



Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS LA GRUYÈRE 03-2022

MARS 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

Trango
SPORT NATURE




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 BOUNAUX

Grandvillard
Responsables : Evelyne et André Dubath
Réservation : 079 603 68 78

CABANE DES CLÉS

Molésion-sur-Gruyères
Responsables : Team Les Clés
Réservation : 079 625 17 07

CABANE DES MARINDES

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

CABANE DE L'OBeregG

Jaunpass
Responsable : Stewe Rumo
Réservation : 079 252 13 94

CABANE DES PORTES

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

BIVOUAC DU DOLENT

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



Infos utiles 01

Editorial 03

Activité en cabanes 05

Cabanes de la section 07

Reflets de la section 14

Hommage à Alexis Minning 16

Groupement jeunesse 18

Courses de la section 23

Récits de courses 41

PHOTO DE COUVERTURE

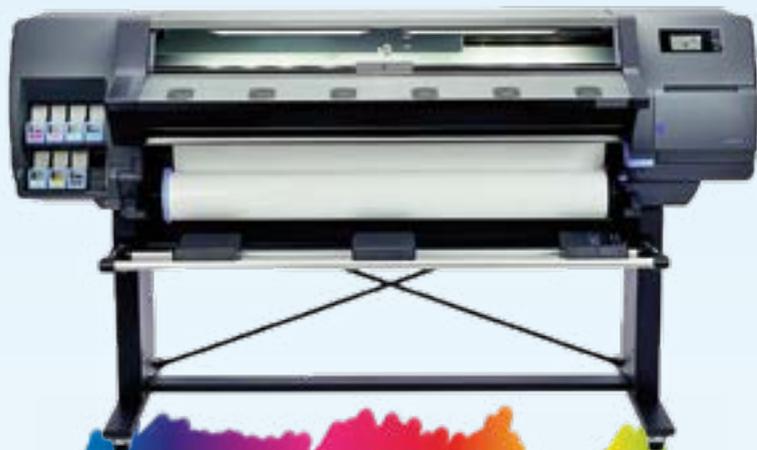
Sortie au Bäderhorn
© Valérie Menoud | 10 février 2022

IMPRESSION NUMÉRIQUE, OFFSET

Nous imprimons/découpons aussi en grand format !

Affiches, posters, bâches, roll-up, papier peint personnalisé,
banderole tissus, autocollants, toile canvas...

Le tout avec une encre latex à base d'eau sans odeur ni émanation de solvants!



To Print
Stéphane Piller

Prenez le temps de comparer!
Demandez une offre! C'est sans engagement...

NOUS IMPRIMONS TOUS VOS FICHIERS! ILLUSTRATOR, CORELDRAW, INDESIGN, PDF...

Chemin Pauvre-Jacques 36, 1630 Bulle – 026 912 50 65
www.toprint-bulle.ch – info@toprint-bulle.ch

Editorial

EMILIE FRAGNIÈRE, SECRÉTAIRE

Portable ouvert, manches retroussées, doigts échauffés, c'est un dimanche nuageux, il est 14 h 26, mon éditorial doit être terminé pour ce soir et mon inspiration approche les « en berne ». Sujets, sujets, où êtes-vous ?

Après avoir consulté quelques sites afin de répondre à la question « Comment trouver un thème pertinent pour un éditorial ? » ou encore « Comment surmonter le syndrome de la page blanche », mon document *Word* approche les 10 caractères (espace compris). Cependant, j'ai appris entre-temps qu'un éditorial bien rédigé était un outil marketing formidable ! Il viserait à attirer des clients potentiels en leur fournissant des informations pertinentes, susceptibles de répondre à leurs besoins. Pour parvenir à intéresser ces derniers, il faudrait essayer de se mettre dans leur peau.

Des explications intéressantes, mais qui ne m'aident malheureusement pas à trouver un thème, étant donné que mon rôle de secrétaire connaît peu de contacts auprès des membres.

En ce qui concerne la page blanche, il est conseillé de créer un mind-map, autrement dit un nuage de mots, avec nos pensées du moment. Attelée à cet exercice, le résultat a été le suivant :



après quelques SOS à mes proches et quelques égarements sur des sites de luminaires. Le néant est bel et bien toujours présent. Néanmoins, avec un grand étonnement, j'ai eu l'agréable surprise en vous expliquant ma galère pour la création de cette rédaction que le nombre de caractères à atteindre a été pulvérisé.

Pour conclure ces quelques lignes, je vous transmets cette citation de Confucius à méditer, qui reflète parfaitement le parcours de mon après-midi d'écriture : « Tous les hommes pensent que le bonheur se trouve au sommet de la montagne alors qu'il réside dans la façon de la gravir. »

N'oubliez pas de croire en vous et de conserver un esprit *Carpe Diem*.

monferini
BULLE ferini
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

Les Arcades
Charmey Epagny Jaun
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 cabanes

Cabane des Portes SOIRÉE «PAPET VAUDOIS»



Samedi 2 avril 2022, dès 18 h



Joël et Jean-François vous proposent une soirée en cabane autour d'un papet vaudois.

C'est avec plaisir que nous prenons votre réservation jusqu'au mercredi

30 mars au 077 409 18 36 ou portes@cas-gruyere.ch.

