'aux membres qui en feront la demande au moyen du bulletin de souscription ci-dessous ou par notre site.** Chaque exemplaire supplémentaire sera vendu au prix de CHF 20.-. La plaquette sera distribuée en 2023. La date et le mode sont encore à déterminer et vous seront communiqués en temps voulu dans le Bouquetin et sur le site.



Bulletin de commande

A compléter et à retourner jusqu'au 10 janvier 2023
par e-mail à bulletin@cas-gruyère.ch
ou à Colette Dupasquier Rte de Broc 20 1663 Epagny.

- ☐ Je désire recevoir 1 ex. gratuit de la plaquette 100 ans CAS La Gruyère
- ☐ Je commande ____ plaquette(s) 100 ans CAS La Gruyère, au prix de CHF 20.-

N° membre CAS:

Nom:

Prénom:

Adresse complète:

NP/Localité:

Tél.:

Mail:

ET SI NOUS ACCÉLÉRIONS LE PROCESSUS DE DÉCISION ?

Il faut agir maintenant et changer notre manière de voir le monde. Consommer différemment les énergies et modifier nos habitudes.

VOTRE FUTUR, C'EST NOTRE PRÉSENT



Experts
en solutions
énergétiques
globales

groupe 



Activités au stamm

1^{er} acte des festivités pour célébrer

notre vaillante Section centenaire

Le CAS La Gruyère, c'est toi, c'est moi, c'est nous tous !

Vœux du Nouvel An

LUNDI 2 JANVIER 2023, DÈS 18 HEURES AU STAMM

Rendez-vous des clubistes et leurs familles qui viennent se souhaiter la bonne année autour d'une fondue.

Prix : CHF 18.- par adulte,
enfants jusqu'à 12 ans gratuit, thé compris

Il n'est pas obligatoire de manger la fondue; venir pour faire santé ou souhaiter la bonne année aux amis clubistes sera également apprécié; l'important c'est de participer.

Pour tous renseignements et inscriptions :

Mathilde Auer, tél. 079 657 97 92 jusqu'au dimanche soir 1^{er} janvier.



Information importante pour les gardiens de cabanes

Les clés de l'**Oberegg** et des **Clés** ne se trouvent plus à la gare de Bulle, mais dans un *coffre propre à chaque cabane muni de son propre code digital.

Ce code sera donné aux gardiens des week-ends de gardiennage, pour cela **les responsables des 2 cabanes ont connaissance des codes des deux coffres**, au cas où l'un ou l'autre ne serait pas atteignable.

* Les coffres se trouvent au bas de la rampe d'accès du sous-sol **STAMM** et sont fixés contre le mur à droite à l'extérieur.

Pour la cabane de l'Oberegg

William Dumas 079 224 58 46
Bernard Bussard 079 740 86 48
Dominique Menoud 079 219 06 39

Pour la cabane des Clés

Francis Van Wynsberghe 079 244 32 71
Eloi Bosson 079 390 18 84

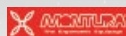
sports cycles **dupasquier** vuadens

www.dupasquier-sports.ch

Route Principale 144

1628 VUADENS

026 912 74 75



Notre expérience a choisi la qualité

Cabanes de la section

La liste complète des gardiennages est à consulter sur le site internet : www.cas-gruyere.ch

CABANE DE L'OBEREKG

1818 m

DÉCEMBRE

Week-end	03 – 04	Myriam et Pierrot Roulin – Denise et Nicolas Bourguet
Week-end	10 – 11	Michèle et Philippe Widmer, Caroline et Jacques Maillard
Week-end	17 – 18	Marie Fasol et Julien Fauch
Week-end	23 – 24	Bosson Eloi
Week-end	25 – 26	Menoud Dominique et Cédric
Semaine	27 – 30	Yann Thorin et son équipe
Choucroute le 29.12 à midi, réservation 079 617 03 14 CHF. 22.– avec café et dessert (ambiance musicale)		

JANVIER

Week-end	31 – 02	Rumo Natacha Soupe et café offert le 2 janvier
Week-end	07 – 08	Gobet Fabienne et Gérald Rime
Week-end	14 – 15	Bosson Eloi et Francis Van Wynsberghe
Week-end	21 – 22	Denis et Micheline Romanens
Week-end	28 – 29	Alex et Dominique Yerly



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

William Dumas
079 224 58 46
oberegg@cas-gruyere.ch

Gardiennage

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

Pour les clés

Les prendre au Stamm dans un coffre avec code
(voir explicatif en page 07).



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



Venez visiter notre

Vinothèque

Du Lu a.-m. au samedi matin

www.morand-vins.ch



MONNEY Eric

Poêles – Cheminées

Construction
Rénovation - réparation

1633 Marsens

079 637 70 86

www.monneycheminees.ch



SOLAIRE PHOTOVOLTAÏQUE



MISEZ SUR LE SOLEIL,
GRÂCE À GRUYÈRE ÉNERGIE !

- Etudes de faisabilité
- Installation
- Maintenance

GESA
GRUYÈRE ÉNERGIE SA



DÉCEMBRE

Week-end	10 – 11	Monique, Eli, Jean-Claude Morand (ouverture)
Week-end	17 – 18	Marie-Claude et Yves Quartier
Week-end	24 – 27	Denise Nicolet et Nicolas Bourguet
Semaine	28 – 30	Gaby et Denis Golliard
Week-end	31 – 01	Marie-Claude Champbovey et Chantal Gillet

JANVIER

Week-end	07 – 08	Jean-Daniel Legong et Virginie Vigreux
Week-end	14 – 15	Johanna Davet
Week-end	21 – 22	Famille Rafael Lunardi
Week-end	28 – 29	Noëlle Fernandez, Claude Egger, Pierrette et Daniel Baiier

**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. 20 places en dortoirs, se munir d'un sac de protection ou d'un sac à viande, 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

Les prendre au Stamm dans un coffre avec code (voir explicatif en page 07).



