

CAS LA GRUYÈRE
©TOPRINT-BULLE.CH

CASE POSTALE 502 - 1630 BULLE
PHOTO D'UNE COURSE DE SECTION

Les courses 2019



DIRECTIVES EN CAS D'ACCIDENT

1



Alarme au 144 ou Rega 1414

QUI ?	Nom de la personne donnant l'annonce
QUOI ?	Etat du/des blessé(s)
QUAND ?	Date / heure de l'accident
OÙ ?	Lieu de l'accident / coordonnées / accès
COMBIEN ?	Nombre d'accidentés

2_a



Le chef de courses doit annoncer un accident « mineur » :

- **Au préposé :**
A la fin de la course et au plus tard le lendemain (par téléphone et dans le rapport de course).

2_b



Le chef de courses doit annoncer un accident « majeur » :

- **Aux préposés :**
Le plus rapidement possible (par téléphone).

NOTES



En cas de non réponse du préposé appeler son remplaçant !

Préposés : Grandjean Francis 079 750 16 11
Roly Charrière 079 199 95 32

Président : Claude Heckly 079 398 06 44

IMPORTANT : aucune communication aux médias

Chères, chers clubistes,

Les années se suivent et le carnet des courses vous propose à nouveau de partir à la découverte de nouveaux horizons, de beaux sommets, avec quelquefois d'autres façons de parcourir la montagne.

Cette année l'espace dévolu à la formation a été élargi, car nous pensons que c'est notre rôle en tant que section du CAS d'y repourvoir. Bien sûr, ces formations demandent un engagement, mais il vaut toujours la peine de renforcer ses connaissances et ce à tout niveau ; c'est un gage de sécurité pour tous.

Ce programme est l'œuvre de tous les chefs de courses de notre section, qui ont à cœur de vous faire partager leur passion, de vous faire découvrir des lieux nouveaux, surprenants, avec compétences et dans un esprit convivial. Le « travail » des chefs de courses est conséquent et ils œuvrent bénévolement (MERCI à eux).

Malheureusement, la météo nous joue parfois des tours, les conditions ne sont pas toujours optimales et il est parfois nécessaire de proposer un plan B, voir de renoncer. Pensez-y en vous inscrivant aux courses et jouez « fair-play »...

En espérant que tous nos membres trouveront ici chaussures à leurs pieds montagnards, pour que nous puissions vivre des moments inoubliables en montagne teintés d'instant de partage.

Sommaire

Introduction, sommaire	page 1
Informations générales et instructions	page 2
Courses de la section 2019 / Pictogrammes	page 3
Formation adultes	page 17
Courses du groupement jeunesse 2019	page 18
Description des cotations	page 21
Chefs de courses section	page 25
Chefs de courses GJ	page 28
Liste de matériel à emporter	page 30
Les cabanes de la section	page 31
Comité	page 33
Comité Groupement jeunesse	page 35
Informations utiles	page 36
Commissions / Guides de la section	page 37
Accompagnateurs en montagne / Concept urgence	page 38
Notes personnelles	page 39
Signaux de détresse	page 40

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Le détail des courses est publié dans le bulletin mensuel.

Lieu de rassemblement: selon décision du chef de courses et/ ou informations sur le site Internet

Inscription: selon indication dans le bulletin ou le site

Remarque:

***Pour votre plaisir et celui du groupe, ne vous surestimez pas !
Dans le doute, prenez contact avec le chef de courses !***

Instructions

Lorsqu'une course est renvoyée, le chef en avise les participants inscrits ainsi que le préposé aux courses.

Le chef de course a tout pouvoir de prendre les décisions jugées nécessaires à la réussite de l'excursion. Il peut modifier l'itinéraire et/ou le programme, même en cours de route, pour autant que la difficulté ne dépasse pas celle prévue initialement.

Afin qu'une bonne harmonie règne, les clubistes doivent se conformer aux ordres du chef de course ou du guide. L'inobservation de cette condition dégage ces derniers, ainsi que la section, de toute responsabilité. Les excursions présentant des difficultés sont réservées aux clubistes ayant une expérience et un entraînement suffisants. Le chef de course reste libre de refuser l'inscription d'un participant.

