



Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS LA GRUYÈRE

06-2022

JUIN 2022



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





patagonia

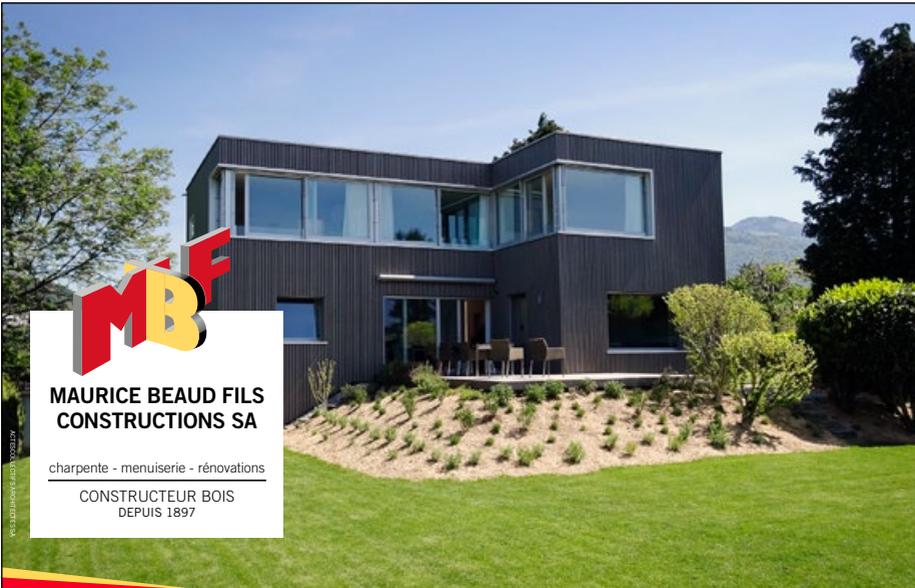
PRENDRE DE LA HAUTEUR ENSEMBLE

Trango
SPORT NATURE

026 913 92 10
magasin principal
rue Albert Rieter 10 / Bulle

boutique
Grand Rue 29 / Bulle



MBF

**MAURICE BEAUD FILS
CONSTRUCTIONS SA**

charpente - menuiserie - rénovations

CONSTRUCTEUR BOIS
DEPUIS 1897

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

www.beaud-mbf.ch

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 : 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'OBEREKG

Jaunpass
Responsable : Stewe Rumo
Réservation : 079 252 13 94

CABANE DES PORTES

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

BIVOUAC DU DOLENT

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

Infos utiles 01

Editorial 03

Activité en cabane 05

Cabanes de la section 07

Reflets de la section 12

Groupement jeunesse 14

Formation adultes 16

Courses de la section 19

Récits de courses 37

PHOTO DE COUVERTURE

Cabane Glattalp sur la Glaralpina
© Mathilde Auer | Août 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

URS JAGGI, PRÉPOSÉ AU SAUVETAGE

Une saison s'achève, la PDG termine avec les très bons résultats des Gruériens.

Il est aussi temps de ranger les skis et les peaux de phoque et de tirer un bilan de cette saison d'hiver 2021-22. Fraîchement nommé au poste, je réfléchis à ce que je pourrais écrire pour mon premier éditorial, certainement quelque chose en rapport avec le sauvetage et voici ma réflexion, sans écrire un roman.

Pour la première fois les sommets se sont fait saupoudrer d'or blanc au début octobre. Les plus fortes chutes de neige on les a eues entre fin novembre et début décembre, le 11.12.2021 il est tombé 53 cm en 24 heures.



A la suite d'une hausse des températures après ces chutes, une avalanche s'est déclenchée le 13.12.2021, elle a traversé la galerie entre Im Fang et Zur Eich. Ce qui a provoqué la fermeture de la route cantonale, la colonne de secours de Jaun a été alarmée pour juger la situation sur place.

Pour le reste de la saison les deux colonnes de la Gruyère ont été alarmées 11 fois pour des interventions allant de la récupération d'un chien dans le lac de Lessoc, à des randonneurs égarés au Petit Mont, à des parapentistes en difficulté et d'une personne ayant chuté au Moléson.

Afin de se préparer pour la saison d'été, les deux colonnes de la Gruyère ont agendé environ 15 exercices durant l'été afin d'être préparées à toute éventualité sur les interventions que l'on espère ne jamais avoir à faire.



Pour moi une bonne intervention est celle où l'on n'a pas besoin d'intervenir ; mais ne dis jamais : jamais.

Je vous souhaite à tous une bonne saison d'été et de nombreuses randonnées réussies, soyez prudents !



monferini
BULLE

CONSTRUCTION www.monferini.ch



CASTELLA

Pépinières et Jardins

1663 PRINGY 079 450 71 25

CHARDONNENS
BOISSONS

Boissons
Corboz
S.A.

Chez
Bacchus
VINO THÈQUE

Chardonnens Boissons SA / www.chardonnens-boissons.ch

Boissons Corboz SA / www.boissons-corboz.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

Activité en cabane

CABANE DES CLÉS

DÈS LE 1^{er} JUILLET ET JUSQU'À FIN AOÛT,
CHAQUE VENDREDI DÈS 17 H 30

.....

Apéro du vendredi soir et grillades

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

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



CABANE DES CLÉS

JEUDI 16 JUIN DÈS 16 H

.....



Venez tester différents jeux de cartes et savourer une bonne soupe de chalet accompagnée de pain, fromage et tartes maison.

Places limitées!

Réservations fortement recommandées jusqu'au mardi 14 juin, par e-mail à johanna.davet@bluewin.ch, en indiquant le nombre de personnes, l'heure d'arrivée, ainsi qu'un nom et un numéro où l'on peut vous appeler en cas de besoin.

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 



Cabanes de la section

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

CABANE DES CLÉS

1352 m

JUIN

Week-end	04 – 06	Pentcôte Laurent Dorthe
Week-end	11 – 12	Anita Roulin, Francis Purro
Week-end	16 – 19	Fête-Dieu Johanna Davet (Le 16, après-midi jeux, voir sous activités cabanes p. 5)
Week-end	25 – 26	Marcel et Florence Pugin

JUILLET

Week-end	02 – 03	Bastien Piller et Basile Thomas
Semaine	04 – 08	(Vacances) Isabelle Gremaud et Noé
Week-end	09 – 10	Isabelle Gremaud et Noé
Semaine	11 – 15	(Vacances) Nicolas et Justine Dreyer
Week-end	16 – 17	Marie-Jo Porchet et André Grangier
Semaine	18 – 22	(Vacances) Marie-Jo Porchet et André Grangier
Week-end	23 – 24	Dédé, Mado Liard, M.-Claude et Yves Quartier
Semaine	25 – 29	(Vacances) Dédé, Mado Liard, M.-Claude et Yves Quartier
Week-end	30 – 31	Bernard Bugnon



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

Prendre contact avec Charly
Girard au 079 391 35 20

sports cycles **dupasquier** vuadens

www.dupasquier-sports.ch

Route Principale 144

1628 VUADENS

026 912 74 75



Notre expérience a choisi la qualité

CABANE DE BOUNAUX 1620 m

JUIN

Semaine	29 – 04	Sturny Daniel et Chantal
Week-end	04 – 05	Jaquet René et Francine, Progin D. et C.
Semaine	05 – 11	Musy François, Bosson Cath.
Week-end	11 – 12	Dénervaud Claude, Clerc Elodie
Semaine	12 – 18	Dubath André et Evelyne, Jaquet Jean-Paul
Week-end	18 – 19	Lunardi Raphaël, Tezza Valentina
Semaine	19 – 25	Le Bohec David et Marie
Week-end	25 – 26	Seydoux Maurice et Anne, Chenaux Benoît et Lynda
Semaine	26 – 02	Fankhauser Marie-Do

JUILLET-

Week-end	02 – 03	Poffet Jean-Luc et Anne-Lise
Semaine	03 au 09	Monteleone Pascal – Maillard Jacques
Week-end	09 – 10	Bosson Eloi – Van Wynsberghe Francis
Semaine	10 au 16	Dubath Evelyne et André
Week-end	16 – 17	Cudré-Mauroux Fabrice et Christèle – Scacchi Mélanie et Fred
Semaine	17 au 23	Geinoz Jo et Marie-Jo – Kaeser Roland et Bernadette
Week-end	23 – 24	Félix Christian
Semaine	24 – 30	Roulin Pierrot et Myriam-Seydoux Martine
Week-end	30 – 31	Jaquet Laurence et Gérard – Jaquet Jean-Paul



INFOS CABANE

Situation

Située dans le vallon de Bounavaux (réserve naturelle du Vanil Noir, réserve de Pro Natura) à l'WNW du Vanil Noir. Les chiens sont interdits dans la réserve.