026 928 10 11

Heures d'ouverture

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

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

DI 7 h-21 h



026 928 10 08

la 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

SPORTS
SKI
BIKING
RANDO
aventures

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

SPORTS AVENTURES SA / ROUTE DE BILLEN 14 / 1680 ROMONT/FR
T 026 652 40 41 / F 026 652 40 42 / SPORTS-AVENTURES.CH
HORAIRES DU MAGASIN
LUNDI FERMÉ MA-VE 9H-12H / 13H30-18H SA 9H-12H / 13H30-18H

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

CABANE DES PORTES

1218 m

DÉCEMBRE

Week-end	10 – 11	Rachel et Bertrand Pugin Poupette et Joseph Richoz
Week-end	10 – 11	Véronique et Jacques Rossier
Week-end	17 – 18	Stéphane Romanens
Week-end	24 – 25	Jean-Blaise et Christelle Moret

JANVIER

Week-end	31 – 01	Dany et Maryline Gachet
Mercredi	04	Libre
Week-end	07 – 08	Thomas Merz
Mercredi	11	Philippe Menoud
Week-end	14 – 15	Tobie Gremaud et René Ottoz
Mercredi	18	Bernard Bussard, Dodo
Week-end	21 – 22	André Pauchard et Simon Bach Dimanche midi, animation musical avec les amis du Cousimbret
Mercredi	25	Daniel Gachet
Week-end	28 – 29	Jean-Marc et Lucienne Delaquais

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

Reflets de la section

ACTIVITÉS DE SEPTEMBRE

01.09	Barrhorn en traversée	7
01.09	Planalp - Brienzer Rothorn	15
03.09	Haute-Cime 3257 m par le Luisin	8
04.09	Kaiseregg - Arête du 125 ^e	6
04.09	Cabane la Tourche	10
06.09	Tour de Corbetta	15
08.09	Marindes - Selle des Morteys et retour	16
08.09	Rochers des Rayes	7
11.09	Moléson - Teysachaux	8
11.09	Perrons de Vallorcine Traversée E-W	6
11.09	Traversée Pte de Paray - Pra de Cray	6
14.09	Région Cogne	19
15.09	Cabane du Wildhorn 2302m	13
18.09	Pigne de la Lé (suite initiation)	5
18.09	La Monse, en boucle par Gros Haut Crêt	12
18.09	Le Luisin, Arête E, voie de la Canicule	6
22.09	La Grand Garde 2146 m	14
22.09	Six Blanc - Tête de la Payanne - Mt Brûlé	8

ACTIVITÉS D'OCTOBRE

04.10	Les Follatères	13
06.10	Schwarzsee - Kaiseregg - Gölmly - Schwarzsee	10
06.10	La Laitemaire - 1678 m	23
09.10	Traversée Pointe de Paray - Vanil de l'Ecri	5
09.10	Dent du Chamois	8
11.10	Tour de l'Hundsrügg	16
13.10	Walopsee (S-N en boucle)	10
13.10	Gummfluh	6
13.10	Louis des 6 Doigts	23
15.10	Traversée des Alpigle	4
16.10	Le grand huit du Arnehore	10
18.10	Bettmerhorn - Eggishorn	15
18.10	Untergrenchenberg - Hasenmatt en boucle	20
20.10	Les Sciernes - Allières en boucle	29
25.10	Mont de l'Arpille	8
27.10	Les Millets	30
30.10	Tour de la Cape aux Moines	14

ADMISSIONS

Jaballah Samir , impasse de Verdairu 1, Marnand
Jaquier Marie-Claude , Clos-du-Vernay 46, Prez-vers-Siviriez
Jaquier Antoine , ch. Clos-du-Vernay 46, Prez-vers-Siviriez
Baumberger Léna , Au Village 16, Massonnens
Delacombaz Thierry , ch. Grande-Charrière 20, Grandvillard
Kyritsos Sylvain , chemin des Mosseires 33, Bulle
Lounis Amina , Boulevard de Pérolles 44, Fribourg
Richard Sébastien , rte de Moudon 18, Bussy-sur-Moudon
Gurtner Valérie , rue de Plaisance 7, Albeuve
Morgan Sylvianne , route du Levant 5, Remaufens
Boucard Alexandra , rte de la Farvadze 36, Villars-sous-Mont
Gillard Laurence , route des Russilles 43, Le Mouret
Bigey Alain , Mülimatta 2, Jaun
Grangier Catherine , La Chenevière 54, Treyvaux
Bongard Julien , route du Bugnon 46, Villars-sur-Glâne
Chammartin Christophe , ch. des Douzilles 9, Les Thioleyres
Beuret Julien , route de Villarvassaux 23, Gumefens
Deillon Jérôme , route de Berlens 40, Romont
Fuhrer Grégory , chemin des Sauges 1, Bercher
Schmid Alain , chemin des Chalets 4, Treyvaux
Goueytes Bastien , Avenue de la Gare 24, Bulle
Clément Joël , Derrière-chez-Brun 4, Domdidier
Duque Maria , chemin des Valangines 8, Neuchâtel
Fragnière Isabelle , route du Villard, Vuippens
Fedoreanu Adrian , rue des Bouleaux 11, La Tour-de-Trême
Bovigny Danielle , route St-Claude 31, Farvagny-le-Petit
Bovigny Nicolas , route St-Claude 31, Farvagny-le-Petit
Fleury Nathalie , ch. Champs Clos 1, Villarsel-le-Gibloux
Wehren Laura , rue du Vieux-Pont 11, Bulle
Python Benoît , rue du Vieux-Pont 11, Bulle

ADMISSIONS GJ

Boschung Samuel , La Croix 6, Neyruz
Rayroud Clément , chemin de la Greppa 15, Attalens
Galley Laura , chemin des Aubépines 51, Bulle
Brodard Nathan , chemin du Poyet 21, La Roche
Grangier Estelle , La Chenevière 54, Treyvaux
Grandjean Sarah , rte Tsarère 28, Les Sciernes-d'Albeuve
Joye Anaïs , chemin de Taillemau 3, Bulle
Bussard Ferdinand , En Coppet 12, Charmey
Maiurano Chloé , place du Parc 6, Broc

COIN DE LA SYMPATHIE

Nous présentons nos sincères condoléances et assurons de notre amicale sympathie toutes les personnes touchées par les décès de Gérard Delabays, membre vétéran ; Roland Kalberer, membre vétéran ; Marthe Dubath-Horisberger, maman d'André Dubath ; Jean-Pierre Andrey, membre cinquantenaire ; Marie-Julie Overney, maman de Colette Fragnière et belle-maman de Claude Beaud, membres.

Notre section fête 100 ans 1923-2023 d'existence

Si l'assemblée constitutive de la section de la Gruyère du CAS s'est tenue le 30 décembre 1922, la 1^{re} Assemblée Générale du Club avec adoption des statuts s'est tenue le 27 février 1923. Le Club a été officiellement admis comme section du CAS le 8 mai 1923. Pour devenir l'actuel CAS La Gruyère.

Le comité de la section a donc logiquement décrété 2023 comme l'année du centenaire. Dans le but de commémorer les 100 ans d'existence de notre section et pour marquer ce jubilé comme il se doit, il a concocté une série d'événements destinés à vous tous, chères et chers membres du club.