Les chefs de course doivent remettre au préposé de la commission des courses un rapport établi sur le document officiel Droptour.

Un récit de course publié dans le bulletin mensuel et sur le site internet est toujours fort apprécié des lecteurs. A cet effet, le chef de courses peut nommer un rapporteur qui adressera son récit et d'éventuelles photos à la rédaction du bulletin (bulletin@cas-gruyere.ch) ou utiliser le formulaire en ligne à l'adresse : <http://www.cas-gruyere.ch/fr/recits-de-courses-2/>

Les frais de déplacements pour la course sont répartis entre les participants, selon le règlement en vigueur.

COURSES DE LA SECTION 2019

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 PD.

Rendez-vous chaque mardi au parking de la rue Majeux à 8 h 30 d'octobre à mars 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 F.

Rendez-vous chaque jeudi à 9 h au parking de la rue Majeux.

Pictogrammes



Randonnée pédestre



Raquettes



Alpinisme



Via Ferrata



Escalade



Formation



Ski de randonnée



VTT

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	F	Me 02.01	Mathilde Auer	Course du Nouvel An (Oberegg)
	F	Je 03.01	Jacques Maillard	Garten
	WT1	Di 06.01	Denyse Dupasquier	Course des Rois - Les Portes
		Me 09.01	Francis Grandjean	Initiation ski de randonnée
	WT2	Je 10.01	Antoinette Bussard	Gross Schwyberg
	PD	Je 10.01	Jean-Claude Mauron	Plan de la Douve
	F	Sa 12.01	Francis Grandjean	Initiation ski de randonnée
	PD	Sa 12.01	Sébastien Dousse	Hundsrügg
	AD	Di 13.01	Steffen Steinhauser	Le Van / Les Merlas
	PD	Je 17.01	Colette Dupasquier	Haute-Combe
	PD	Sa 19.01	Francis Grandjean	Floschöre
	WT1	Sa 19.01	Mathilde Auer	Sortie pleine lune aux Portes
	PD	Sa 19.01	Pascal Monteleone	Sortie des nouveaux membres
	F	Sa 19.01	Jacqueline Cotting-Currat	Module « ski de randonnée initiation »
	PD	Di 20.01	Claude Heckly	Ski de randonnée - module perfectionnement - n°1
	KSI	Me 23.01	Colonne de secours	Cours avalanche
	PD	Je 24.01	Jean-Marc Angéloz	Pointe des Ecrivignes

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	KSII	Sa 26.01	Colonne de secours	Cours avalanche
	PD	Sa 26.01	Jacqueline Cotting-Currat	Haute-Combe par les Sciernes Piccats
	PD	Di 27.01	Pierre Scyboz	Wandflue (2133 m)
	PD	Je 31.01	Pascal Monteleone	Folliu Borna
	F	Je 31.01	Romain Chofflon	Walighürli, depuis Feutersoey
	PD	Sa 02.02	Roland Charrière	Schafarnisch-Märe
	D	Di 03.02	Steffen Steinhauser	Bürgle Face N
	AD	Di 03.02	Jean-Michel Niklès	Widdersgrind (2103 m) depuis Hengstkurve (1218 m)
	PD	Je 07.02	Jean-Claude Perroud	Plan de la Douve
	PD	Je 07.02	Jacques Maillard	Pic Chaussy
	WT2	Je 07.02	Antoinette Bussard	Chrüzflue
	PD	Sa 09.02	Jacqueline Cotting-Currat	Traversée Bellegarde - Rougemont
	F	Sa 09.02	Jacques Maillard	Module initiation ski de randonnée
	PD	Di 10.02	Eric Barras	Wandflue - Husegg
	PD	Je 14.02	Colette Dupasquier	Chumigalm
	PD	Je 14.02	Maurice Beaud	Vanil-Blanc et Grosse Côte
	PD	Sa 16.02	Roland Charrière	Dotse-Tête de Ferret