Prix : CHF 20.-, dessert et café compris



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

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



groupe-e.ch

Cabanes de la section

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

CABANE DE L'OBeregG 1818 m

MARS

Week-end	05 – 06	Dano Schafer
Week-end	12 – 13	Dubath André et Jacquet Jean-Paul
Week-end	19 – 20	Emilie et Natacha
Week-end	26 – 27	Yvan Crettenand

AVRIL

Week-end	02 – 03	Bärtchi Nicolas
Week-end	09 – 10	Libre
Week-end	16 – 17	Libre
Week-end	23 – 24	Libre

MAI

Week-end	30 – 01	Colette Dupasquier et Chantal Pythoud
Week-end	07 – 08	Libre
Week-end	14 – 15	Libre
Week-end	21 – 22	Libre
Week-end	28 – 29	Libre

JUIN

Week-end	04 – 05	Charly Girard, Bouby, JC et Claude Bovigny
Week-end	11 – 12	Libre
Week-end	18 – 19	Libre
Week-end	25 – 26	Anne-Laure Rauber

JUILLET

Fermeture annuelle



INFOS CABANE

Situation

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

Coordonnées

2 591 420/1 157 800 –
CN 1246 Zweisimmen

Restauration

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

Réservation/information

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

Gardiennage

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

Pour les clés

Prendre contact
avec Charly Girard
079 391 35 20



notre
expérience
a choisi
la qualité

Route Principale 144
1628 VUADENS
026 912 74 75

sports cycles
dupasquier
vuadens

www.dupasquier-sports.ch



CABANE DES CLÉS

1352 m

MARS

Week-end	04 - 05	Marie-Jo Porchet, André Grangier
Week-end	12 - 13	Dodo Menoud, Bernard et Christine Bussard
Week-end	19 - 20	René Krattinger
Week-end	26 - 27	Bernard Eltschinger

AVRIL

Week-end	15 - 17	Pâques - Gallianne Monin
Semaine	18 - 22	Vacances - Bernard Bugnon
Week-end	23 - 24	Maryline Chardonnes, Maude Seydoux, Gregory James
Semaine	25 - 29	Vacances - Libre

MAI

Week-end	30 - 01	Gene Duffey, Florence Guillot, Marie-Jo Porchet et Dédé
Week-end	07 - 08	Christine Schouwey et compagnie
Week-end	14 - 15	M. F. Kolly, C. Nicolet, M. Biemann
Week-end	21 - 22	Jean-Claude et Elisabeth Morand
Week-end	26 - 29	Ascension - Famille Lunardi

Merci d'avance aux volontaires qui voudront bien s'annoncer pour un gardiennage durant la semaine libre des vacances de Pâques.



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'Éx

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



**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



**MORAND vins
MV**

Venez visiter notre
Dinothèque

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

GESA
GRUYÈRE ÉNERGIE SA

La force d'une région
www.gruyere-energie.ch



CABANE DES PORTES 1218 m

MARS

Mercredi	02	Eric Sudan et Vonvon Kolly
Week-end	05 - 06	Louis Gremaud
Mercredi	09	Bernard Bussard et Dodo Menoud
Week-end	12 - 13	Eloi Bosson, Alexandra Castella et Francis Van Wynsberghe
Mercredi	16	Jean-François Vienny
Week-end	19 - 20	Nadia Siffert
Mercredi	23	Tobie Gremaud et René Ottoz
Week-end	26 - 27	Gilbert Maillard, Bernard Aubonney et Michel Barbey
Mercredi	30	Madeleine Pittet et Mathilde Auer

AVRIL

Week-end	02 - 03	Joël Bach et Jean-François Vienny Samedi soir, Papet Vaudois
Mercredi	06	André Pauchard
Week-end	09 - 10	Stéphane Romanens
Mercredi	13	Vonvon Kolly et Dodo Menoud
Week-end	16 - 17	Nadia Siffert
Mercredi	20	Bernard Bussard et Dodo Menoud
Week-end	23 - 24	Joël Bach et Jean-François Vienny Clôture de la saison



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

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'Œx

CABANE DE BOUNAUAUX 1620 m

MAI

Dimanche	22	André Dubath
		Ouverture « soupe de chalet »
Semaine	22 - 28	Monnin Galliane et Antoine
Week-end	28 - 29	Bossel Denis- Bella Mireille

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 Cathy
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 - 09	Montéléone Pascal - Maillard Jacques
Week-end	09 - 10	Bosson Eloi - Van Wynsberghe Francis
Semaine	10 - 16	Dubath Evelyne et André
Week-end	16 - 17	Cudré-Mauroux Fabrice et Christèle Scacchi Mélanie et Fred
Semaine	17 - 23	Geinoz Jo et Marie-José - Kaeser Roland et Bernadette
Week-end	23 - 24	Félix Christian
Semaine	24 - 30	Roulin Pierrrot et Myriam - Seydoux Martine
Week-end	30 - 31	Jaquet Laurence et Gérard - Jaquet Jean-Paul

AOÛT

Semaine	31 - 06	Bourguet Cédric et Céline
Week-end	06 - 07	LIBRE
Semaine	07 - 13	Minder Joëlle et Luc-Barbey Isabelle
Week-end	13 - 14	Ducrest Stéphane- Mollard C.
Semaine	14 - 20	Porchet Marie-José - Grangier André - Golliard Gaby
Week-end	20 - 21	Delaquis Jean-Marc et Lucienne - Dupont Patrice et Fabienne
Semaine	21 - 27	Roux Gilbert - Zengger Jean-Jacques
Week-end	27 et 28	Savary Emilie et Alberto

SEPTEMBRE

Semaine	28 - 03	Gachet Bruno et M.-Céline - Scarangella Carlo et Bernadette
Week-end	03 - 04	Girard Charly - Bovigny Claude - Boschung
Semaine	04 - 10	Bussard Isabelle - Waeber Géraldine
Week-end	10 - 11	Menoud Christophe - Bapst Dominique et Sébastien
Semaine	11 - 17	Larsonneur Pierre-Louis - Avril Maud
Week-end	17 - 18	Schaffer Daniel - Rumo Gérald
Semaine	18 - 24	Musy François - Brasey Thierry
Week-end	24 - 25	Girard Alain - Roth Samuel - Duruz Julien - Tagand Romain
Semaine	25 - 01	Berset François

OCTOBRE

Week-end	01 - 02	Fermeture - équipe
----------	---------	---------------------------





CP 14 / Rte de Gruyères 30
1663 Epagny / Gruyères
T 026 921 11 84
info@pittetvins.ch
www.pittetvins.ch

Pour les réservations:

courriel à
bounavaux@cas-gruyere.ch
ou téléphone au
079 603 68 78

PS : pas de message sur le téléphone !