Pour commencer, nous avons commandé à Simon Charrière, artiste et amoureux de freeride et de montagne originaire de la Gruyère, un « dessin du centenaire ». Vous le découvrirez en couverture du prochain Bouquetin de janvier.

Ensuite, l'année du centenaire sera jalonnée d'événements, chacun porté, préparé et réalisé par un groupe de travail composé de membres actifs de la section et conduit par un membre du comité. Voilà ce qui vous attend en 2023 :

- Publication d'une **Plaquette du Centenaire** : vous y découvrirez l'histoire de la section de sa création à nos jours, des extraits d'archives, des témoignages, des portraits, et des magnifiques photos issues de collections privées. Vous pouvez d'ores et déjà commander cette plaquette à l'aide du bulletin de commande

figurant en page 5 du présent Bouquetin ou en ligne sur notre site www.cas-gruyere.ch

- **Lancement du Concept des courses éco-responsables** au cours desquelles les participants ne se déplacent qu'avec les transports en commun (ou à pied ou à vélo). Ce concept est bien sûr amené à durer au-delà de l'année du centenaire. Les courses « eco-resp » seront à l'avenir clairement identifiées dans le programme des courses à l'aide d'un pictogramme spécifique.
- **26 sommets les plus hauts de chaque canton par le Groupement Jeunesse** : les jeunes marquent ainsi à leur façon la célébration du centenaire. Chacun des 26 sommets figure au programme des courses du GJ. Pour des questions évidentes de logistique, ce projet a déjà démarré en 2022 avec la réussite de 7 des 26 sommets convoités.
- **Sur le thème de l'environnement** : élargissement du programme des courses 2023 avec des sorties à thème tel que plantes et flore, géologie, ornithologie, sensibilisation à l'écologie, à l'environnement et au recyclage. Toutes ces sorties seront animées par des spécialistes de la matière et se dérouleront en mode eco-resp.
- Avec le leitmotiv **Ensemble tout est possible**, la section veut aussi à l'occasion de son centenaire offrir une sortie en montagne aux personnes handicapées ou à mobilité réduite.

Ce sera fait en collaboration avec les institutions Clos-Fleuri et Horizon Sud ainsi qu'avec les aînés du club à l'occasion de trois journées à Bounavaux placées sous le signe de l'entraide, du plaisir et de l'amitié.

- Une **Soirée de Gala** viendra clôturer l'année du centenaire, ouverte à toutes et tous. Il y aura bien sûr à boire et à manger, mais aussi des animations, de la musique, une table ronde, des surprises et de la convivialité.

Sans oublier évidemment **La 100^e Assemblée Générale ordinaire** qui se tiendra le samedi 11 mars 2023 à la Maison du Gruyère.

Alors toutes et tous à vos agendas.

Nous espérons vous voir nombreuses et nombreux à l'occasion de ces divers événements. Que la fête du centenaire soit belle !

Pascal Monteleone, président

Événements du Centenaire à vos agendas *

100^e Assemblée Générale	11 mars
Sur le thème de l'environnement	
1. Cueillette de plantes comestibles, préparation de la soupe	17 mars
2. Journée clean up	10 juin
3. Géologie de nos Préalpes	1 ^{er} et 2 juillet
4. Ornithologie dans nos Préalpes	29 avril, 20 mai, 17 et 18 juin
5. Sensibilisation à l'écologie et à l'environnement	23 et 24 septembre
6. Troc matériel et habits de montagne	9 novembre
Ensemble tout est possible :	
sorties pour personnes handicapées ou à mobilité réduite	14, 15 et 16 juillet
Soirée de Gala du Centenaire	11 novembre

* Tous les événements figurent au programme des courses 2023



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



CHAUSSURES
Waeber
BULLE

Grand-Rue 21

Et si on donnait un peu de notre temps...

Notre section fêtera son 100^e anniversaire en 2023. Différents groupes de travail ont été constitués pour cette occasion, dont le nôtre « Ensemble tout est possible ».

Sommes-nous conscients de notre chance de pouvoir parcourir les sentiers de notre belle région ? Pas toujours...

C'est pourquoi, les 14-15-16 juillet 2023, nous amènerons des pensionnaires des institutions du Clos Fleuri et d'Horizon Sud, ainsi que des membres de notre section (dont la mobilité s'est détériorée), à la cabane de Bounavaux pour y passer une journée de détente et de découverte !

Notre groupe planche sur cette idée depuis plusieurs mois, mais tout cela ne pourra se faire sans **VOTRE AIDE**, vos bras et surtout votre volonté de partager ces journées avec des moins chanceux ! Aucun exploit sportif à la clé, juste des souvenirs et des étoiles dans les yeux !!!



Nous avons suscité votre curiosité et surtout votre intérêt ? Une vidéo de nos 1^{ers} essais est visible sur la page d'accueil du site internet du CAS Gruyère ! D'avance merci de réserver ces dates ! De plus amples informations paraîtront ultérieurement dans le bulletin.

Le groupe de travail « Ensemble tout est possible »



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



Courses et formation

Bienvenue au nouveau chef de courses

INFOS COURSES HIVERNALES

Pour tous

Nous souhaitons la **bienvenue à Jean-Charles Ricaud** en tant que chef de courses dans notre section.

Formé au club alpin français comme chef de courses randonnée alpine et raquettes, Jean-Charles a été très actif dans sa section du CAF. Maintenant établi en Gruyère, il est devenu membre de notre section et nous propose ses compétences.

Nous nous réjouissons de partager son expérience de la montagne en sa compagnie.

Vos préposés aux courses et formation Fran6 & Michel

Rappel aux participants/tes

POUR TOUTES LES COURSES HIVERNALES

Pour tous



Nous rappelons à tous les participantes et participants aux courses hivernales que le détecteur avalanche (récent, à savoir 3 antennes), la pelle et la sonde font obligatoirement parti de votre équipement.



Chacune et chacun à la responsabilité de s'assurer du bon fonctionnement et de bien maîtriser l'utilisation de ce matériel de sécurité.

Si nécessaire n'hésitez pas à vous former.



Formation adultes

Programme formations de ski de randonnée

HIVER 2022 – 2023

Pour tous



Que vous soyez débutant ou avec un peu d'expérience en ski de randonnée, la section CAS La Gruyère organise diverses formations à l'intention de ses membres.

Initiation au ski de randonnée, courses adaptées, technique de descente et formation avalanche vont figurer au programme 2023

www.cas-gruyere.ch onglet Courses et formations onglet Programme des formations

Vous avez des questions ? N'hésitez pas consulter le site de la section, onglet **Questions fréquentes** - Pleins de réponses vous y attendent !