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	WT1	Sa 16.02	Colette Dupasquier	Sortie pleine lune aux Clés
	PD	Sa 16.02	Sébastien Doussé	Pointe de Bremingard
	AD	Di 17.02 – Ve 22.02	Pascal Monteleone	Semaine de ski rando Rätikon (Grisons)
	PD	Di 17.02	Christine Tendall	Circuit Husegg - Vallon des Fenils - Husegg
	AD	Di 17.02	Francis Dévaud	Bäderhorn depuis Jaun
	PD	Je 21.02	Jean-Marc Angéloz	Tête de Minaude
	WT2	Je 21.02	Antoinette Bussard	Montsoflo - Ciernes Nouvelles et retour en boucle
	PD	Je 21.02	Jean-Claude Mauron	Fochsenflue
	PD	Sa 23.02	Francis Grandjean	Les Louérettes
	F	Sa 23.02	Eric Barras	Module initiation ski de randonnée
	PD	Di 24.02	Claude Heckly	Ski de randonnée - module perfectionnement - n°2
	PD	Je 28.02	Michel de Techtermann	Tête à Josué 2131 m
	PD	Sa 02.03 – Di 03.03	Roland Charrière	Monte Leone (par le Breithornpass)
	AD	Sa 02.03	Philippe Bussard	Châtillon
	PD	Di 03.03	Jean-Michel Niklès	Jaun - Grandvillard
	F	Di 03.03	Steffen Steinhäuser	Module « ski de randonnée initiation »
	AD	Je 07.03	Colette Dupasquier	Männliflue

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	PD	Je 07.03	Romain Chofflon	Husegg
	AD	Sa 09.03	Jacqueline Cotting-Currat	Gstellihorn
	PD	Sa 09.03 – Ve 15.03	Jean-Marc Angéloz	Semaine Seniors B, Massif de la Silvretta
	PD	Sa 09.03	Sébastien Dousse	Préalpes selon conditions
	AD	Di 10.03 – Sa 16.03	Francis Dévaud	Semaine découverte
	PD	Je 14.03	Jacques Maillard	Wisttäthorn
	AD	Sa 16.03 – Di 17.03	Florence Luy	Trois cols région Argentière
	PD	Di 17.03 – Sa 23.03	Romain Chofflon	Semaine de ski rando séniors A, au val Müstair
	PD	Je 21.03	Michel de Techtermann	Pointe d'Arpile 1982 m
	AD	Sa 23.03	Pascal Monteleone	Le Buet
	AD	Di 24.03	Steffen Steinhauser	Gros Perré
	WT3	Me 27.03 – Je 28.03	Antoinette Bussard	Wildhornhütte
	AD	Je 28.03	Michel de Techtermann	Albristhorn 2762 m
	PD	Sa 30.03	Florence Luy	Col du Tour Noir
	AD	Je 04.04	Jacques Maillard	Pointe de Drône 2949 m
	AD	Ve 05.04 – Di 07.04	Jean-Bruno Pugin	Mini Haute route
	PD	Sa 06.04	Florence Luy	Descente de la Vallée Blanche

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	T1	Je 11.04	Suzanne Gremaud	Balade au fil de la Sarine
	AD	Je 11.04	Colette Dupasquier	Rogneux
	PD	Je 11.04	Jean-Claude Mauron	Col des Ecandies
	PD	Sa 13.04 - Di 14.04	Francis Grandjean	Sustenhorn
	T2	Di 14.04	Lise Ruffieux	Chasseron 1606 m
	AD	Di 14.04	Steffen Steinhauser	Vanil Carré
	T2	Je 18.04	Antoinette Bussard	Gorges du Taubenloch
	PD	Je 18.04	Michel de Techtermann	Région Gd St Bernard
	T1	Je 25.04	Irénée Savary	Fribourg-Gurmels
	KSI	Sa 27.04	Roland Charrière	Lecture de carte
	T3	Je 02.05	Jacques Maillard	Dent du Chamois
	AD	Sa 04.05 - Di 05.05	Claude Heckly	Ski de randonnée - module perfectionnement - n°3
	AD	Di 05.05	Jean-Michel Niklès	Plasselbschlund-Schwyberg
	T3	Di 05.05	Mathilde Auer	L'Ardève
	T2	Je 09.05	Antoinette Bussard	Tour du Wohlensee
	AD	Sa 11.05	Christine Tendall	Arêtes de Baulmes
	T3	Di 12.05	Lise Ruffieux	Montagne de Boudry