Les responsables :

Evelyne et André Dubath
François Musy et
Jean-Paul Jaquet

COIN DE LA SYMPATHIE

Nous présentons nos sincères condoléances et assurons de notre amicale sympathie toutes les personnes touchées par les décès de **Eugène Pittet**, membre vétérinaire, papa d'Yves Pittet, membre ; **Henri Jetzer**, membre externe, soixantenaire ; **Michel Zaugg**, membre cinquantenaire ; **Jean Widmer**, papa et beau-papa de Philippe et Michèle et famille, membres.



NAISSANCE

Nous avons la joie de vous annoncer la venue de la petite **Nyla Giordano** dans la famille de Fanny et Cyril, née le 26 janvier dernier. Bienvenue à Nyla et félicitations aux heureux parents.

Reflets de la section

ADMISSIONS

Seydoux Jérôme , rue de la Colline 15, La Tour-de-Trême
Verdon Jean-Claude , chemin de la Bauma 16, Dompierre
Sallin Christelle , route du Bugnon 89, Villaraboud
Wichser Anne-Sophie , route de la Verrerie 25, Fiaugères
Gremaud Laurent , route des Cheseaux 13, Echarlens
Progin Catherine , rte de Villarlod 170, Vuisternens-en-Ogoz
Caudron Sylvie , chemin des Epinettes 7A, Marly
Kelemen Tünde , rue de la Grand-Fontaine 7, Fribourg
Ladanyi Gabor Balazs , rue de la Grand-Fontaine 7, Fribourg
Noirjean Philippe , Le Faubourg 12, Torny-le-Grand
Darnauguilhem Nicolas , La Rietta 22, Vaulruz
Scheurer Léa , route de Lessoc 40, Grandvillard
Geinoz Jonathan , route de la Lêtchyre 27, Enney
Guisolan Marie , Industriegasse 8, Bienne
Grangier Sophie , rue Caroline 10, Lausanne
Maret Arnaud , Bagerstrasse 3, Schmitten
Risse Joëlle , route de la Pala 4, Posieux
Zinder Pauline , route de la Poste 3, Les Avants
Tena Mickaël , route de la Poste 3, Les Avants
Fénart Marc-Antoine , route de Lussy 7, Villaz-St-Pierre
Bays Maëlle , route de Bel-Air 40, Marly
Nourdin Nicolas , route de la Part-Dieu 18, Bulle
Blaga Adina , rue du Vieux-Pont 67, Bulle
Huguenin Manon , rte Centre-du-Village 3, Grangettes-près-Romont
Rey Michaël , rte Centre-du-Village 3, Grangettes-près-Romont
Godar Gilles , route de Belmont 11, Cottens
Godar Séverine , route de Belmont 11, Cottens
Gabriel Guillaume , chemin des Cerisiers 34, Bulle
Michel Suzanne , route du Village 204, Besencens
Boschung Charles , rue des Berges 1, La Tour-de-Trême
Tinghir Sevan , ch. de la Colline 31, 1635 La Tour-de-Trême

ADMISSIONS GJ

Kelemen Flora , rue de la Grand-Fontaine 7, Fribourg
Doutaz Elsa , chemin des Gentianes 25, Pringy
Bergmann Norah , chemin du Crêt 4, Pringy
Monnet Kris , route Centre-du-Village 3, Grangettes-près-Romont
Godar Lucie , route de Belmont 11, Cottens
Godar Olivia , route de Belmont 11, Cottens

ACTIVITÉS DE JANVIER

02.01	Préalpes	4
02.01	Oberegg	30
06.01	Jaun - Col Hochmatt - Pralet - Jaun	12
06.01	Pierre du Moellé (rempl.Grosse Côte)	24
08.01	Lué Bo (2020 m)	6
11.01	Initiation ski de randonnée	16
11.01	Braye	19
13.01	Patraflon	7
13.01	Folliu Borna	18
15.01	Ski de randonnée - module 2 jours + 1 week-end (1)	12
15.01	Sortie accueil des nouveaux membres	20
15.01	Cape au Moine (rempl.Lauenhorn)	7
15.01	Initiation ski de randonnée	20
15.01	Sortie pleine lune aux Portes	11
16.01	La Cuâ	9
16.01	Région Jaun	8
16.01	Cours Technique de descente	28
18.01	Vudalla	18
20.01	Walighürli	24
22.01	CP ski de randonnée	21
22.01	Cours avalanche	62
23.01	Tête à Josué, 2131m	10
25.01	Horeflue	16
27.01	Hinderi Wispile	12
27.01	Vallon de Varvalanna (rempl.Ochsen)	10
27.01	Croix des Alpettes	7
29.01	Plan de la Douve (rempl.Tête à Josué)	12
29.01	Tricotage Haute Combe (rempl. Bellegarde - Rougemont)	13
29.01	Floschhöre	13
29.01	Initiation ski / Course 1 (région Allières)	17
29.01	Mannliflue 2652 m	12
30.01	Châtillon 2478 m	7