On vous rend attentif aux dispositions suivantes concernant les frais de déplacement.

Par son inscription à une course ou à une formation, le-la participant-e s'engage à rembourser les engagements financiers anticipés du chef de courses (CdC), (titre de transport, cabane, hôtel, etc.) même en cas de désistement ou d'annulation de la course.

En cas de désistement d'un-e participant-e, la validation de l'inscription du ou de la remplaçant-e est du ressort du CdC. En cas de refus de ce dernier pour justes raisons, l'alinéa ci-dessus s'applique.

Les frais de déplacement en voiture privée y compris les frais de péages et de parking doivent être répartis entre les participant-e-s (non compris le CdC et év. le guide) sur la base suivante de CHF 0.60 / km (sous réserve d'une possible adaptation du prix au km).

Les frais de transport public du CdC sont également à charge des participant-e-s.

Vos préposés aux courses et formation
Francis Grandjean et Michel Léderrey
courses@cas-gruyere.ch

Cours « Technique de descente »

MERCREDI 28 DÉCEMBRE

F



Lieu et heure de départ

Seront communiqués par le chef de courses

Chef de courses

Francis Grandjean, 079 750 16 11

Exigence physique

A - Peu exigeante

Itinéraire choisi

Jaun

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par courriel : selon document www.cas-gruyere.ch - courses et formations - programme des formations - Cours technique de descente

Initiation ski randonnée théorie

MARDI 10 JANVIER

F



Lieu et heure

Stamm à 19 h

Chef de courses adjoint

David Sciboz, 079 674 68 66

Matériel

Selon information à l'inscription

Période d'inscription

Du lundi 5 décembre au jeudi 5 janvier

Renseignements/inscription

Par téléphone

Remarques/descriptif

La formation se fait sous forme de module à savoir : l'initiation et la participation à deux courses suite initiation.

Instructions d'inscription

Uniquement par téléphone 079 750 16 11
pas de SMS

Chef de courses

Francis Grandjean, 079 750 16 11

S Courses de la section

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 (sauf jours fériés) au parking du terrain de foot de La Tour-de-Trême, d'octobre à mars à 8 h 30 et à 8 h d'avril à septembre

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 (sauf jours fériés) au parking du terrain de foot à La Tour-de-Trême, à 9 h de mai à fin octobre et à 10 h de novembre à avril.

Sur les pas de St Nicolas

MARDI 6 DÉCEMBRE

T1



Lieu et heure de départ

Parking terrain de foot La Tour à 8 h

Dénivelé, heures de marche

+/350 m, 3 h - 3 h 30 de marche

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

CHF 40.- environ pour transport, Werkhof et repas (boissons non comprises)

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Cheffe de courses

Mathilde Auer, 079 657 97 92

Période d'inscription

Du jeudi 1 décembre au dimanche 4 décembre

Itinéraire choisi

Les hauts et les bas de la ville de Fribourg et visite au Werkhof de la maquette de la ville de Fribourg au 17^e siècle

Remarques/descriptif

Repas de midi au restaurant du Tunnel

DVA piqure de rappel

DIMANCHE 11 DÉCEMBRE

F



Lieu et heure de départ

École Duvallard à Epagny à 8 h

Matériel

Complet de ski de randonnée DVA avec des piles neuves

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Uniquement par téléphone 079 750 16 11
pas de SMS

Chef de courses

Francis Grandjean, 079 750 16 11

Période d'inscription

Du mercredi 30 novembre au vendredi
9 décembre

Itinéraire choisi

Au début de l'hiver, une journée de remise à
niveau de l'usage de son DVA et de sa suite.
Explications, démonstrations, exercices.

Garten

JEUDI 15 DÉCEMBRE

F



Lieu et heure de départ

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

Matériel

Complet de randonnée

Dénivelé, heures de marche

Env. 1000 m de montée

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Jacques Maillard, 077 473 14 85

Période d'inscription

Du lundi 5 au mardi 13 décembre

Itinéraire choisi

Si manque de neige, alternative à pied



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



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](mailto:claudio.noll@bluewin.ch)



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



**Les sociétaires
Raiffeisen**
vivent plus
d'émotions tout
en payant moins

raiffeisen.ch/memberplus



Apprenez-en plus sur:
raiffeisen.ch/memberplus

RAIFFEISEN

La Para

DIMANCHE 18 DÉCEMBRE

PD



Lieu et heure de départ

Parking CO2 La Tour-de-Trême à 7 h 30

Matériel

Complet de randonnée

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 15.- Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Chef de courses

Steffen Steinhauser, 079 205 85 96

Région Jaunpass

JEUDI 22 DÉCEMBRE

F



Lieu et heure de départ

Parking terrain de foot La Tour-de-Trême à 8 h 30

Matériel

Complet de randonnée

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Chef de courses

Michel de Techtermann, 079 245 03 45

Période d'inscription

Du mercredi 14 au mercredi 21 décembre



LANIAC
ESCALADE



L'ENTREPÔT

Rappel / information

Lorsque vous allez grimper à Laniac Escalade 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.

Préalpes

LUNDI 26 DÉCEMBRE

PD



Lieu et heure de départ

Ecole Duvillard à Epagny à 8 h

Matériel

Complet de randonnée

Subsistance

Pique-nique

Dénivelé, heures de marche

Environ 1000 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Jean-Claude Perroud, 079 230 68 35

Itinéraire choisi

En fonction des conditions

Préalpes

LUNDI 2 JANVIER

PD



Lieu et heure de départ

Ecole Duvillard à Epagny à 8 h

Subsistance

Pique-nique

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Jean-Claude Perroud, 079 230 68 35

Période d'inscription

Du jeudi 22 décembre au dimanche
1^{er} janvier

Itinéraire choisi

En fonction des conditions de la neige
région Gstaad

Course du Nouvel-An (Oberegg)



LUNDI 2 JANVIER

F

=====

Lieu et heure de départ

Parking terrain de foot La Tour-de-Trême
à 9 h

Substance

Soupe servie à la cabane à midi

Matériel

De ski de randonnée ou de raquettes +
DVA, sonde et pelle

Dénivelé, heures de marche

Sortie sympathique, à ski, raquettes
ou à pied, à la cabane de l'Oberegg, et
l'Hundsrück en option

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

En ligne, prière d'indiquer votre n° de
portable

Cheffe de courses

Mathilde Auer, 079 657 97 92

Période d'inscription

Du jeudi 1^{er} décembre au dimanche
1^{er} janvier

Itinéraire choisi

Selon l'envie et la motivation des groupes

Remarques/descriptif

Première sortie de l'année qui marque
l'ouverture des festivités du 100^e anniver-
saire de notre section. Cette course est
ouverte aux amateurs de ski de randonnée
et de raquettes. Les itinéraires seront choi-
sis en fonction du type d'équipement (ski ou
raquettes) et des conditions d'enneigement.
Supplément facultatif : pour bien commen-
cer l'année dans l'amitié, on se retrouve au
stamm pour partager une fondue dès 18 h.