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	KSI	Me 15.05	Jean-Bruno Pugin	Soirée encordement / mouflage / noeud
	T3	Je 16.05	Romain Chofflon	Refuge des Sommètres en boucle
	T3	Di 19.05	Mathilde Auer	Dent de Broc
	T2	Je 23.05	Antoine Buntschu	Narcisses en Intyamon
		Sa 25.05	Francis Grandjean	CP Randonnée
	PD	Sa 25.05	Sébastien Doussé	Chatel-sur-Montsalvens - La Berra
	T2	Di 26.05	Denyse Dupasquier	Pic Chaussy
	K4	Je 30.05	Jean-Louis Kolly	Via ferrata Farinetta + rando Saillon-Ovronnaz
	T2	Sa 01.06	Pascal Monteleone	Sortie nouveaux membres
	T3	Sa 01.06	Philippe Bussard	Pointe de Paray
	5b	Sa 01.06	Laurent Marilley	Eperon du Dard
	F	Je 06.06	Martial Rouiller	Hauterive - Tinterin
	T4	Je 06.06	Jacques Maillard	Gros Brun en traversée
	5b	Sa 08.06	Pascal Berset	Dent de Ruth, avenue des Chamois
	AD	Sa 08.06	Michel Léderrey	Le Catogne - Le Bonhomme : Éperon SW
	3 Exigeant	Di 09.06	Xavier Corminboeuf	Virée VTT
	T4	Je 13.06	Martial Rouiller	Fochsenflue

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	T4	Je 13.06	Jean-Claude Mauron	Schällihorn
	5b	Sa 15.06	Laurent Marilley	Bravo Lapp
	T3	Di 16.06	Denis Bossel	Luan - Tour d'Aï
	T4	Je 20.06 - Di 23.06	Lise Ruffieux	Les Aravis
	PD	Sa 22.06 - Di 23.06	Bruno Parnet	Alphubel (voie normale)
	T3	Sa 22.06	Sébastien Doussé	Brenleire
		Lu 24.06	Johannes Konrad	Initiation alpinisme soirée théorie
	T2	Je 27.06	Jean-Marc Angéloz	Col de la Forclaz - Le Tour
	F	Sa 29.06 - Di 30.06	Johannes Konrad	Initiation alpinisme
	T6	Sa 29.06	Raphaël Muntwiler	Vanil du Croset - Brenleire - Folliéran - Galère
	T2	Di 30.06	Albert Marchon	Vanil des Cours
	T3	Di 30.06 - Ve 05.07	Mathilde Auer	Rando flore seniors Val Devero
	T4	Je 04.07	Maurice Beaud	Pointe d'Aveneyre
	PD	Ve 05.07 - Di 07.07	Bruno Parnet	Barre des Ecrins et Dôme de Neige des Ecrins
	PD	Sa 06.07	Sébastien Guisan	Pollux arête SW
	5c	Sa 06.07	Laurent Marilley	Petite fleur, Rocher du souvenir
	PD	Di 07.07 - Ve 12.07	Roland Charrière	Formation alpinisme perfectionnement