Restauration/hébergement

Soupe, boissons chaudes ou froides (vins, bières, spiritueux). Pas de restauration.

La cuisine est accessible aux clients qui passent la nuit en cabane, amenez votre nourriture. Pour les visiteurs : possibilité de préparer une fondue directement à table (matériel mis à disposition). Pique-niques autorisés avec consommations. Réservation pour la nuit nécessaire. Se munir d'un sac à viande et d'une taie d'oreiller.

Réservation/information

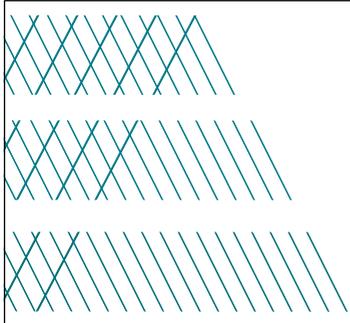
Evelyne et André Dubath,
François Musy
et Jean-Paul Jaquet
079 603 68 78
bounavaux@cas-gruyere.ch
PS : pas de message sur le téléphone

Gardiennage

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

Coordonnées

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



SAUDAN TINGUELY

ARCHITECTES SÀRL

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

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



Venez visiter notre

Vinothèque

Du Lu a.-m. au samedi matin

www.morand-vins.ch



SOLAIRE PHOTOVOLTAÏQUE



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

Retrouvez toutes nos offres sur : www.gruyere-energie.ch/photovoltaique

Contact : T +41 26 919 23 23 - office@gruyere-energie.ch



La force d'une région

www.gruyere-energie.ch



CABANE DES MARINDES 1868 m**JUIN**

Semaine	29 – 4	Françoise Repond
Week-end	4 – 5	Famille Béatrice Schnegg
Semaine	5 – 11	Marie-Claude et Yves Quartier
Week-end	11 – 12	René Krattinger
Semaine	12 – 18	Erika Torche – Solange Pillonel
Week-end	18 – 19	Anne-Lise et Jean-Luc Poffet
Semaine	19 – 25	Jean-Marie et Raymonde Margueron – Denis et Gaby Golliard
Week-end	25 – 26	Christine et Philippe Sugnaux – Tercier Christophe – Vaucher Stéphanie

JUILLET

Semaine	26 – 2	Madeleine et Philippe Gremaud, Claire et Stéphane Giroud
Week-end	2 – 3	Florian Berset – Greg Vonlanthen – Lucas Kartinger
Semaine	3 – 9	Brasey Béatrice – Denis Grandjean
Week-end	9 – 10	Alexandra Sottas et Sébastien Chassot
Semaine	10 – 16	Véronique Ortner Joye
Week-end	16 – 17	Alexandre Gremaud et Jaqueline
Semaine	17 – 23	Corinne Lombard – Stéphane Reynaud
Week-end	23 – 24	Joël Ding
Semaine	24 – 30	Anne Dupasquier – Katharina Buchs

**CABANE DE L'OBBEREGG** 1818 m**CABANE DES PORTES** 1218 m**En fermeture estivale****INFOS CABANE****Situation**

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

Restauration/hébergement

Soupe, boissons chaudes ou froides, vin, bière et spiritueux. Pas de restauration. Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place. 40 places en dortoirs, prendre votre sac de couchage, réservation obligatoire.

Réservation/information

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

Gardiennage**Ouverte du début juin à fin septembre**

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

Coordonnées

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

COIN DE LA SYMPATHIE

Nous présentons nos sincères condoléances et assurons de notre amicale sympathie toutes les personnes touchées par le décès de **Marguerite Guisolan**, maman et belle-maman de Marc et Paula, membres, le décès de **Elise Galley**, maman et belle-maman de Roxane et Gérald Stoos, membres, et le décès de **Gabriel Majeux**, membre.

Reflets de la section

ACTIVITÉS D'AVRIL

03.04	Wandflue (ski) et escalade à Grand Orgue	4
03.04	Turbach	12
05.04	La Tour – Les Marches – Gruyère	9
12.04	Mont-Vully	20
14.04	Allières – Le Merdasson	11
14.04	Bottens – Echallens le long du Talent	26
15.04	Blanc de Moming 3661 m	15
15.04	Sur les hauts d'Arnensee nouvelle version	7
18.04	L'Arsajoux	16
19.04	Mont-Sujet	17
21.04	Vevey – Châtel-St-Denis	32
23.04	Lecture de carte	7
24.04	Les Brenets – le Saut du Doubs	10
28.04	Clôture Grand-St-Bernard ski	25
28.04	Clôture Grand-St-Bernard raquettes	8

ADMISSIONS

Anquetil Alexis, route de la Glâne 132, **Villars-sur-Glâne**

Berlioz Marie-Céline, chemin de la Rochena 5, **Enney**

Bernard Pierre, route des Russilles 17, **Le Mouret**

Bertola Philippe, Intré-Che 10, **Le Mouret**

Boucachard Laurence, impasse de la Baume 4, **Corpataux**

Buchs Eric, ruelle du Levant 7, **Riaz**

Chardonnens Chantal, route de la Vignettaz 50, **Fribourg**

Da Cunha Anne, route de la Glâne 132, **Villars-sur-Glâne**

de Techtermann Marie-Claude, En Bouley 63, **Romont**

Derbigny Valérie, chemin du Raffort 73, **Attalens**

Egger Jacques, impasse du Jura 14, **Avry**

Flückiger Jenni Sandra, La Rochetta 8, **Botterens**

Gapany Bernard, chemin de Montcalia 56, **Bulle**

Garnier Mathieu, route du Centre sportif 8, **Sâles**

Huguenin Moehl Nancy, rue de l'Ancien Comté 96,
La Tour-de-Trême

Jenni Frédéric, La Rochetta 8, **Botterens**

Lopez Nicolas, impasse des Chanoz 3, **Vilarbeney**

Meechan Jessica, impasse sus Sémoret 3, **Fétigny**

Michaud Philippe, chemin des Esserts 17, **Corbières**

Moehl Jacques, rue de l'Ancien Comté 96,
La Tour-de-Trême

Mounier Hippolyte, chemin de la Rochena 5, **Enney**

Perroud Laurence, Paul Bondallaz 4, **Romont**

Pilote Geneviève, chemin des Esserts 17, **Corbières**

Raboud Florent, impasse sus Sémoret 3, **Fétigny**

ADMISSIONS GJ

Develey Aurélien, rue du Château 8, **Vaulruz**

Mounier Edgar, chemin de la Rochena 5, **Enney**

Mounier Salomé, chemin de la Rochena 5, **Enney**

Mounier Félix, chemin de la Rochena 5, **Enney**

Gj Groupement jeunesse

Inscription aux camps et modules du groupement jeunesse

2022

Pour tous

Afin de simplifier la tâche des chefs de courses quant à l'organisation des camps et modules, toutes les inscriptions sont ouvertes et se termineront 1 mois avant le début du camp ou module. **Toutes les inscriptions se font auprès de Marjolaine Hugonnet par SMS ou WhatsApp au 079 933 52 63.** Vous pouvez aussi lui poser toutes questions relatives à ces événements.

En cas d'annulation sans raison de force majeure moins d'un mois avant le début du camp/module, le groupement jeunesse vous informe qu'il pourrait vous demander un dédommagement pour divers frais tels que les frais de réservations des cabanes et/ou de guide.

	Discipline	Date	Chefs de courses	Prix	Ouverture inscriptions	Fermeture inscriptions
Camp d'automne	Escalade	23 - 29.10.2022	Sébastien Fragnière	300.-	11.12.21	23.09.22

Le prix du camp est approximatif et peut être légèrement modifié (environ CHF 50.-). Un décompte précis se fera à la fin des camps.



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

Week-end de grimpe Région genevoise

SAMEDI 11 – DIMANCHE 12 JUIN



Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h

Situation/Altitude

Genève

Subsistance

Camping, pique-nique + cuisinons ensemble le soir.

Matériel

Matériel escalade : casque, harnais d'escalade, chaussons, assureur, magnésie, etc. Possibilité de se faire prêter du matériel. Matériel camping : tente, matelas, sac de couchage, etc. Organisation des tentes entre tous les participants après la fermeture des inscriptions.