LE SILENCE

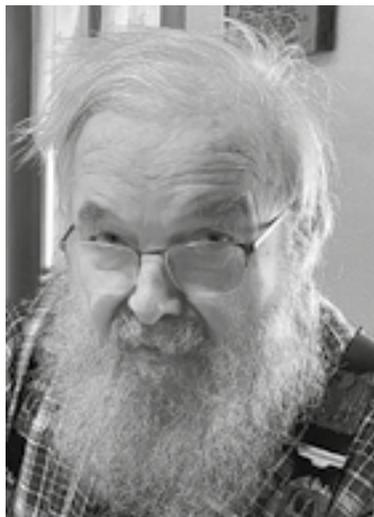
*Les skis frottent sur la neige.
Un soulier braie au rythme des pas.
Trois sapins modulent le chant du vent.
Une toux, un halètement,
Le cri du train de la vallée,
Mille bruits s'unissent
Mais aucun ne trouble le silence.
La colonne des skieurs avance,
Colorée, rythmée, secrète.
Le silence devient maison.
Mon esprit y habite.
Les autres locataires,
Beauté, Poésie,
Philosophie, Rêve,
Amour et son Alter ego,
Dieu Trinité,
Parlent en silence.
Leurs mots faits de lettres muettes
Ne disent rien,
Ne signifient rien
Mais, au-delà des sens,
Au-delà de l'intelligence,
Je les comprends.
En silence je leur réponds.
Ce polylogue sans parole
Berce ma béatitude.
Mon corps bout d'effort.
Mon âme s'installe, tranquille,
Dans la paix, le silence !*

Pierre Martignoni

Hommage à Alexis Minning

(En 1959, il avait réussi une première aux Gastlosen)

Le 4 janvier dernier est décédé Alexis Minning, dans sa 85^e année. Avec sa barbe fleurie, Alexis était une figure très connue et pittoresque de notre section du CAS. Né à Marsens, en 1937, Alexis a fait son apprentissage de menuisier dans l'entreprise Jules Sallin, à la rue Sciobéret à Bulle. Au cours de sa formation, il rencontra un bon copain qui l'initia tout de suite à la passion de la montagne. Avec Raymond Vuarnoz, il commença ses premières sorties vers les Gastlosen et en devint tout de suite un mordue.



En 1959, il se mit dans la tête de faire la première de l'Hangeflue, située entre les grandes et les petites Sattels. Durant tout l'été de cette année 1959, il équipa cette paroi. Il utilisa surtout des coins en chêne, qu'il confectionnait lui-même, et armés d'anneaux en fer soudés chez son voisin le forgeron Félicien Tinguely. Avec son copain Maco Pasquier, un fils du laitier de Marsens, au matin du 5 septembre 1959, il décida donc d'entreprendre cette première. En cours de soirée, avec mon copain Jean-Da Morard – alors étudiant en médecine – nous nous rendîmes au pied de cette paroi pour connaître l'avancée de leur aventure. Sans natel à l'époque, mais à haute voix, on a pu comprendre qu'il leur manquait du matériel pour pouvoir sortir cette première. Ils nous ont demandé de venir les ravitailler en pitons, coinces, etc, depuis le sommet.

Alexis et Maco ont donc passé la nuit, encordés en pleine paroi. En cours de nuit, Maco est parti dans les pommes. Alexis s'est souvenu qu'il avait une petite topette de pomme au fond du sac. Par un effort surhumain, il parvint à la saisir et lui *ingorgita* une lampée qui le fit revenir à la réalité.

Au Chalet du Régiment, avec Jean-Da on rassembla le matériel nécessaire qu'on mit dans un sac. De bonne heure le lendemain matin, on entreprit la montée de la Rüdigen par la vire. On fit toute la traversée des grandes Sattels pour arriver à la pointe de l'Hangeflue. Depuis le sommet, par une corde, on a pu leur descendre le matériel de secours. Après encore plusieurs heures d'effort, vers midi, ils avaient effectué leur première.

Très marqués par l'effort, nos deux héros sont rentrés avec nous par le fond des Sattels puis le col du Loup. Au Chalet du Régiment, Huguette et d'autres copines nous avaient préparé une *platalée* de pâtes des plus appréciées...

Par la suite, très attaché à ses amis de la section, Alexis a escaladé un grand nombre de sommets et à son actif aussi tout autant de randonnées. Pour ma part, c'est lui qui m'a donné goût à la montagne, ce qui ne m'a d'ailleurs jamais quitté. Il était mon parrain pour mon entrée au CAS. J'ai eu le plaisir d'effectuer plusieurs courses de 3 jours qui m'ont enchanté. C'était du temps de Chico comme chef de course et cette chance m'a laissé des souvenirs merveilleux.

Alexis aura marqué son passage au Club alpin. Son fils Jean-Marc et ses petits-fils en sont d'ailleurs de dignes successeurs. Leurs exploits sont la récompense de tout ce qu'Alexis leur a inculqué durant son long parcours de montagnard.

A son épouse Renata qu'il avait connue au Chalet du Régiment, à ses enfants et petits-enfants, ainsi qu'à toute sa famille, en leur présentant ma cordiale sympathie, je leur dirai qu'avec la mort d'Alexis c'est tout un pan de souvenirs impérissables qui ressurgissent.