Husegg



JEUDI 5 JANVIER

PD

=====

Lieu et heure de départ

Parking terrain de foot La Tour-de-Trême à
8 h 30

Situation/Altitude

Abländschen

Substance

Pique-nique

Dénivelé, heures de marche

+800 m

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Chef de courses

Romain Chofflon, 079 293 41 09

Période d'inscription

Du jeudi 29 décembre au mercredi 4 janvier

Sortie pleine lune aux Clés

SAMEDI 7 JANVIER

WT2



Lieu et heure de départ

Parking terrain de foot La Tour-de-Trême à 17 h 30

Substance

Risotto ou fondue à la cabane des Clés

Matériel

De raquettes + de sécurité + habits chauds

Dénivelé, heures de marche

Env. 700 m de dénivelé, 2 h 30 de montée

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 18.- Souper à la cabane (+dessert et café)

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

Précisez votre n° de portable si inscription en ligne

Cheffe de courses

Colette Dupasquier, 079 697 26 22

Période d'inscription

Du lundi 26 décembre au jeudi 5 janvier

Itinéraire choisi

Selon l'enneigement et les conditions météo du soir

La BCF, partenaire de vos loisirs.



www.bcf.ch

 **Banque Cantonale de Fribourg**
simplement ouvert

Raquettes en Appenzell « eco-resp »

JEUDI 12 JANVIER - SAMEDI 14 JANVIER
WT2



Lieu et heure de départ

Gare de Bulle à 7 h 10

Situation/Altitude

Appenzell

Substance

En maison de vacances

Matériel

De randonnée en raquettes y.c. DVA, pelle, sonde. Vêtements de nuit et rechange, trousse de toilette.

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

CHF 80.- pour les 2 nuits avec petit déjeuner, repas du soir et transport non compris

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Cheffe de courses

Mathilde Auer, 079 657 97 92

Période d'inscription

Du jeudi 1^{er} décembre au vendredi 6 janvier

Itinéraire choisi

Le but du séjour est de vivre la tradition unique des Silvesterklausen qui célèbrent la nouvelle année à Urnäsch et ses environs. Nous profiterons de parcourir la région qui se prête bien à la randonnée raquettes, dont, si possible, le Kronberg.

Remarques/descriptif

Déplacement en transports publics, coût pour demi-tarif : CHF 96.- Les cartes de communes pour le 12 et le 14 janvier sont plus avantageuses. Prévoir 3 pique-niques pour les pauses de midi. La maison de vacances étant suffisamment grande, des accompagnants ne faisant pas de raquettes sont les bienvenus. Possibilité de faire du ski de fond.



Semaine ski rando Obergoms « eco-resp »

DIMANCHE 26 FÉVRIER AU VENDREDI 3 MARS

AD-



Lieu et heure de départ

Gare de Bulle à 6 h 40

Subsistance

Hotel Grimsel, Obergesteln, en
demi-pension

Matériel

Matériel complet de randonnée à ski,
pelle, sonde, DVA (piles neuves), cram-
pons, piolet, habits chauds, deux paires de
gants, thermos, lunettes et crème solaire,
protection contre le vent et la neige; casque
recommandé

Dénivelé, heures de marche

Chaque jour 1200 à 1500 m dénivellation,
sorties de 5 à 7 heures

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

CHF 550.- Hôtel demi-pension ; billets
CFF en plus (deux cartes journalières des
communes à CHF 44.- + déplacements
quotidiens MGB)

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max participants

12

Chef de courses

Pascal Monteleone, 079 669 95 63

Chef de courses adjoint

Jacques Maillard, 077 473 14 85

Période d'inscription

Du jeudi 1^{er} décembre au dimanche
12 février

Itinéraire choisi

Sommets envisagés : - Siedelhorn
- Tällistock - Rottällihorn - Blashorn
- Brudelhorn / Telschehorn - Gross
Chastelhorn

Remarques/descriptif

5 à 15 minutes de train tous les matins pour
atteindre les départs de course. Un magasin
Volg à Ulrichen (2 km) et à Oberwald (3 km)
pour compléter vos pique-niques.





Récits de courses

Gorges de l'Areuse – Creux du Van – Gorge de la Poetta Raisse

1-2 JUIN 2022

Texte et photo d'Isaac Ambli



C'est le mercredi 1^{er} juin que notre chef de courses Jacques Maillard nous donne rendez-vous à la gare de Bulle pour nous rendre à Fribourg, puis direction Neuchâtel et Boudry pour cette randonnée qui doit nous faire traverser une bonne partie du canton de Neuchâtel sur deux jours.

Comme nous sommes censés dormir dans un refuge non gardienné, le voyage en train commence par la répartition entre les membres des différents aliments qui serviront à cuisiner le soir et à déjeuner le lendemain à la cabane.

Arrivés à Neuchâtel avec un café bienvenu, nous embarquons dans notre dernier moyen de locomotion qui nous amène à Boudry, point de départ de notre périple.

Nous commençons la traversée des gorges de l'Areuse sous un ciel de plus en plus menaçant, mais qu'importe, il n'y a pas de mauvais temps pour aller marcher, juste de mauvais habits.

C'est donc bien équipés au cas où que, après avoir traversé les gorges, nous arrivons à l'Auberge de la Truite pour



piquer-niquer avec un verre qui ne sera pas de trop pour faire descendre ce premier repas en commun.

Nous nous remettons en route pour la suite en direction de la ferme Robert avec un ciel qui commence gentiment, mais sûrement, à nous arroser de plus en plus au fil de notre progression. Arrivés à la très célèbre ferme Robert, c'est un véritable déluge qui s'abat sur nous, un déluge qui certes va faire le plus grand bien à la flore vu les faibles précipitations tombées ces derniers jours, mais une grosse pluie qui nous impose une pause de trente minutes, de quoi reposer nos jambes, car la route en direction de la cabane Perrenoud est encore longue.



C'est sous la bonne humeur et une petite éclaircie, que nous nous remettons en route en direction du Creux du Van par le sentier des quatorze contours qui nous mènent au point culminant du jour.