Coût approximatif

CHF 70.- Décompte en fin de week-end, Emplacement camping, souper + petit-déjeuner

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max. participants

7

Chef de courses

Damien Defferrard, 079 270 99 95

Période d'inscription

Du mardi 10 mai au dimanche 29 mai

Itinéraire choisi

Week-end escalade en région genevoise avec comme but de fouler le plus haut point du canton de Genève et de passer une sympathique soirée en camping.

Camp d'été dans la région Steingletsch, Tierbergli

LUNDI 25 – VENDREDI 29 JUILLET

6a



Toutes les informations sont à demander à Sébastien Fragnière 079 342 45 39



Formation adultes

Cours initiation alpinisme – cours pratique

SAMEDI 2 – DIMANCHE 3 JUILLET

F



Lieu et heure de départ

Stamm, heure communiquée par les chefs de courses

Substance

En cabane avec demi-pension (Cabane d'Orny)

Matériel

Une liste sera envoyée aux participants

Dénivelé, heures de marche

Le niveau technique du cours est accessible à tous, spécialement aux débutants. Le niveau physique correspond à 4 h à 7 h de marche, donc de quoi tenir une journée en vadrouille dans les montagnes !

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 120.- Transport + cabane + participation aux frais de guide

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

Merci de vous inscrire en ligne, je suis à disposition pour les questions (par mail) très volontiers

Nbre max. participants

25

Chef de courses

Johannes Konrad, 078 647 21 77

Chef de courses adjoint

Jean-Bruno Pugin, 079 667 12 56

Période d'inscription

Du vendredi 1^{er} avril au vendredi 27 mai

Itinéraire choisi

Samedi : rdv au Stamm puis déplacement à Champex-Lac puis montée à la cabane. Pique-nique à la cabane puis formation pratique autour de la cabane jusqu'à l'apéro !
Dimanche : course d'application ou suite de la formation pratique en fonction du niveau de chaque groupe. L'idée est de mettre en pratique tout ce qui a été appris entre la soirée théorie et le samedi après-midi. Retour au Stamm vers 17 h-18 h.

Remarques/descriptif

Venez découvrir ou vous perfectionner dans la pratique de l'alpinisme. Le week-end est ouvert aux personnes de tout niveau. De débutants confirmés, nous prendrons soin de faire des groupes selon les niveaux d'apprentissage afin de pouvoir faire profiter chacun, même si vous connaissez déjà quelques manip vous pouvez toujours venir vous perfectionner. Le cours initiation est prévu avec une participation aux 2 soirées théorie* et le week-end pratique. N'hésitez surtout pas à me contacter en cas de questions quelconque !

*Ces 2 soirées d'information ont lieu 4 et 2 semaines avant, au stamm de la rue de Bouleyres 79 à Bulle :

Cours initiation alpinisme – soirée théorie – mercredi 1^{er} juin à 19 h

Ce cours de théorie afin de pouvoir organiser le week-end ainsi qu'expliquer les bases.

Cours initiation alpinisme – soirée encordement – mercredi 15 juin à 19 h

Cette deuxième soirée sera destinée à l'apprentissage des différents nœuds.

Module Perfectionnement – 1^{er} de cordée

SAMEDI 2 – DIMANCHE 3 JUILLET

AD



Lieu et heure de départ

Lieu et heure communiqués
aux participants

Matériel

Une liste du matériel sera transmise aux
participants.

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

CHF 450.- Transport, demi-pension,

Instructions d'inscription

Par téléphone

Nbre max. participants

6

Chef de courses

Roland Charrière, 079 199 95 32

Période d'inscription

Du mercredi 1^{er} juin au mercredi 22 juin

Itinéraire choisi

Ce module se fera en 2 parties : un week-
end dans la région de Moiry (bivouac) et
4 jours à la cabane du Grand Moutet.
Ces sorties sont destinées à des alpinistes
ayant déjà un certain bagage (cours de
perfectionnement de ces dernières années,
par exemple) et étant prêt à s'engager pour
gagner en autonomie (gestion d'une cordée
dans des courses pouvant aller jusqu'à AD).

Remarques/descriptif

Courses prévues : Couronne de Breona,
Besso, Pointe de Zinal. En restant bien sûr
ouvert à d'autres buts. Par principe, il n'est
pas possible de scinder le module.



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.

FÉLICITATIONS « Saison de ski-alpinisme réussie »

Si l'on interroge les skieurs-alpinistes après ce bel hiver 2021-2022, tous répondent : saison réussie !

Il en est de même au niveau des compétiteurs !

Rémi Bonnet, 27 ans, a gagné la coupe du monde de verticale, une manche en individuelle de la même coupe et la Patrouille des Glaciers 2022 en compagnie Martin Anthamatten et Werner Marti.

Les frères Robin et Thomas Bussard, 20 ans, ont remporté, respectivement :

- 11 et 9 podiums en coupe du monde
- 2 fois les 3^e et 1^{re} places au championnat d'Europe de verticale et individuelle
- 1^{re} place en relais mixte avec Caroline Ulrich pour Robin
- 1^e et 2^e places au général de la coupe du monde
- 1^{re} place au classement général de la coupe du monde de sprint pour Robin
- 2^e et 1^{re} places au général de la coupe de la verticale
- 3^e et 1^{re} places au général de la coupe de l'individuelle
- 1^{re} place à la petite patrouille des glaciers pour les 2 avec Léo Besson

Au niveau du CRO (Centre Régional Ouest pour l'encadrement par le CAS des jeunes

espoirs), le président Gérard Spicher se dit très fier des résultats des Gruyériens engagés dans ce mouvement, tant au niveau du championnat suisse que des courses de la Youth Cup. Ces 6 jeunes sont : Lucas Pasquier de Broc, Mathieu Pharisa d'Estavannens, Sylvain Tornare et Yann Livache, tous deux de Charmey, Arno Mooser de Pringy et Simon Raemy de Riaz. Tous sont montés sur un ou des podiums durant cette saison exceptionnelle pour la Gruyère.

Lucas et Mathieu ont en plus gagné la Patrouille des Jeunes à Verbier et ont été sélectionnés pour les championnats d'Europe où, en verticale, Mathieu est reparti d'Espagne avec le bronze et Lucas a fait une belle 7^e place. Sylvain et Yann ont réussi leur Patrouille des Jeunes à Verbier en terminant à la 3^e place.

Au nom du comité je leur adresse mes vives félicitations pour leur engagement personnel tout au long de l'année. C'est toujours avec plaisir que l'on accueille leurs brillants résultats ! Je leur souhaite une belle suite pour leur vie professionnelle étudiante et sportive !

Pour le comité : Colette Dupasquier
rédactrice du bulletin



S Courses de la section

Arnehore – Palette d'Isenau



JEUDI 9 JUIN

T4

Lieu et heure de départ

Parking du foot à La Tour-de-Trême à 7 h

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Habituel de rando, chaussures à bon profil

Dénivelé, heures de marche

Env. 1200 m. dénivelé, 5h30 marche, 14 km

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Instructions d'inscription

Fin des inscriptions 18 h

Nbre max. participants

8

Cheffe de courses

Colette Dupasquier, 079 697 26 22

Période d'inscription

Du mercredi 1^{er} juin au mercredi 8 juin

Itinéraire choisi

Arnensee – Fenêtre d'Arnon – Arnehore – Fenêtre des Andérets – Palette d'Isenau – Col de Voré – Arnensee

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 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 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 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.

Cascade du Dar – Isenau



JEUDI 9 JUIN

T2

Lieu et heure de départ

La Tour, terrain de football à 8:00

Subsistance

Pique-nique

Dénivelé, heures de marche

+ 780 m 4 h 30

Exigence physique

A – Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, par courriel, en ligne

Chef de courses

Irénée Savary, 079 510 62 25

Période d'inscription

Du jeudi 26 mai au mercredi 8 juin

Itinéraire choisi

Les Diablerets – cascade – lac Retaud – Isenau – Pont Bourquin – les Diablerets

Course d'application escalade libre



JEUDI 9 JUIN

5 b

Lieu et heure de départ

Seront communiqués
par le chef de courses*

Matériel

Equipement individuel d'escalade

Exigence physique

A – Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

*seront communiqués
par retour d'inscription en ligne

Chef de courses

Sébastien Dousse 079 628 76 05

Période d'inscription

Du lundi 9 mai au mercredi 8 juin

Itinéraire choisi

Rendez-vous après le travail à partir de
17 h 30. Secteur d'escalade dans la région
Bulle – Fribourg selon météo.