Vonvon

La BCF, partenaire de vos loisirs.



www.bcf.ch

 **Banque Cantonale
de Fribourg**

simplement ouvert

Rothore – région Gstaad–Gsteig

SAMEDI 12 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

CHF 10.-

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Chef de courses

Claude Heckly, 079 398 06 44

Chef de courses adjoint

Bernard Wicky, 079 962 18 86

Période d'inscription

Du mardi 1^{er} février au vendredi 11 mars

Itinéraire choisi

Rothore (2275 m) au-dessus de Lauenen, avec un départ de Lauenen (1240 m) si les conditions le permettent ou de Uf der Flue (1479 m). Dénivelé: 800 à 1000 m, mais nous nous adapterons aux participants.

Présentation des courses d'été

JEUDI 7 AVRIL

Pour tous



Lieu et heure de départ

Stamm à 19 h

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Par sms ou whatsapp (079 933 52 63)

Cheffe de courses

Marjolaine Hugonnet, 079 933 52 63

Période d'inscription

Du mardi 1^{er} mars au mercredi 6 avril

Petit Combin

SAMEDI 26 ET DIMANCHE 27 MARS

AD



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Subsistance

Cabane FXB Panossière

Matériel

Équipement complet pour glacier

Dénivelé, heures de marche

J1 1150 m D+, J2 1200 m D+

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

Cabane en demi-pension

Renseignements/inscription

Par téléphone, par courriel, en ligne

Nbre max participants

6

Chef de courses

Nicolas Dreyer, 079 682 30 55

Chef de courses adjoint

Martin Widmer, 079 701 84 22

Période d'inscription

Du lundi 10 janvier au jeudi 17 mars

Itinéraire choisi

1^{er} jour : Fionnay - cabane FXB

2^e jour : cabane FXB - Glacier de Corbassière - Petit Combin. variante : descente par le glacier des Follats

Camp de Pâques: Haute Route Furka – Susten

VENDREDI 15 AU LUNDI 18 AVRIL

PD



Lieu et heure de départ

Stamm à 8 h

Subsistance

En cabane avec demi-pension + pique-nique pour 4 jours, gourde

Matériel

Équipement peau, couteaux, DVA, pelle, sonde, piolet, crampons, baudrier

Dénivelé, heures de marche

Chaque jour 6 à 7 heures de marche

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 300.- cabanes avec demi-pension

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max participants

7

Chef de courses

Rainer Frick, 079 372 54 93

Cheffe de courses adjointe

Marjolaine Hugonnet, 079 933 52 63

Période d'inscription

Du lundi 1^{er} novembre au mardi 15 mars

Itinéraire choisi

Haute Route Furka – Susten

Belle traversée à ski de cabane en cabane

Sports et Loisirs Avry-devant-Pont



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

Rte de l'Eglise 19
026 915 12 42

 **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



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

raiffeisen.ch/memberplus

MEMBER PLUS

RAIFFEISEN

Apprenez-en plus sur:
raiffeisen.ch/memberplus

S Courses de la section

Bundstock, 2755 m

JEUDI 10 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Parking foot à La Tour-de-Trême à 6 h

Substance

Pique-nique

Matériel

De rando à ski avec couteaux et DVA, pelle et sonde

Dénivelé, heures de marche

1500m. dénivelé, montée environ 4 heures

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

CHF 30.--Transport

Renseignements/inscription

En ligne ou par téléphone

Nbre max participants

12

Cheffe de courses

Colette Dupasquier, 079 697 26 22

Chef de courses adjoint

Jacques Maillard, 077 473 14 85

Période d'inscription

Du mardi 1^{er} au jeudi 10 mars

Itinéraire choisi

Départ de Tschingelsee 1160 m, Griesalp, Dünde Mittelberg, Bundstock

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 dénivelés. Le but est fixé selon les conditions du moment et les envies des participants. Ces courses ne dépassent pas les niveaux T2 ou S2.

Rendez-vous chaque jeudi à 10 h au parking du terrain de foot à La Tour-de-Trême.



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 11



026 928 10 08

**Agence générale de Bulle
Chemin de Folliéran 23**

la Mobilière

Jacques Yerly, agent général
Claude Donzallaz, chef de team
Bastien Ecabert, chef de team

Pour toutes vos assurances

SPO RTS a v e n t u r e s

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

SPORTS AVENTURES SA / ROUTE DE BILLENS 14 / 1690 ROMONT/FR
T 026 952 26 41 / F 026 952 46 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

Pic Chaussy

JEUDI 10 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Parc de la Tour à 8 h

Coût approximatif

Transport

Situation/Altitude

Les Mosses

Renseignements/inscription

Par téléphone

Substance

Pique-nique

Instructions d'inscription

Par tél. 079 245 03 45

Matériel

De rando, DVA, pelle et sonde.

Chef de courses

Michel de Techtermann, 079 245 03 45

Dénivelé, heures de marche

1000 m de dénivelé

Période d'inscription

Du jeudi 3 mars au mardi 8 mars

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Remarques/descriptif

Il est impératif de savoir skier.

Ski région Gemmi

SAMEDI 12 ET DIMANCHE 13 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Gare de Bulle à 6 h 19

Chef de courses

Roland Charrière, 079 199 95 32

Matériel

Complet de randonnée à ski

Période d'inscription

Du mardi 1^{er} au lundi 28 février

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Itinéraire choisi

Samedi : Départ de Ferden - Ferdenpass
descente sur Loèche - télécabine - Hotel de
la Gemmi +1500 m - 1400 m
Dimanche : selon conditions et participants

Coût approximatif

CHF 150.- Transport, cabane,
avec demi-tarif

Remarques/descriptif

Vaste région pour le ski de randonnée,
nous logerons à l'hôtel de la Gemmi.
Déplacement en transports publics

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Inscription par téléphone uniquement