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	T3	Di 07.07 – Sa 13.07	Colette Dupasquier	Randonnée au sud des Ecrins en fleurs
	PD	Di 07.07	Pierre Scyboz	Pigne de la Lé (suite initiation alpinisme)
	T3	Di 07.07	Denis Bossel	La Fouly - Névé de la Rousse
	T2	Je 11.07	Irénée Savary	Wiriehore
	T3	Je 11.07	Jean-Claude Mauron	Tour de la Chörblispitz
	T3	Sa 13.07 – Di 14.07	Francis Grandjean	Ussers Barrhorn 3610 m
	F	Di 14.07	Pierre Scyboz	Traversée des Dents Vertes (suite initiation alpinisme)
	T3	Je 18.07	Antoine Buntschu	Rocher Plat
	T2	Je 18.07	Martial Rouiller	Pfyffe
	PD	Sa 20.07 – Di 21.07	Eric Barras	Aiguilles du Tour
	T3	Di 21.07	Lise Ruffieux	Dent du Bourgo
	T3	Je 25.07 – Ve 26.07	Jean-Marc Angéloz	Zindlenspitz 2097 m
	PD	Sa 27.07 – Di 28.07	Roland Charrière	Initiation alpinisme (suite)
	T6	Sa 27.07	Raphaël Muntwiler	Gros Van - Mont d'Or par la Dalle de Sonna
	T3	Di 28.07 – Je 01.08	Pascal Monteleone	Tour des Combins
	T3	Di 28.07	Denis Bossel	Col des Martinets - cabane de la Tourche
	T3	Ve 02.08 – Je 08.08	Jean-Claude Perroud	Alta Via 2 Aoste

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	AD	Sa 03.08	Raphaël Muntwiler	Traversée des Ecandies
	T3	Je 08.08	Irénée Savary	Doldenhornhütte
	4c	Sa 10.08	Pascal Berset	Rives de la Mer de Glace, voie Câline
	PD	Sa 10.08	Sébastien Guisan	Allalinhorn par Hochlaubgrat
	T4	Je 15.08	Pascal Monteleone	Gantrisch - Chrummyfadeflue
	T3	Je 15.08	Martial Rouiller	Dent du Bourgo
	T4	Sa 17.08 - Sa 24.08	Antoine Buntschu	Dolomites / Saison 2
	T3	Je 22.08	Jean-Claude Mauron	Vanil Carré - Pra de Cray
	AD	Sa 24.08 - Di 25.08	Roland Charrière	CP chef de courses alpinisme
	T3	Sa 24.08	Albert Marchon	Pointe de Paray et Vanil de l'Ecri
	T3	Je 29.08	Romain Chofflon	Flüeseeli par Simmfäll
	K3	Sa 31.08 - Di 01.09	Pascal Bonvin	Cabane Pierredar, via ferrata des Dames anglaises
	T2	Sa 31.08 - Di 01.09	Denis Bossel	Kinhütte en boucle
	PD	Sa 31.08 - Di 01.09	Michel Léderrey	Traversée Combin de Corbassière - Petit Combin
	T2	Di 01.09	Albert Marchon	Geltenhütte
	T3	Lu 02.09 - Di 08.09	Roland Dervey	Le Tubkal 4167 m Maroc Atlas
	T2	Ma 03.09 - Je 05.09	Irénée Savary	Région de Cogne

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	T2	Je 05.09	Michel de Techtermann	Tour des Gastlosen
	T3	Sa 07.09	Xavier Corminboeuf	Boucle de l'Aiguille de Loriaz - région Vallorcine
	5c	Sa 07.09 - Di 08.09	Claude Heckly	Escalade Longue voie
	T4	Di 08.09	Bruno Parnet	Oldehore (Becca d'Odon - Oldenhorn)
	K4	Je 12.09	Jean-Louis Kolly	Via ferrata du Belvédère + rando région Mont-Noble
	T3	Je 12.09	Jacques Maillard	Pointe de Cray- Culland-Aiguille
	T3	Sa 14.09	Evelyne Grand	Tour de l'Argentine
	T3	Sa 14.09 - Lu 16.09	Denis Bossel	Vallée de Vals - Lântahütte
	AD	Sa 14.09	Michel Léderrey	Perrons de Vallorcine : Traversée E W
	T4	Je 19.09 - Ve 20.09	Antoine Buntschu	Arpelistock / Geltenhütte
	6a	Di 22.09	Laurent Marilley	Pfadflue Sud par la voie Hallo Marco
	T3	Je 26.09	Romain Chofflon	La Tour de Famelon
	T4	Je 26.09	Jean-Claude Mauron	Dent de Folliéran
	T3	Sa 28.09 - Di 29.09	Pascal Bonvin	Soirée fondue et nuit au Bivouac du Dolent
	T5	Sa 28.09	Jacques Maillard	Dent de Ruth
	T2	Di 29.09	Lise Ruffieux	Rando-lectures à la Rotenflue
	T2	Je 03.10	Raymonde Beaud	Sur les Hauts de Grandvillard