Remarques/descriptif

Soirée escalade ouverte à tous les membres
de la section, pour tous niveaux 4-5-6.
Un chef de courses sera présent lors des
5 premières soirées : 26 mai – 2 juin – 9 juin
– 16 juin – 23 juin L'idée étant de se familia-
riser avec l'escalade en extérieur et donner
l'opportunité de se perfectionner, éven-
tuellement former un groupe de grimpeurs
réguliers en semaine.

Dent de Broc

DIMANCHE 12 JUIN

T4

=====



Lieu et heure de départ

Parking Stamm de Bulle à 8 h

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Chaussures de marche et bâtons conseillés

Dénivelé, heures de marche

+/- 1000 m

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Cheffe de courses

Aleksandra Stefanovic, 078 744 77 48

Période d'inscription

Du dimanche 1^{er} mai au vendredi 10 juin

Itinéraire choisi

Mise en jambe, départ du parking du ski club de Broc

Course d'application escalade libre

JEUDI 16 JUIN

5c

=====



Lieu et heure de départ

Seront communiqués
par le chef de courses*

Matériel

Equipement individuel d'escalade

Exigence physique

A – Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

*seront communiqués
par retour d'inscription en ligne

Chef de courses

Sébastien Dousse 079 628 76 05

Période d'inscription

Du lundi 16 mai au mercredi 15 juin

Itinéraire choisi

Rendez-vous après le travail à partir de
17 h 30. Secteur d'escalade dans la région
Bulle – Fribourg selon météo.

Remarques/descriptif

Soirée escalade ouverte à tous les membres
de la section, pour tous niveaux : 4-5-6.
Un chef de courses sera présent lors des
5 premières soirées : 26 mai – 2 juin – 9 juin
– 16 juin – 23 juin L'idée étant de se familia-
riser avec l'escalade en extérieur et donner
l'opportunité de se perfectionner, éven-
tuellement former un groupe de grimpeurs
réguliers en semaine

Pointe de Bellevue



JEUDI 16 JUIN

T1

Lieu et heure de départ

Terrain de foot La Tour-de-Trême à 8:00

Substance

Pique-nique

Matériel

Randonnée

Dénivelé, heures de marche

+700 m/-700 m env. 4 h

Exigence physique

A – Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Cheffe de courses

Erika Chatagny, 078 754 21 70

Période d'inscription

Du mercredi 1^{er} juin au mercredi 15 juin

Itinéraire choisi

Chanso d'Amont – Pointe de Bellevue en boucle

Ochse via Oberalpigle – Louigrat (en boucle)



JEUDI 16 JUIN

T3

Lieu et heure de départ

Parking foot La Tour à 8 h
ou halle de gym du Mouret à 8 h 30

Situation/Altitude

1206 m

Substance

Pique-nique tiré du sac

Matériel

De randonnée en montage
+ éventuellement bâtons

Dénivelé, heures de marche

+/- 900 m/~ 4 h 15

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport + Repas et boissons

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

Inscription la veille jusqu'à 17 h.
Merci de bien vouloir communiquer
votre n° de portable

Chef de courses

Jean-Louis Kolly, 079 331 49 53

Période d'inscription

Du dimanche 5 juin au mercredi 15 juin

Itinéraire choisi

Schwefelberdbad –Ritzli –Oberalpigle –
Ochse –Louigrat –Schwefelberdbad

Wandflue

DIMANCHE 19 JUIN

T3

|||||



Lieu et heure de départ

Parking stamm de Bulle à 8 h

Substance

Pique-pique

Matériel

Chaussures de randonnée et bâtons

Dénivelé, heures de marche

+/- 750 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Cheffe de courses

Aleksandra Stefanovic, 078 744 77 48

Période d'inscription

Du dimanche 1^{er} mai au vendredi 17 juin

Itinéraire choisi

Départ au parking d'été après les Sattels

Gros Brun – Patraflon

JEUDI 23 JUIN

T4

|||||



Lieu et heure de départ

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

Matériel

De rando alpine

Substance

Pique-nique et thermos

Dénivelé, heures de marche

+1200/-1200 mètres, 6 heures

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 4.- Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max. participants

15

Chef de courses

Pascal Monteleone, 079 669 95 63

Période d'inscription

Du mercredi 1^{er} juin au mercredi 22 juin

Le Mont Tendre

JEUDI 23 JUIN

T2

=====



Lieu et heure de départ

Parking foot La Tour-de-Trême à 7 h 30

Situation/Altitude

Jura vaudois

Subsistance

Pique-nique

Matériel

De randonnée en montagne

Dénivelé, heures de marche

+600 m, environ 5 h de marche

Exigence physique

A – Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Romann Chofflon, 079 293 41 09

Période d'inscription

Du jeudi 9 juin au mercredi 22 juin

Itinéraire choisi

Col du Marchairuz – Mts de Bière Derrière
– Gd Cunay – La Pivette – Mont Tendre
1679 m

Course d'application escalade libre

JEUDI 23 JUIN

5c

=====



Lieu et heure de départ

Seront communiqués
par le chef de courses*

Matériel

Équipement individuel d'escalade

Exigence physique

A – Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

*seront communiqués
par retour d'inscription en ligne

Chef de courses

Roland Charrière, 079 199 95 32

Chef de courses adjoint

Sébastien Dousse, 079 628 76 05

Période d'inscription

Du lundi 23 mai au mercredi 22 juin

Itinéraire choisi

Rendez-vous après le travail à partir de
17 h 30. Secteur d'escalade dans la région
Bulle – Fribourg selon météo.

Remarques/descriptif

Soirée escalade ouverte à tous les membres
de la section, pour tous niveaux 4-5-6.
Un chef de courses sera présent lors des
5 premières soirées : 26 mai – 2 juin – 9 juin
– 16 juin – 23 juin L'idée étant de se familia-
riser avec l'escalade en extérieur et donner
l'opportunité de se perfectionner, éven-
tuellement former un groupe de grimpeurs
réguliers en semaine.

Miroir d'Argentine, la Directe



SAMEDI 25 JUIN

5 b

Lieu et heure de départ

A convenir à 5 h

Matériel

Standard escalade corde 50 m, 12-15 dégaines, quelques friends et coincesurs utiles, bonnes chaussures pour l'approche et la descente, habillement selon météo – il peut faire frais.

Dénivelé, heures de marche

Approche +475 m/1 h 30, grimpe + 400 m/6 h

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

Précise ton numéro de portable, ton niveau de grimpe et si tu grimpes en tête

Nbre max. participants

6

Chef de courses

Jean-Louis Reymond, 076 391 45 55

Chef de courses adjoint

Laurent Marilley, 079 588 63 39

Période d'inscription

Du samedi 4 juin au mercredi 22 juin

Itinéraire choisi

La directe du miroir d'Argentine est une magnifique escalade grande voie en cheminée, dièdre, fissures et dalles, difficulté max. 5 b mais spits espacés. Les 400 mètres de la voie se terminent sur l'arête, puis on rejoint la Haute Corde à 2325 m. Descente par l'alpage Anzeindaz



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, claude.noll@bluewin.ch



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



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

SPORTS AVENTURES SA / ROUTE DE BILLENES 14 / 1690 ROMONT/FR
T 069 652 26 41 / F 069 652 48 42 / SPORTS-AVENTURES.CH
HORAIRES DU MAGASIN
LUNDI FERMÉ MA-VE 9h-12h / 13h30-16h SA 9h-12h / 13h30-16h

POINT REFLEX

REFLEXOLOGIE

Florence Barras

Réflexologue diplômée | Agréée ASCA + RME

Fin du Chêne 7 - 1652 Botterens
+41 (0)79 554 10 19

barras.f@bluewin.ch | www.point-reflex.ch

Soulager le dos, les articulations, les muscles

Favoriser la digestion

Diminuer le stress, les allergies

Améliorer les systèmes lymphatique,
circulatoire et immunitaire

Évacuer les toxines

Hochmatt

DIMANCHE 26 JUIN

T3

=====



Lieu et heure de départ

Parking Stamm de Bulle à 8 h

Substance

Pique-pique

Matériel

Chaussures de randonnée et bâtons

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé env. +/- 1000 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Cheffe de courses

Aleksandra Stefanovic, 078 744 77 48

Période d'inscription

Du dimanche 1^{er} mai au vendredi 24 juin

Itinéraire choisi

Depuis le parking du Petit Mont, montée par les lapiaz, Hochmatt et retour

Doréna - Bimis

DIMANCHE 26 JUIN

T5

=====



Lieu et heure de départ

Parking du CO2 à 7 h 30

Matériel

Baudrier, matériel pour rappel, piolet.