Nbre max participants

7

Pointe de Drône 2949 m

SAMEDI 12 MARS

PD



Lieu et heure de départ

CO de La Tour-de-Trême à 6 h

Matériel

Matériel de rando, piolet et crampons

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max participants

12

Chef de courses

Laurent Python, 079 285 37 89

Chef de courses adjoint

Gérard Monney, 079 617 43 54

Période d'inscription

Du vendredi 4 février au vendredi 11 mars

Itinéraire choisi

Depuis la sortie du tunnel du Grand-Saint-Bernard, on se dirige vers le plateau de la combe de Drône puis monter par le Pas des Chevaux puis en direction du sommet. Belle descente dans la face nord si les conditions le permettent. 1000 m de dénivelé

Le Tarent 2547 m

DIMANCHE 13 MARS

AD



Lieu et heure de départ

Parc CO2 à 7 h

Situation/Altitude

L'Etivaz

Substance

Pique-nique

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Francis Dévaud, 079 256 80 66

Période d'inscription

Du samedi 1^{er} janvier au vendredi 11 mars

Traversée Bellegarde - Grandvillard

DIMANCHE 13 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Exigence physique

D - Très exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Nbre max participants

12

Chef de courses

Jean-Michel Niklès, 079 376 70 37

Cheffe de courses adjointe

Chantal Python Niklès, 079 385 15 91

Période d'inscription

Du mardi 1^{er} au jeudi 10 mars

Itinéraire choisi

Lieu et heure de rendez-vous seront définis par le chef de courses



Albristhore

JEUDI 17 MARS

AD



Lieu et heure de départ

Place de parc terrain de foot la Tour de Trême à 7 h

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 samedi 5 mars au mardi 15 mars

Folliu Borna 1848 m

SAMEDI 19 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h

Situation/Altitude

Haut-Intyamon

Substance

Pique-nique

Dénivelé, heures de marche

+1000 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 5.- Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max participants

8

Chef de courses

Sébastien Dousse, 079 628 76 05

Période d'inscription

Du lundi 14 au vendredi 18 mars

Itinéraire choisi

Départ les Sciernes, env. 7 km de montée

Col des Iignes

SAMEDI 19 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Parking Duvillard Epagny à 6 h

Dénivelé, heures de marche

1300 m de dénivelé

Substance

Pique-nique, boisson

Matériel

Complet de skis de randonnée, couteaux, DVA, pelle, sonde

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone ou mail à
patrick_barbey@bluewin.ch

Instructions d'inscription

Renseignement chez Patrick par sms

Chef de courses

Patrick Barbey, 079 286 51 22

Période d'inscription

Du mardi 1^{er} février au dimanche 13 mars



Col de l'Evêque

SAMEDI 19 ET DIMANCHE 20 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Bulle, stamm à 8 h

Matériel

Complet d'hiver (DVA, pelle, sonde)
+ couteaux, baudrier et piolet

Situation/Altitude

Arolla

Dénivelé, heure de marche

1500 m pour les 2 jours

Itinéraire

1^{er} jour : Arolla - cabane des Vignettes

1152 m.

2^e jour: cabane - col de l'Evêque - Haut
glacier d'Arolla 364 m. 10 km de descente

Subsistance

Cabane des Vignettes + pique-niques pour
2 midis

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport et cabane

Renseignements/inscription

En ligne

Nbre max participants

6

Chef de courses

Eric Barras, 079 261 15 82

Chef de courses adjoint

Philippe Bussard, 077 524 68 47

Période d'inscription

Du mercredi 9 au mercredi 16 mars

Grand Chavalard: Le Basse-Hautes Fenêtre

DIMANCHE 20 MARS

AD



Lieu et heure de départ

Parking CO2 à 6 h 30

Matériel

Standard de randonnée, crampons, piolet
+ corde 30 m pour 3 personnes.

Dénivelé, heures de marche

+1100 m en empruntant les installations

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

CHF 15.- Pour le télésiège. A rajouter le
transport jusqu'à Ovronnaz.

Renseignements/inscription

Par courriel, en ligne

Instructions d'inscription

De préférence en ligne ou par SMS

Nbre max participants

8

Chef de courses

Laurent Marilley, 079 588 63 39

Période d'inscription

Du lundi 28 février au jeudi 17 mars

Itinéraire choisi

Du sommet des installations d'Ovronnaz
descente sur le Petit Pré. Rejoindre Le Basse
et suivre l'arête jusqu'au Hautes Fenêtres.
Descente du couloir E puis montée au
Grand Château. Descente par le couloir E.

La Fava

JEUDI 24 MARS

PD



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Subsistance

Pique-nique

Dénivelé, heures de marche

1100 m

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

CHF 30.- Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Jean-Claude Perroud, 079 230 68 35

Itinéraire choisi

Sommet pyramidal reconnaissable de loin,
situé dans la région des alpages de Pointet
et des Mayens de My dans la vallée de La
Morge, au-dessus de Sion. On s'arrêtera au
sommet sud.



Pointe de Drône

SAMEDI 26 MARS

AD



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

CHF 10.- Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

En ligne, par téléphone (079 205 85 96)

Chef de courses

Steffen Steinhauser, 079 205 85 96

Période d'inscription

Du samedi 1^{er} janvier au vendredi 25 mars

Descente de la Vallée Blanche (Chamonix)

SAMEDI 26 MARS

PD



Lieu et heure de départ

CO de La Tour-de-Trême à 7 h

Dénivelé, heures de marche

Montée à l'aiguille du Midi en téléphérique. Descente de la Vallée Blanche jusqu'au Montenvers ou à Chamonix, selon les conditions.