Parvenus en haut des falaises du grand canyon suisse, c'est le désert total. Petite pause pour admirer ces magnifiques falaises neuchâteloises dans la brume. Seulement quelques randonneurs se comptant sur une main s'y promènent, nous sommes loin des grandes foules

du week-end. Après une courte marche jusqu'à l'Auberge de la Baronne pour y déguster un chocolat chaud, histoire de se réchauffer, nous arrivons à notre première étape du jour, le refuge Perrenoud, cabane non gardiennée appartenant au CAS Neuchâtel. Arrivés sur place, il faut couper du bois pour le feu, allumer le gaz afin de pouvoir préparer notre menu du jour.

Ce sera risotto aux champignons accompagné d'une salade venant tout droit des terres de notre jardinier préféré. Aussitôt prêt et aussitôt mangé jusqu'au dernier grain de riz. Après ce repas bien copieux nous pouvons encore profiter des quelques lueurs du soleil pour admirer une magnifique vue s'étalant jusqu'à nos Préalpes fribourgeoises avant d'aller se coucher.

Le lendemain, après un réveil matinal, bon déjeuner et après avoir nettoyé et rangé la cabane, nous nous remettons en route pour la suite de notre parcours sur ces crêtes du jura qui nous amènera jusqu'à Fleurier.



Après avoir eu la chance de quelques explications sur divers plantes par notre chef de course et un apéro à l'Auberge du Rochat, nous poursuivons notre chemin nous amenant au repas de midi avant la descente des gorges. Une pause de midi qui n'aura duré que quelques minutes avant qu'une grosse averse ne mette fin à notre collation du jour. La descente des gorges, se fera gentiment mais sûrement aussi, car il faut dire que certains passages sont devenus bien glissants et c'est sous un soleil radieux et une bonne vague de chaud que nous arrivons à notre point d'arrivée final, non pas à Fleurier mais à Môtiers.

Après m'être bien dégourdi les jambes je m'en vais donc en mode missionnaire à la recherche d'un vendeur de glace, mais il faut dire que chercher un magasin à Môtiers, c'est un peu comme essayer de réveiller un mort, ou du moins comme certains montagnards le diront, il faut connaître.

Après quinze minutes de recherche je finis par trouver enfin une vente de



glaces artisanales, histoire de se régaler une dernière fois et de clore cette magnifique course en remerciant notre chef de course Jacques Maillard ainsi que les quatre participants.

Chef de courses : Jacques Maillard
Participants : Catherine Remy, Caroline Equey, Isaac Ambli, Anne-Marie Guillet

L'Oldenhorn (3123m) **(en remplacement traversée Fletschhorn Lagginhorn)**



25 JUIN 2022

Récit et photos d'Isaac Ambli

Les mauvaises conditions météo nous ayant empêchés d'effectuer notre traversée Fletschhorn Lagginhorn, nos deux chefs de courses du jour Bruno et Jacqueline décident de nous amener visiter l'Oldenhorn en course de remplacement sur un jour.

C'est donc tous réunis à six heures trente sur le parking Duvillard à Epagny que notre petite équipe de huit personnes

prend la route direction de Reusch, situé en dessous du col du Pillon.

Arrivés sur place, nous laissons une voiture en bas et l'autre sera amenée au parking de Glacier 3000 qui sera notre point d'orgue final.

Mais avant ça, il faut commencer déjà par gravir les quelque 1800 m de dénivelé qui séparent Reusch du sommet.

Nous commençons donc par un bon échauffement sur la route carrossable balisée remontant le vallon d'Oldenegg en suivant la rivière pratiquement du même nom que son vallon.

Après une bonne heure de marche nous arrivons au début de la combe d'Audon dans un magnifique paysage de carte postale pour y effectuer une bonne pause après ce premier échauffement.

Puis nous reprenons notre route à travers la vallée dont le sentier commence par traverser des pâturages puis la rivière et enfin la caillasse. Avant d'arriver au col un peu plus haut, un gros névé nous demande de sortir la quincaillerie du sac et c'est donc en faisant deux cordées de quatre (si mes souvenirs sont bons) que nous traversons cette première difficulté nous menant au col. Puis après avoir enlevé l'artillerie (boudrier et crampons), nous poursuivons notre route sur un sentier plutôt bien marqué avec même quelques marches d'escalier aboutissant à notre objectif du jour l'Oldenhorn, dont son sommet culmine à 3123 m.

C'est avec un contraste entre rocher, herbe et lac que cette magnifique montagne nous offre une vue imprenable sur les alpes valaisannes, les préalpes et notre cher et irremplaçable Moléson.

Après que ce magnifique paysage nous en ait mis plein la vue, quelques photos pleines de sourires et un pique-nique nous en ayant mis plein la bouche, nous repartons en direction de notre deuxième objectif du jour, la cabane des Diablerets. Il faut dire que ça compte comme objectif autant que le sommet car après l'effort de la montée il faut faire encore l'effort de lever le bras pour boire le verre, et là il en faut de la force.

Nous redescendons donc au col pour cette fois-ci traverser le glacier de Tsanfleuron source de la Sarine, puis c'est en passant en bas du Glacier 3000 dans un décor toujours autant magnifique que nous rejoignons la sente avec à la clé une petite variante de glissade sur des névés aboutissant à la cabane pour y déguster une bonne tarte avec une sorte de thé froid pour le moins rocambolesque.



Menuiserie Agencement



Denis Risse Sàrl

Une philosophie, une passion!

Fenêtre - Porte - Agencement
Cuisine - Parquet - Rénovation

079 371 07 76 www.denis-risse.ch

Piller & Kratter SA



CHAUFFAGE
SANITAIRE
TOITURES ISOLÉES
COUVERTURE / FERBLANTERIE
ÉTANCHÉITÉ

1632 Riaz 026 / 912 98 04



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



Tavillons

Charpente - Rénovation

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

Samuel Charrière
1628 Vuadens

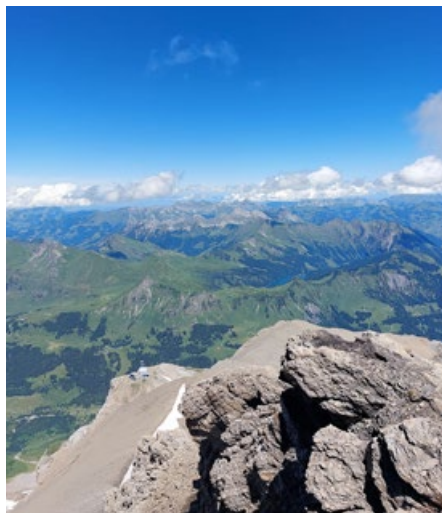


Pour votre cuisine,
choisissez une recette
traditionnelle.

ecosa.ch
+41 (0)26 928 40 10
Villars-sous-Mont

ECOSA

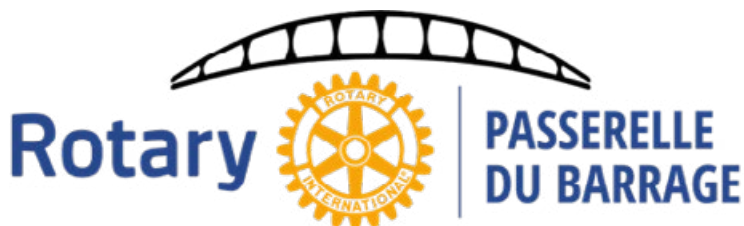
Après ce bon rassasiement dans la joie et la bonne gastronomie de la cabane, nous rejoignons le téléphérique nous conduisant au col du Pillon pour mettre fin à cette magnifique course.