Dénivelé, heures de marche

Environ 1200 m de dénivelé positif pour 6-7 h de course.

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max. participants

6

Chef de courses

Raphaël Muntwiler, 079 129 83 02

Période d'inscription

Du vendredi 17 juin au vendredi 24 juin

Itinéraire choisi

Depuis le Gros Mont montée au Vanil Noir puis Tour de Doréna et Dent de Bimis. Plusieurs rappels à exécuter.

Remarques/descriptif

Pied sûr obligatoire et savoir « marcher debout »...

Dent de Broc/Dent du Chamois



JEUDI 30 JUIN

T4

=====

Lieu et heure de départ

Parc gare du Pâquier à 7 h

Matériel

Piolet

Dénivelé, heures de marche

1450 m dénivelé +

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max. participants

12

Chef de courses

Jacques Maillard, 077 473 14 85

Période d'inscription

Du lundi 6 juin au mardi 28 juin

Hornflue



SAMEDI 2 JUILLET

5c

=====

Lieu et heure de départ

Parking CO2 à 7:30

Matériel

Standard d'escalade

Dénivelé, heures de marche

20 min d'approche. Escalade en couenne.

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par courriel, en ligne

Instructions d'inscription

De préférence en ligne ou par SMS

Chef de courses

Laurent Marilley, +41 79 588 63 39

Période d'inscription

Du dimanche 1^{er} mai au jeudi 30 juin

Itinéraire choisi

Superbe jardin d'escalade idéal pour enchaîner ses premières 6 A :-)

Lac du Grand Désert – Cabane-St-Laurent (nouvelle date)



DIMANCHE 3 JUILLET

T2

Lieu et heure de départ

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

Substance

Pique-nique

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 60.- Transport et télésiège

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Vendredi 1^{er} juillet à 19 h

Chef de courses

Albert Marchon, 079 688 34 46

Période d'inscription

Du lundi 20 juin au vendredi 1^{er} juillet

Itinéraire choisi

Siviez – Télésiège Combatseline – Lac du Grand Désert – Cabane-St-Laurent – barrage Cleuson – Siviez

Remarques/descriptif

Attention, long trajet en voiture (environ 2 h), mais un coup d'oeil magnifique et nature sauvage.

La BCF, partenaire de vos loisirs.



www.bcf.ch



**Banque Cantonale
de Fribourg**

simplement ouvert

Nadelhorn, de la Mischabelhütte par l'arête NE



VENDREDI 8 JUILLET - SAMEDI 9 JUILLET (NOUVELLES DATES)

PD

Lieu et heure de départ

Gare de Bulle à 5 h 30

Matériel

Standard alpinisme glacier

Dénivelé, heures de marche

Jour 1 +970 m, 4 h ; jour 2 +960 m, -2000 m, 8 h

Exigence physique

D - Très exigeante

Coût approximatif

Transport + cabane

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

Précise ton numéro de portable

Nbre max. participants

6

Chef de courses

Jean-Louis Reymond, 076 391 45 55

Période d'inscription

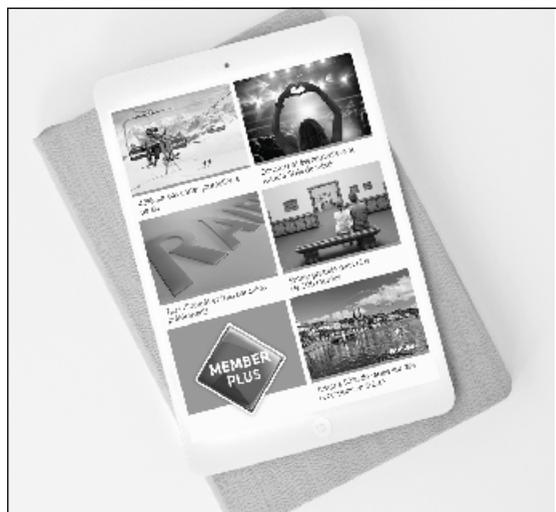
Du samedi 4 juin au dimanche 3 juillet

Itinéraire choisi

Nadelhorn (4327 m) de la Mischabelhütte par l'arête NE, course alpine en altitude avec glacier mais sans grandes difficultés techniques

Remarques/descriptif

Déplacement à Saas-Fee en transports publics Bulle - Bern - Visp - Saas-Fee



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

raiffeisen.ch/memberplus



Apprenez-en plus sur:
raiffeisen.ch/memberplus

RAIFFEISEN

Pigne de la Lé (suite initiation)

SAMEDI 9 - DIMANCHE 10 JUILLET

PD



Lieu et heure de départ

Stamm (Bulle) à 8:30

Situation/Altitude

www.sac-cas.ch/fr/cabanes-et-courses/portail-des-courses-du-cas/pigne-de-la-le-1034/alpinisme/de-la-cabane-de-moiry-traversee-nne-ssw-4373/

Substance

Repas à la cabane de Moiry
+ 2 pique-niques

Matériel

Matériel d'alpinisme + randonnée glacière
+ livre « Sports de montagne d'été »,
édité par le CAS

Dénivelé, heures de marche

3 h 30 de montée (1050 mètres de dénivelé positif), en comptant des arrêts formation.
1 heure de descente jusqu'à la cabane.

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 160.- Transport + repas

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Bruno Parnet, 079 938 19 34

Période d'inscription

Du 1^{er} mai au 7 juillet 2022

Itinéraire choisi

Du parking au bout du lac de Moiry (2350 m), nous suivrons le sentier jusqu'à la cabane de Moiry (2825 m). Nous réaliserons des exercices en vue de l'ascension du lendemain : cramponnage, manipulations de cordes, assurage, ... Le dimanche, nous monterons au Pigne de la Lé, par le pierrier, sur un sentier qui monte jusqu'au Col du Pigne (3141 m). Du Col du Pigne, nous remonterons alors l'arête jusqu'au sommet du Pigne de la Lé. Nous descendrons par le glacier et ferons un débriefing.

Remarques/descriptif

Voir descriptif sur www.camptocamp.org/routes/53898/fr/pigne-de-la-le-arete-nw

**Aux Parfums
Des Saisons**

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

Pâtisserie-traiteur

Boulangerie-Pâtisserie	Service traiteur
Confiserie et chocolat	Apéro dînatoire

www.auxparfumsdessaions.ch

CHAUSSURES
Waeber
BULLE

Grand-Rue 21

Bettmeralp – Sentier de l'UNESCO

SAMEDI 16 JUILLET – DIMANCHE 17 JUILLET

T4



Lieu et heure de départ

Covoiturage Vaulruz à 6 h

Subsistance

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

Matériel

De randonnée, bonnes chaussures, habits chauds, sac à viande. Demi-tarif valable pour le téléphérique.

Dénivelé, heures de marche

Jour 1 : +1200m – 600 m, env. 7 h

Jour 2 : +400 – 800 m, 5-6h

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport, téléphérique, cabane, Fr. 130.00

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Par téléphone uniquement

Chef de courses

Denis Bossel, 079 332 04 68

Période d'inscription

Du lundi 6 juin au mardi 12 juillet

Itinéraire choisi

Jour 1 : Bettmeralp - Bettmerhorn 2871 m, traversée par le sentier de l'UNESCO vers l'Eggishorn 2927 m – Cabane Gletscherstübe.

Jour 2 : Gletscherstübe – Bettmeralp.

Itinéraire selon conditions du jour.