Exigence physique

A - Peu exigeante

Coût approximatif

Transport et remontées mécaniques, env. CHF 110.- (prendre des euros)

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max participants

8

Cheffe de courses

Florence Luy, 079 293 53 08

Chef de courses adjoint

Denis Bossel, 079 332 04 68

Période d'inscription

Du vendredi 4 au lundi 21 mars

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

Dent de Morcles 2968 m

JEUDI 31 MARS

AD



Lieu et heure de départ

Parc de la Tour à 7 h

Situation/Altitude

Ovronnaz / Morcles

Subsistance

Pique-nique

Matériel

De rando complet, DVA, pelle et sonde et couteaux.

Dénivelé, heures de marche

En télésiège (magicpass) puis depuis le Petit Pré à la force des mollets. Environ 1000 m de montée, mais 1500 m de descente.

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Par tél. 079 245 03 45

Chef de courses

Michel de Techtermann, 079 245 03 45

Période d'inscription

Du lundi 21 au mardi 29 mars

Remarques/descriptif

Pour les possesseurs du Magicpass, ne pas l'oublier.



TREZZINI
CONCIERGERIE

Rte de Mordon 15
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

Dômes de Miage 3670 m en traversée

SAMEDI 2 AU DIMANCHE 3 AVRIL

AD



Lieu et heure de départ

CO de La Tour-de-Trême à 7 h

Matériel

Matériel de ski de rando et de glacier (corde, baudrier, piolet, mousquetons, cordelettes, casque).

Dénivelé, heures de marche

1^{er} jour : montée au refuge des Conscrits (dénivelé 1400 m, soit env. 4 h). 2^e jour : du refuge au sommet par le col des Dômes, puis arête aérienne (dénivelé 1100 m). Descente par le glacier d'Armanette (assez raide au début) jusqu'aux Contamines.

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport et refuge, env. CHF 110.- (prendre des euros)

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max participants

8

Cheffe de courses

Florence Luy, 079 293 53 08

Cheffe de courses adjointe

Jacqueline Cotting-Currat, 079 725 26 37

Période d'inscription

Du samedi 5 au dimanche 27 mars

Pointe de Moline

DIMANCHE 3 AVRIL

PD



Lieu et heure de départ

Covoiturage Vaulruz à 6 h 30

Substance

Pique-nique

Matériel

De randonnée à ski, couteaux. DVA, pelle, sonde

Dénivelé, heures de marche

+1150 m, environ 4 heures

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Denis Bossel, 079 332 04 68

Période d'inscription

Du lundi 14 mars au vendredi 1 avril

Itinéraire choisi

Super St-Bernard - Pointe de Moline 3060 m. Eventuellement portage pour le sommet. Descente par le même itinéraire.



Vallon de Réchy

SAMEDI 2 ET DIMANCHE 3 AVRIL

PD



Lieu et heure de départ

CO La Tour à 6 h 45

Substance

2 pique-niques nuit en demi-pension à la cabane des Becs de Bosson

Matériel

Complet de ski de randonnée

Dénivelé, heures de marche

Selon conditions
Environ 1200 à 1300 m par jour

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport + demi-pension à la cabane + remontées mécaniques

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 lundi 21 février au vendredi 4 mars

Itinéraire choisi

Un décor sauvage et itinéraire selon conditions



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

Wandflue (ski) et escalade à Grand Orgue

DIMANCHE 3 AVRIL

PD et 5c



Lieu et heure de départ

Bulle, parking salle CO2 à 6 h

Matériel

Standard ski de randonnée et standard d'escalade

Dénivelé, heures de marche

+810 m de montée à ski de randonnée

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par courriel, en ligne

Instructions d'inscription

En ligne de préférence ou par sms

Nbre max participants

8

Chef de courses

Laurent Marilley, 079 588 63 39

Période d'inscription

Du lundi 7 au jeudi 31 mars

Itinéraire choisi

Montée à la Wandflue en randonnée à ski par la voie normale et escalade à Grand Orgue (tous niveaux).



lucien-carrel.ch



tavillonneur



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 lamés en mélèze

1632 Riaz | 026 912 42 52

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

Blanc de Moming 3661 m

VENDREDI 15 ET SAMEDI 16 AVRIL

PD



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Chef de courses

Laurent Python, 079 285 37 89

Matériel

Matériel de rando habituel, matériel pour dormir à la cabane, piolet, crampons, baudrier

Chef de courses adjoint

Gérard Monney, 079 617 43 54

Dénivelé, heures de marche

Vendredi après-midi 1100 m de dénivelé jusqu'à la cabane Arpittetaz.
Samedi 900m de dénivelé jusqu'au sommet

Période d'inscription

Du mercredi 4 février au jeudi 14 avril

Exigence physique

C - Exigeante

Itinéraire choisi

Départ vendredi après-midi de Zinal et montée à la cabane de l'Arpittetaz (1100 m de dénivelé) on dort à la cabane et le samedi matin on traverse le glacier de Moming. Il s'agit d'une course à vocation glaciaire de toute beauté, avec une superbe vue sur la couronne impériale