Un immense merci à nos deux chefs de courses Bruno et Jacqueline ainsi qu'aux autres six membres de la cordée.

Chefs de courses : Bruno Parnet,
Jacqueline Cotting-Currat

Participants : Isaac Ambli, Murielle
Patterson, Dean Patterson, Edmée
Ecoffey, Eric Pichonnaz, Yves-Alain Kuhn



CONSTRUISONS ENSEMBLE LA PASSERELLE DU BARRAGE !

Chères Donatrices, Chers Donateurs

Les feux sont au vert pour la construction de la passerelle et nous avons besoin de votre soutien. **Marquez à jamais la passerelle du barrage de votre empreinte en gravant votre prénom et nom pour CHF 100.-.**

L'emplacement des inscriptions est aléatoire.

Votre engagement et vos indications sont à saisir sur le site
www.passerelledubarrage.ch

Un grand **MERCI** pour votre soutien !



**Vente
Réparation
Conseils**

Rue Saint-Joseph 44

1630 Bulle

T 026 912 92 42

N 079 285 04 76

sugnaux.electromenager@bluewin.ch

www.sugnaux-electromenager.ch



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

Nadelhorn, depuis la Mischabelhütte par l'arête NE

15-16 JUILLET 2022

Récit et texte d'Isaac Ambli

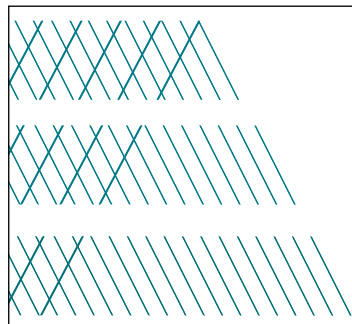


C'est par cette fin de semaine bien ensoleillée que notre chef de course Jean-Louis, nous donne rendez-vous à 6 h 45 à la gare de Bulle.

En ce début de périple, nous sommes 3 à prendre la direction de Berne où 2 autres participants nous rejoignent à la capitale fédérale. Nous embarquons dans l'autre train déjà bien rempli qui nous conduit de l'autre côté des alpes bernoises, à Viège.

Une fois notre groupe formé après l'arrivée du sixième participant en provenance d'un autre train depuis Lausanne, nous rejoignons Saas-Fee en car postal ; puis embarquons dans le téléphérique qui nous amène au Hannig, où nous essayons tant bien que mal de trouver un bistro ouvert pour nous restaurer. Mais à ces heures, difficile de trouver quelque chose d'ouvert dans la région. C'est donc au terminus qu'un café sera bien apprécié avant la longue montée en direction de la cabane Mischabel.

Cette marche commence dans les pâturages avant d'effectuer bien quelques lacets pour rejoindre le pierrier et sa longue montée vers le refuge. La cabane est certes bien voyante depuis en bas mais ce n'est qu'un mirage vu la longueur de la montée. Il y avait même des impressions de « plus on



**SAUDAN
TINGUELY**
ARCHITECTES SÀRL

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

NOUVEAUTÉ



**Un conte à raconter puis
à déguster avec les enfants
tout en attendant Noël.**

un livre une recette une tradition

www.entreligne.ch



Laiterie
DE
GRANDVILLARD
LAURENT PYTHON

**Médaille au concours des produits
du terroir suisse 2021, avec la fondue**



OXYGENE
MONTAGNE



GUIDES
MONTAGNE

**1990
A VOTRE SERVICE
DEPUIS 30 ANS
2022**



www.o2montagne.ch



votre magasin spécialisé

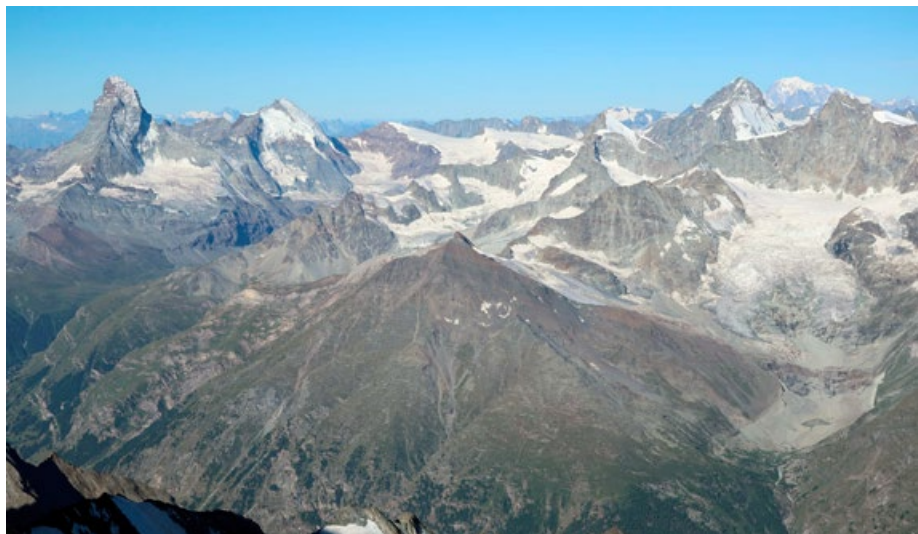
Route de Ferpicloz 8 • 1731 EPEDES • 026 413 37 70

avance et on monte et plus la cabane recule encore et toujours ».

Après plus de 3 heures de montée depuis le Hannig, et une bonne pause de midi, nous voilà arrivés dans cette magnifique cabane rénovée avec vue imprenable sur l'Allalinhorn, le Lagginhorn et bien d'autres encore. De quoi profiter des beaux rayons de soleil pour se rafraîchir avec quelques verres et digérer la montée à la cabane.