Remarques/descriptif

Très belle rando dans l'Aletsch Arena avec vue sur 360°

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

Variations sur le GR5/Queyras – Val Maira



DIMANCHE 24 JUILLET – SAMEDI 30 JUILLET

T4

Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Subsistance

Cabanes et/ou hôtels, demi-pension, pique-nique à midi

Matériel

Bons souliers avec semelles profilées, bâtons recommandés, équipement pour la montagne, le soleil, la pluie... Habits de rechange, sac de couchage en tissu pour les nuits en refuge et petite trousse et linge de toilette

Dénivelé, heures de marche

Dénivelés positifs entre 800 m et 1400 m, dénivelé négatif max. 1800 m, distance moyenne environ 15 km (sur 6 jours)

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

Transport, cabanes-hôtels, boissons

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Antoine Buntschu, 079 661 26 20

Chef de courses adjoint

Jacques Maillard, 077 473 14 85

Période d'inscription

Du lundi 2 mai au dimanche 10 juillet

Itinéraire choisi

Randonnée alpine en itinérance, mêlant itinéraires GR5, GTA, Via Alpina et autres, naviguant entre Queyras, Ubaye et Val Maira (Italie), donc déjà un petit air de Sud ! Au passage quelques noms évocateurs : Ceillac, Maljasset, Refuge du Chambeyron, Chiappera, Refuge de la Blanche, Saint-Véran. Le parcours, comme à l'accoutumée, nous fera découvrir quelques merveilleux lacs, aux noms et environnements enchanteurs : Lac Miroir, Lac des Neuf Couleurs, Lago Nero, Lago Bleu entre autres.

Remarques/descriptif

Des informations détaillées seront données aux participants. Les directives Covid pouvant évoluer, des informations seront également données en temps voulu.

Sports et Loisirs

Avry-devant-Pont

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

Rte de l'Eglise 19
026 915 12 42

Binntal – Campriolo en boucle (nouvelle date)

VENDREDI 29 JUILLET – SAMEDI 30 JUILLET

T3



Lieu et heure de départ

Terrain de foot La Tour-de-Trême à 6 h 15

Subsistance

2 pique-niques. Demi-pension le soir
(A PAYER EN EUROS AU COMPTANT)

Matériel

De rando ; bâtons très utiles

Dénivelé, heures de marche

1^{er} jour : Fäld – Campriolo +1180 m, -930 m,
env. 6 h de marche. 2^e jour : Campriolo -
Fäld +950 m, -1200 m, env. 5 h de marche

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport + nuitée et demi-pension

Nbre max. participants

10

Chef de courses

Maurice Beaud, 079 549 47 45

Période d'inscription

Du mercredi 15 juin au lundi 11 juillet

Itinéraire choisi

Fäld – Binntalhütte – Campriolo ; Campriolo
– Geisspfad – Fäld

Remarques/descriptif

Deux échelles et chaînes le 2^e jour

Au cœur du Parc National

DIMANCHE 31 JUILLET – SAMEDI 6 AOÛT

T3



Lieu et heure de départ

Gare Bulle à 6 h 10

Hébergement

En cabane ou dortoir

Matériel

De rando alpine, bons souliers profilés,
bâtons ; habits chauds, bonnet, gants,
protection contre la pluie ; casquette et
protection solaire ; sac de couchage ou sac
à viande ;

Subsistance

Thermos et base de pique-nique pour
7 jours (possibilité de se ravitailler en route)

Dénivelé, heures de marche

115 km et +9000 mètres en 7 étapes
(moyenne 16.5 km et +1300 mètres chaque
jour)

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

CHF 680.- Train/Bus (2x billets communes) +
demi-pension en cabane ou hôtel

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max. participants

12

Chef de courses

Pascal Monteleone, 079 669 95 63

Période d'inscription

Du mercredi 1^{er} juin au dimanche 24 juillet

Itinéraire choisi

Scuol – Chamanna Lischana – S-Charl –
Ofenpass - Chamanna Cluozza – Zernez
– Lavin – Ardez

Remarques/descriptif

Superbe itinéraire au cœur de la faune et
de la flore du Parc national.

Parc naturel Sennes Fanes Sud Tyrol (nouvelle date)



DIMANCHE 14 AOÛT - VENDREDI 19 AOÛT

T4



Lieu et heure de départ

Gare de Bulle à 6 h 10

Situation/Altitude

Karwendel / Tyrol Autrichien

Subsistance

Cabanes et/ou hôtels en demi-pension – pique-nique à midi

Matériel

Chaussures à très bon profil, bâtons conseillés, équipement standard de randonnée, mini trousse de toilette et chemise de nuit, savates de cabanes, sac à viande et taie d'oreiller, carte CAS, carte d'identité et certificat COVID

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé journalier entre 800 et 1400 m, temps de marche entre 4 h et 8 h 30

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Hébergement

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Chef de courses

Jean-Claude Perroud, 079 230 68 35

Cheffe de courses adjointe

Mathilde Auer, 079 657 97 92

Période d'inscription

Du 1^{er} au 30 juin 2022

Itinéraire choisi

Randonnée alpine de cabane en cabane sur une partie de l'Adlerweg dans le parc naturel Karwendel qui se situe sur les hauts d'Innsbruck. Entre pâturages et parois rocheuses nous cheminerons sur la « Voie de l'Aigle », à des altitudes entre 1000 m et 2750 m, sur des sentiers parfois escarpés et rocheux, quelques fois sécurisés par des câbles, chaînes ou marches métalliques. Le pied sûr et l'absence de vertige sont indispensables.

Remarques/descriptif

Des informations détaillées seront données aux participants. Les directives Covid pouvant évoluer, des informations seront données en temps voulu, en ce moment, le certificat de vaccination européen est encore exigé.

Les Salbitschijen et leur pont suspendu

VENDREDI 26 AOÛT – SAMEDI 27 AOÛT

T4



Lieu et heure de départ

Gare de Bulle à 6 h 40

Subsistance

2 pique-niques et thermos
et demi-pension à la Salbithütte

Matériel

Équipement complet pour la rando alpine ;
sac de couchage ou sac à viande, protection
solaire.

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

CHF 170.- Transport CFF + demi-pension
cabane

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max. participants

12

Chef de courses

Pascal Monteleone, 079 669 95 63

Période d'inscription

Du 1^{er} juin au 21 août

Itinéraire choisi

Vendredi montée à la Salbithütte au départ
de Wassen (+1550 m) ou de Göschenen
(+1050 m). Samedi traversée Salbithütte –
Voralphütte par la passerelle suspendue au
pied des Salbitschijen, retour à Göschenen.

Remarques/descriptif

Au coeur de la Suisse, superbe randonnée
dans les massifs granitiques uranais. La
traversée Salbit – Voralp en T4 est équipée
d'une passerelle suspendue de 90 mètres et
de quelques tronçons d'escaliers.



Récits de courses

Grand Chavalard

JEUDI 12 AOÛT 2021

Récit et photos de Camille Lavalette



Nous débutons notre marche du jour depuis l'Érié. Mais encore faut-il y arriver ! L'aventure pour le Grand Chavalard commence en effet par la montée depuis Fully, constituée d'interminables serpentins avec une déclivité à faire rouler les balles de foin hors de leur champ. Merci à nos conducteurs chevronnés du jour !

Nous entamons notre marche d'approche sur un joli sentier que nous quittons à l'altitude 2121 m pour bifurquer sur la droite et emprunter le chemin balisé bleu-blanc. La montée en zigzag vers le sommet est entrecoupée de passages à travers les vagues successives de pare-avalanches. Si nous n'avons pas eu l'occasion d'apercevoir ni bouquetin ni marmotte, nous avons rencontré de nombreux Homo Sapiens ainsi qu'une flore très riche, qui nous a été commentée par Colette. C'est ainsi que nous nous sommes notamment éblouis devant les Aster des Alpes et les gypsophiles rampantes. Louane et Camille vont même jusqu'à alourdir leur sac de beaux cailloux en souvenir des pierriers traversés.

Nous atteignons le point culminant de notre randonnée, le Grand Chavalard, affublé d'une antenne et d'une croix, à 2899 m d'altitude, avec une vue panoramique dégagée sur le massif du Mont-Blanc et la vallée du Rhône. Nous redescendons jusqu'au sentier du Tour du Grand Chavalard pour prendre cette fois-ci la direction de Sorniot. Nous longeons les lacs de Fully pour arriver à la cabane de Fenestral, où nous rencontrons nos amis jeudistes qui sont montés depuis Ovronnaz au Col de Fenestral et sont joyeusement attablés devant des planchettes de saucisses et de fromages déjà bien entamées.



Après notre pique-nique, nous entreprenons notre descente depuis le Col de Fenestral et nous faisons une dernière pause au gîte de Lui d'Août pour vider les fonds de bouteille avant de rejoindre les carrosses qui nous attendent au soleil.

Nous ne consommerons le sirop de menthe bien mérité qu'une fois arrivés à Fully, après la descente éprouvante en voiture.