Coût approximatif

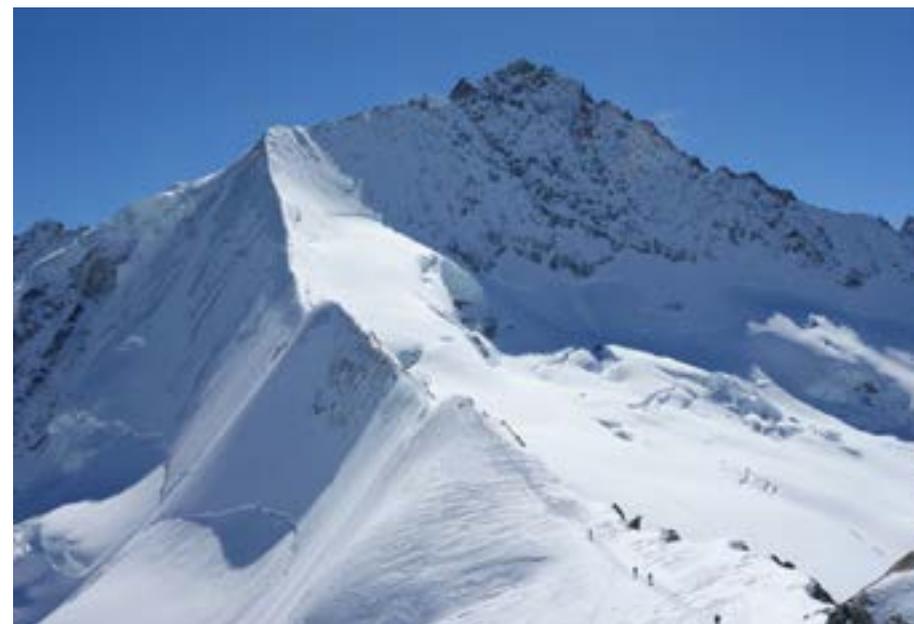
Transport + cabane

Remarques/descriptif

Départ vers 12 h de Bulle pour Zinal le vendredi

Nbre max participants

15



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 NIQUELLE**, **Patrice Favre**...

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

Renseignements et vente sur www.entreligne.ch



Rappel/information

Lorsque vous allez grimper chez LANIAC ou L'Entrepôt à Bulle, n'oubliez pas d'annoncer votre appartenance à notre club (munissez-vous de la carte CAS) et vous obtiendrez 10 % de remise sur le prix d'entrée.



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

PILLER & KRATTER SA

- CHAUFFAGE
- SANITAIRE
- TOITURE
- ETANCHEITE
- PARATONNERRE

1632 Riaz Tél. 026 / 912 98 04

Haute Combe – Rodomont

SAMEDI 29 JANVIER 2022

Récit de Didier Vienne et Nathalie Corminboeuf, photos de Benoît Richoz



Il paraît que le bizutage d'une première course avec le CAS est de faire le récit de course! Donc relevons ce défi ;-)

Premier coup de flippe de la journée pour Nath : en mettant mes peaux de phoque le matin... l'élastique casse!!! Top pour une première course, je dois potentiellement renoncer le matin même, alors qu'il y a une liste d'attente... aie aie aie... bon réfléchissons vite et bien aux options et petit message à Didier pour savoir s'il a des peaux de réserve et miracle, il a un élastique en stock.

Du coup, en route pour le rendez-vous. On retrouve l'équipe et en avant direction notre point de départ au pont de la Scie pour le plan B soit la Haute Combe et le col de Rodomont. Le soleil a eu raison du plan A qui était la traversée de Jaun à Rougemont.

Après une mise en jambe le long de la rivière avec de magnifiques paysages de glace et d'eau, nous voilà en route pour le col de Forcla et nous continuons vers la Haute Combe, suivi de la descente du versant nord dans une pente « topissime ».

On remet les peaux et cette fois c'est Didier qui a eu son p'tit coup de flippe ;-), impossible de remettre les fixations, va-t-il falloir dégeler tout ça selon les conseils de notre cheffe de courses? Pas eu besoin de dégeler, le couteau suisse a rempli sa mission.

Départ pour la 2^e grimpette vers la Haute Combe avec les couteaux (Nath, si tu les mets à l'endroit ça ira mieux!! oups....), des conversions et la suite skis aux pieds



ou pas, selon... l'envie ou la capacité de chacun. Un joli petit cours de technique!

Après cet épisode cocasse, le pique-nique nous a fait le plus grand bien et c'est déjà le départ pour la descente pente sud direction la grosse Combe, plus ou moins ramollie. Arrivée au bord d'un ruisseau, on « repôte » pour la 3^e montée de la journée direction le col de la Forcla et Rodomont Devant ou Derrière?! Bonne question, mais c'est égal, les paysages sont magnifiques.

Une petite descente « cartonneuse » pour bien fatiguer les jambes, ouf pas long, et on entame la dernière montée de la journée en direction du signal de Rodomont.

Le temps de faire quelques photos des magnifiques montagnes environnantes, nous voilà en piste pour la descente finale. La première partie est superbe à skier, que du plaisir! La 2^e partie, pour arriver aux voitures, est un peu plus compliquée, entre neige carton et quelques cailloux sur le chemin.

Nous voilà tous arrivés le sourire aux lèvres et fiers d'avoir accompli les plus de



18 km pour 1660 m de dénivelé concoctés par notre cheffe de courses.

Il fait très soif et nous nous arrêtons aux Moulins pour boire une bière bien méritée. Selon Benoît nous avons le droit à 1 bière par 500 m de dénivelé ;-)

Un tout grand merci à nos chefs de courses Jacqueline et Jean-Louis pour leurs conseils et leur patience, ainsi qu'à tout le groupe pour ce magnifique esprit d'équipe et cette bonne humeur ;-)

Grâce à vous tous, cette première expérience a été top et nous a énormément plu !

Les participants : Vienne Didier, Monney Lucie, Richoz Benoît, Ecabert Bastien, Gremaud Corinne, Tendall Christine, Kolly Michel, Corminboeuf Nathalie, Magne Christophe, Baeriswyl Cédric, Marmy Conus Nelly et les chefs de courses : Cotting-Currat Jacqueline, Reymond Jean-Louis



Castella 2.0

SPORTS BULLE



Venez visiter notre corner Millet

Route du Verdel 22 – Bulle





LAPOSTE

JAB
CH -1630 Bulle



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

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