Quelques heures après, c'est autour d'un bon repas que nous nous retrouvons tous, et après quelques consignes de notre chef de course en vue de l'ascension du lendemain et la préparation des sacs, c'est au lit pour tout le monde vers 19 h 45.

Après une bonne nuit de sommeil et un réveil qui a sonné bien avant 3 h 30, nous rejoignons le réfectoire pour déjeuner et prendre des forces et quittons la cabane à 4 h 30. Notre ascension commence par la montée d'une longue arête qui nous mène jusqu'au pied du glacier. Puis après nous être encordés en deux cordées de trois, nous commençons à traverser le glacier, le Hohbalmgletscher en profitant d'un magnifique lever de soleil. Une fois parvenus au col du Windjoch, qui se situe entre le Nadelhorn et l'Ulrichshorn,



M. Dumas sàrl

...des fondations à la finition
un grand choix de matériaux

Matériaux de construction - 1687 Vuisternens-dt-Romont - Tél. 026 655 11 53



Dumas Transports SA

Rte de Villariaz 10

1687 Vuisternens-dt-Romont

Tél. : 026 655 11 53

Fax : 026 655 17 04

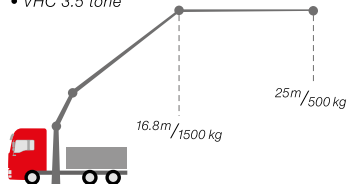
dumas.transports@bluewin.ch

• Train-routier / Semi-remorque

• Camion-grue 10-14 tone/m

• Grue spéciale

• VHC 3.5 tone



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



lucien-carrel.ch



tavillonneur

nous remontons la longue arête jusqu'au sommet avec deux ou trois pas d'escalade à assurer dans la montée, sous les précieux conseils de Jean-Louis.

Aux alentours de 8 heures nous parvenons enfin à notre point culminant situé à 4327 m ; son accès est bien embouteillé ; lors d'une petite accalmie, nous profitons du panorama magique que nous offrent les sommets du Cervin, du Weisshorn et bien sûr du Dom situé juste en face.

L'arrivée d'autres alpinistes sonne la fin de la récréation. Nous entamons notre descente par le même itinéraire qu'à l'aller et ses quelques pas de désescalade où les conseils de notre chef de course nous sont encore d'une très grande aide.

Parvenus au col et ayant essuyé quelques bonnes bourrasques de vent sur le glacier, nous rejoignons le pierrier où nous rangeons définitivement le baudrier, les cordes et le reste.

Peu après un bon repas à la cabane nous commençons notre descente vers Hannig, qui, cette fois-ci, se fait sentir. En plus du poids du sac, les genoux commencent à payer cher la longue descente. Une fois arrivés dans les pâturages, les lacets semblent sans fin, mais qu'importe, c'est avec de merveilleux souvenirs et des étoiles pleines les yeux que nous rejoignons le



téléphérique du Hannig puis Saas-Fee où nous pouvons apprécier une glace dans un restaurant, cette fois-ci ouvert.

Vers 16 h 45 nous quittons le village pour prendre la direction de Bulle. Le voyage est encore long, mais en trois heures de trajet il y avait largement le temps de se remémorer ces merveilleux souvenirs et de remercier chaleureusement notre chef d'orchestre Jean-Louis qui nous a permis de passer ces incroyables moments, ainsi qu'à tous les autres participants pour leur joie, les rires et la bonne humeur.

Chef de courses : Jean-Louis Raymond

Participants : Suzanne Nicolet, Frédéric Heimo, Tuong-Van Nguyen, Isaac Ambli, Julian Haas





Au moment où les fêtes de fin d'année frappent à nos portes, je vous souhaite

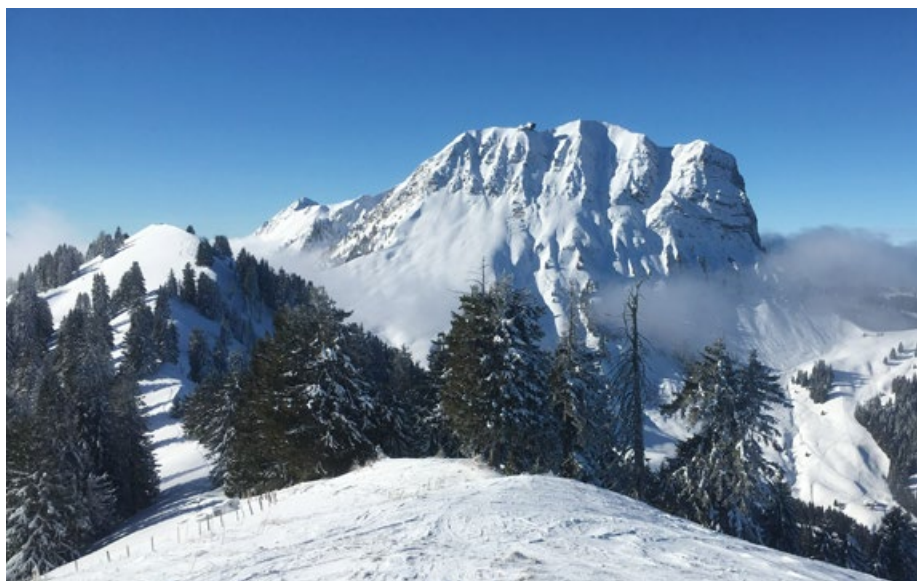
Un joyeux et merveilleux Noël !

Que cette Nataivité se célèbre dans la sérénité, la paix et l'amour dans vos foyers et autour de vous !

Avec mes souhaits d'une belle saison d'hiver qui débute et de belles émotions dans nos montagnes, dans la nature et au sein de notre section qui entrera le 1^{er} janvier dans les festivités de son centenaire !

Avec tous mes vœux pour une bonne et belle année 2023 !

La rédactrice du bulletin



Castella 2.0

SPORTS BULLE



**Venez
visiter notre
corner Millet**

Route du Verdel 22 – Bulle



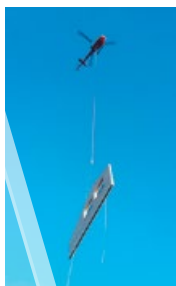


LA POSTE

JAB
CH -1630 Bulle

Jean **BARRAS**
construction bois
charpente - menuiserie - couverture

2 0 0 2 - 2 0 2 2



Jean Barras Sàrl
Construction bois
Fin du Chêne 5
1652 Botterens

079 751 88 85

026 921 13 25

j.barras@barras-charpente.ch
www.barras-charpente.ch

Nous formons des apprentis



Brevet Fédéral

Partenaire



Pour une production locale