Participants : Colette Dupasquier, Michèle Widmer, Véronique Genin, Rachel Dorthe, Violeta Bérard, Alexandra Crausaz, Camille Lavalette (narratrice), Louane Dénis, Carlo Gatoni, Pascal Monteleone (chef de course).



Dent de Morcles

6 MARS 2022

Texte et photos d'Isaac Ambli



Dimanche 6 mars, nous voilà réunis de bonne heure et avec un petit -3 au thermomètre, fin prêts à nous exiler des pâturages de notre verte Gruyère vers le Valais. Après une bonne heure de route et une pause-café, nous voilà sur le parking du télésiège d'Ovronnaz, prêts à attaquer notre montée avec en ligne de mire la Grande Dent de Morcles, course à ski très réputée en hiver, mais qui est une première pour moi. Nous commençons notre montée, gentiment mais sûrement, en direction du col de Fenestral, à l'abri du vent, tout en espérant avoir le temps d'aller au sommet et d'en redescendre avant la tempête annoncée dans l'après-midi.

Arrivés au-dessus de la cabane Fenestral, à la hauteur d'une croix et d'une magnifique vue sur le lac de Fully gelé, une pause s'impose, histoire d'enlever les skis et de mettre les crampons pour traverser une partie rocheuse.

Quelques petites consignes du chef de courses et nous revoilà repartis. Après quelques mètres en crampons, un peu de répit pour remettre les skis, et une bonne montée (avec à la clé quelques conversions histoire de ne pas oublier le cours d'initiation et les drapeaux de Francis)



nous voilà au sommet, avec une belle vue sur le Léman, la vallée du Rhône, le Mont-Blanc ainsi que sur un tout petit bout de la croix recouverte d'un mètre et demi de neige.

A peine arrivés et déjà repartis, nous revoilà sur les skis dix minutes à peine après être parvenus au sommet. Il faut dire que malgré l'heure du dîner, les fortes bourrasques de vent n'invitent guère au pique-nique les huit membres de notre course ainsi que les autres randonneurs.

Lors de la descente en direction du repas de midi, en guise d'apéritif, notre chef de courses Steffen a trouvé des pentes vierges afin d'éviter celles déjà bien labourées par les autres skieurs, pour le plus grand plaisir de tous.

Après une pause pique-nique, nous remettons les peaux en direction d'un col tout en évitant qu'elles ne s'envolent lors du « dépeutage », nous attaquons notre descente en direction d'Ovronnaz avec toujours notre chef d'orchestre Steffen qui connaît toujours les bons coins en matière de belles pentes à descendre.

Arrivés au parking, nous reprenons nos « jets » direction Bulle tout en espérant une escale à l'apéro, mais en espérant éviter les embouteillages du dimanche sur l'auto-route A9, ce qui ne sera malheureusement pas le cas. Première discussion pour un verre dans la région de Châtel-Saint-Denis, ça sera finalement Bulle. Après deux heures de route dans les bouchons et la bonne humeur, nous y arrivons, avec à la clé le bistrot fermé... C'est à cet instant que Michèle et Philippe nous font l'immense honneur de nous convier chez eux afin de conclure cette magnifique course autour d'un bon goûter bien mérité. Hé oui parce qu'après l'effort, il y a le réconfort !



Un très grand merci à Steffen notre chef de courses, à Philippe et Michèle pour leur invitation, ainsi qu'aux autres participants à cette belle aventure : formidables !

Participants : Eric Daval, Florent Monney, Frédéric Voltz, Isaac Ambli, Michèle Widmer Lauper, Nelly Marmy Conus, Philippe Widmer et notre maître de cérémonie Steffen Steinhauser





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 bucheons	Petzl
		Eclairage LED
RAG	Climatisation	Système homme mort



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

Pointe des Gros Six – (Combe de l'A)



SAMEDI 26 FÉVRIER 2022

Texte et photos de Valérie Menoud

Pointe des Gros Six : 2873 m, joli sommet entre les vals Ferret et d'Entremont en Valais... Mais au fait, pourquoi « Six » ? De nature toujours curieuse, j'ai fait quelques recherches, mais ne me voilà pas beaucoup plus avancée... Bref, on dira que c'est « Six » comme notre rendez-vous le sixième jour de la semaine, le 26 à 6 h du matin sur le parking du CO de la Tour : la journée s'annonce belle !

Juste avant la dernière ligne droite de mon travail de doctorat, je suis enchantée de pouvoir profiter de m'évader un peu en enchaînant les sorties à ski en cette dernière semaine du mois de février. Au fond de moi, j'ai quand même presque mauvaise conscience, mais une âme bienveillante de la course me rassure : « L'air frais de la montagne, ça te rendra ensuite encore deux fois plus efficace ! ». Autrement dit, il s'agit de faire le plein de vitamine D pour le mois suivant qui s'annonce davantage studieux...

Après un sympathique trajet riche en papotages, nous voici arrivés au-dessus de Bourg-Saint-Pierre. La voiture des quatre Glânois nous a rejoints, l'équipe est désormais au complet et nous voilà prêts à démarrer cette jolie balade d'un peu plus de 20 km loin des foules qui se succéderont dans quelques heures sur les Monts Telliers et le Fourchon.

L'échauffement commence par un long plat de 2 km sur la petite route d'accès au barrage de Toule durant lequel je suis contente de pouvoir enfin faire connaissance avec Murielle, une autre vétérinaire du Club Alpin, dont on m'avait déjà souvent demandé si je la connaissais.

Après avoir longé la rive gauche du lac, nous arrivons dans la fameuse Combe des Planards où la neige est très soufflée et gelée. Laurent est aux petits soins et nous

prépare un passage à coup de piolet quand soudain un bruit sourd retentit. Nous sursautons d'abord tous avant de très vite commencer à rigoler... Notre cher Laurent est désormais visible loin à la ronde grâce au ballon orange fluo qui vient de faire subitement son apparition ! Le déclenchement de son airbag n'était pas volontaire, mais désormais tout le monde sait comment d'abord le dégonfler puis comment le ranger à nouveau dans sa poche. Un exercice pas des plus simples. En plus, la fermeture éclair cassée (tiens, ça me rappelle ce qui m'est arrivé il y a deux jours dans le Gantrisch...), nous consolidons le sac à l'aide d'attaches rapides et d'une sangle. Sac à nouveau comme neuf, ou presque !

Nous voilà donc repartis pour bientôt atteindre la large terrasse de la Chaux de Fournoutse en passant par l'alpage du même nom. Nous progressons ensuite à travers de larges pentes douces jusqu'à la Chaux des Planards. Plus qu'un dernier effort pour nous permettre de rejoindre le sommet par une pente plus raide où nous mettons entre nous les distances nécessaires. Le paysage est somptueux, le soleil brille et la neige scintille de mille feux. Nous nous réjouissons déjà de pouvoir bientôt dessiner nos traces sur cette belle pente vierge !





Vente
Réparation
Conseils

Rue Saint-Joseph 44

1630 Bulle

T 026 912 92 42

N 079 285 04 76

sugnaux.electromenager@bluewin.ch

www.sugnaux-electromenager.ch



MENUISERIE AGENCEMENT

Eloi Bosson Sàrl

— Maîtrise Fédérale —



Plafond Acoustique



Atelier de production



Façade lames en mélèze

1632 Riaz | 026 912 42 52

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

Un dernier petit portage puis nous arrivons au sommet sur lequel nous ne nous attarderons pas vu le vent tempétueux et glacial qui souffle en altitude. Néanmoins, le panorama qui s'offre à nous est grandiose avec une magnifique vue sur le massif du Mont-Blanc et sur le Mont Ferret. Comme déjà annoncée la veille par nos deux chefs de courses, la descente initialement prévue par la belle Combe de l'Â ne sera pas au programme pour cette fois en raison du manque de neige. Nous nous élançons donc pour rejoindre à nouveau la Chaux des Planards et savourons les sensations que nous offre cette première belle descente dans une neige poudreuse et légère ! Avec Marie-Claire, nous essayons quand même de tout particulièrement soigner la technique de nos virages avec la voix de notre moniteur de l'école de ski de Jaun dans un coin de la tête, merci Julien 😊 !

Ensuite, nous nous arrêtons pour sortir le pique-nique bien mérité et nous asseoir un moment au milieu d'un décor de rêve. Ayant tous repris quelques forces, nous poursuivons la descente à travers les « col-lines » du vallon de la Combe des Planards.

La fin de notre périple approche quand l'un des membres de l'équipe nous offre soudain une démonstration quelque peu acrobatique... Alors que je commence à me diriger vers lui pour l'aider, je me retrouve moi aussi quelques secondes plus tard les quatre fers en l'air avec de la neige jusqu'au milieu du dos. Aucune casse, juste un moment de franche rigolade qui nous aura d'ailleurs permis de nous rafraîchir avant ce fameux long



tronçon plat qui nous reste encore à vaincre avant de rejoindre le parking ! Oui, car mes skis semblent alors plus coller que glisser, ce qui me vaudra le conseil de peut-être penser à farter mes skis !

C'est finalement à l'Hôtel Restaurant du Crêt de Bourg-Saint-Pierre que nous nous arrêtons pour nous réhydrater comme il faut et partager encore tous ensemble un dernier moment de convivialité afin de clore en beauté cette chouette journée en terres valaisannes. Un grand MERCI à Gérard et Laurent pour l'organisation de cette course ainsi qu'à toute l'équipe pour votre gentillesse et votre bonne humeur ! Chefs de courses : Gérard Monney, Laurent Python

Participants : Edmée, Eric, Dean, Justine, Marie-Claire, Murielle, Valérie P. et Valérie M.

Menuiserie Agencement



Denis Risse Sàrl

Une philosophie, une passion!

Fenêtre - Porte - Agencement
Cuisine - Parquet - Rénovation

079 371 07 76 www.denis-risse.ch

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

OUVERT 7/7 EN SAISON
info@labuvettedulac.ch
 026 915 15 70



 **OXYGENE
MONTAGNE**

 **GUIDES
MONTAGNE**

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



www.o2montagne.ch   **votre magasin spécialisé**
 Route de Ferpicloz 8 • 1731 EPENDES • 026 413 37 70

Semaine clubistique ski Seniors B

SPLÜGEN, 13 AU 19 MARS 2022

Récit de Florance Imhof et Cie, photos de Mathilde Auer



La semaine s'annonce belle, nous nous retrouvons à Corminboeuf et profitons d'un trajet tranquille, sans panne et sans bouchon !

Un crochet par Hinterrhein et Nüfenen où nos chefs de courses évaluent l'état de la neige : les faces sud sont déjà au printemps tandis que les faces nord devraient nous permettre de jolies courses.

Avec un soleil radieux, nous arrivons à Splügen. L'accueil est glacial à l'extérieur, ça souffle fort. Heureusement, l'accueil chaleureux à l'hôtel compense le froid ! Petit tour du village et visite de l'église où nous en profitons pour entonner quelques chants.

La journée du lundi a pour direction le Mittaghorn. Nous profitons d'une belle montée à travers sapins et mélèzes qui

débouche sur un vaste alpage agrémenté de quelques lacs dont celui de Suretta en forme de cœur pour qui veut bien le voir ! Seuls au monde jusqu'à l'approche du sommet, nous sommes accueillis par des visages connus : l'autre équipe des seniors du club. On partage nos impressions devant ce paysage grandiose ouvert à 360° avec ses sommets à perte de vue. Après une belle et longue descente, pénible pour certains, nous profitons de l'apéritif au soleil sur la terrasse de l'hôtel. Françoise nous égaie avec son cor des alpes, merci ! puis passage à l'église pour un *Deo gratias* sous la direction de notre chef de chœur Gaby Luisoni, ce petit moment sera un de nos rituels de la semaine.

Le mardi 15, après un coup d'œil vers le ciel, le départ est retardé d'une heure. C'est sous une pluie fine que nous démarrons en



entreligne graphisme & édition

NOUVEAUTÉ



Récit d'un trekking extraordinaire de 3 semaines au Népal avec des personnes en situation de handicap. Témoignages recueillis par **Hélène Cassagnol**, textes de Jacqueline Surchat, **NICOLE NIQUILLE**, Patrice Favre...

Avec du courage et des envies, les montagnes se gravissent avec beaucoup de magie!



Renseignements et vente sur www.entreligne.ch

MONNEY Eric

Poêles – Cheminées

Construction
Rénovation - réparation

1633 Marsens

079 637 70 86

www.monneycheminees.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)

direction le col du Splügen. Le vent chasse la pluie ce qui incite nos chefs à changer de direction. Nous poursuivons vers l'Alpetli à 2'215 m où le nuage de sable du Sahara nous attend au sommet. La phrase du jour de Gaby : « Ça fait rien si on ne voit rien, pourvu qu'on souffre ». Pause pique-nique au restaurant du sommet et descente sur la piste sont bienvenues.

Mercredi, le Wannagrat est au programme. Course pleine de surprises : ruisseau à traverser, conversions à répétitions, chutes multiples avec de gros éclats de rire, un beau gymkhana proposé par un randonneur du coin... L'arrivée au sommet se fait dans une ambiance toujours aussi colorée par le sable, mais fort heureusement la neige domine. Pour la descente, nous sommes déçus en bien, une superbe pente – sans obstacle – nous récompense. A notre retour, nous avons le plaisir de trinquer avec François Pythoud et sa femme qui nous ont fait la surprise de venir partager la soirée avec nous.

Jeudi, après une montée express, notre doyen toujours au taquet pique un sprint pour récupérer ses skis déjà en train de redescendre ! Les choses sérieuses commencent : au loin, le Guggernüll à 2'886 m. nous fait de l'œil. Démarrage en douceur pour traverser le plateau puis nous entamons une montée tranquille avec moins de conversions que la veille. Le sommet s'est rapproché plus vite que nous l'avions imaginé, il n'est pas blanc mais très coloré par les tenues d'une autre famille de la section. Après avoir enlevé les skis, nous passons une petite arête dans la neige et faisons



quelques pas dans les rochers, c'est une première pour certains. Pique-nique sous le soleil voilé mais tout de même bien chaud et départ pour une descente qui se révèle plus pénible que la montée, la neige est alourdie par le sable. Heureusement nous pouvons nous défouler avec 2-3 descentes sur piste pour terminer la journée.

Vendredi 18 mars, le Tamboalp nous attend. La journée s'annonce grise avec plafond bas et port du casque obligatoire. Nos chefs décident que la descente sur



Laiterie
DE
GRANDVILLARD
LAURENT PYTHON

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



piste sera judicieuse. Après une montée bucolique à travers la forêt, nous nous trouvons sur un chemin dominant la gorge sauvage du Tambobach. C'est un nouveau gymkhana pour franchir les cônes d'avalanche au rythme du tambo-tambo. A la sortie des gorges, c'est sous un épais brouillard que nous arrivons à l'endroit prévu... le restaurant est là, bravo les chefs ! Grâce aux piquets courts à gauche, longs à droite (merci Michel), nous retrouvons le bas de la piste sans anicroche.

La fin de journée avec l'anniversaire de Mathilde se termine en apothéose avec un concert à l'église et un dernier *Deo gratias* au son du cor des Alpes.

Ambiance festive pour la soirée et remerciements chaleureux à Jean-Marc, Maurice et Michel pour les magnifiques randonnées et aussi pour leurs encouragements, leur patience et leur calme.

C'est déjà le jour du retour, nous faisons une halte à Thusis avec la visite du marché cantonal des peaux de gibier, une curieuse tradition du coin que nous découvrons avec étonnement.

Retour sans problème avec nos super chauffeurs, merci !

Ce fut une belle semaine où l'amitié, la gentillesse, les rires et les sourires ont été présents à chaque instant ! Le partage après-ski avec les amis du groupe raquettes a amplifié cette belle ambiance.

Les chefs de courses : Jean-Marc Angéloz, Maurice Beaud, Michel de Techtermann
Les participants : Mathilde Auer, Raymonde Beaud, Erika & Philippe Chatagny, Jean-Daniel Chenaux, Marianne Chenaux, Renato Clément, Françoise Dillon-Bussard, Fabienne Grandjean, Anne-Marie Guillet, Florance Imhof, Gabriel Luisoni, Irénée Savary, Michel Savoy.

PILLER & KRATTER SA

- CHAUFFAGE
- SANITAIRE
- TOITURE
- ETANCHEITE
- PARATONNERRE

1632 Riaz Tél. 026 / 912 98 04

Castella 2.0

SPORTS BULLE



**Venez
visiter notre
corner Millet**

Route du Verdél 22 – Bulle





LAPOSTE

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



Pour une production locale

Nous formons des apprentis



Brevet Fédéral

Partenaire