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	T4	Je 03.10	Jacques Maillard	Vanil Noir par arête Nord
	T3	Sa 05.10	Evelyne Grand	Tour de Mayen
	T4	Di 06.10	Steffen Steinhauser	Région Vanils
	T3	Je 10.10	Jacques Maillard	Molésion-Teysachaux
	5c	Sa 12.10	Christine Tendall	Voie d'escalade « Météorire »
	T2	Je 17.10	Martial Rouiller	La Berra
	T3	Sa 19.10	Philippe Bussard	Hochmatt
	T3	Di 20.10	Francis Grandjean	Pointe d'Aveneyre 2026 m
	T3	Je 24.10	Jean-Claude Mauron	Cape au Moine de l'Etivaz
	T2	Di 27.10	Albert Marchon	Valsainte - La Berra
	T3	Je 31.10	Antoinette Bussard	Mont Brûlé
	T2	Sa 02.11	Roland Dervey	Préalpes fribourgeoises
	T2	Je 07.11	Michel de Techtermann	Bire Hundsrügg
	T4	Di 10.11	Pascal Monteleone	Dent de Lys en traversée
	T1	Je 14.11	Romain Chofflon	Semsaies - Le Niremont - Bulle
	T2	Sa 16.11	Roland Dervey	Tour du Molésion
	T2	Je 21.11	Jacques Maillard	Vudalla

Type	Cotation	Date	Chef de courses	Destination
	T5	Sa 23.11	Sébastien Guisan	Biolet - Brecaca - Gummfluh
	T1	Je 28.11	François Pythoud	Sortie surprise Clôture de saison
	T1	Je 05.12	Mathilde Auer	Sur les pas de St Nicolas
	PD	Di 08.12	Francis Grandjean	Région Les Mosses
	F	Je 12.12	Michel de Techtermann	Région Les Mosses
	F	Je 19.12	Romain Chofflon	Région Préalpes
	PD	Di 22.12	Steffen Steinhauser	Région L'Etivaz
	PD	Je 26.12	Jean-Claude Perroud	Préalpes

Pigne de la Lé: © Claude Heckly



FORMATION ADULTES

Le programme des courses 2019 contient plusieurs propositions de formation. Elles figurent avec le pictogramme :



Pour s'inscrire, les bulletins mensuels vous renseigneront sous la rubrique « Formation » ainsi que sur notre site web via Droptour F-T ou F-P.

DESCRIPTION DES ABRÉVIATIONS POUR LES FORMATIONS

FB-P = formation de base - Pratique

FB-T = formation de base - Théorie

FC-P = formation continue - Pratique

FC-T = formation continue - Théorie

FP-P = formation perfectionnement - Pratique

FP-T = formation perfectionnement - Théorie

Afin de connaître mieux la vie de notre section, n'oubliez pas de consulter nos pages Internet sous : www.cas-gruyere.ch

Consulter notre programme des courses sur la page d'accueil (www.cas-gruyere.ch) ou ici : www.cas-gruyere.ch/fr/courses-et-formations/programme-annuel-des-courses/

**N'oubliez pas de nous envoyer un petit récit
(avec ou sans photo)
d'une belle course ou d'une sortie mémorable :
bulletin@cas-gruyere.ch**

GROUPEMENT JEUNESSE

Chers jeunes, chers parents,

Voici le nouveau programme fraîchement sorti. Cette année, comme chaque année, nous nous efforçons d'offrir des courses de qualité avec un maximum de plaisir à la clé. La plupart des courses sont accessibles pour les débutants, ce qui leur permet d'être accompagnés dans leur progression. Cette année le programme comprend plusieurs modules, à savoir :

- Un module d'excursion à ski niveau débutant
- Un module d'excursion à ski niveau moyen
- Un module de 3 courses d'alpinisme

Le but est de faire découvrir la montagne à chaque jeune intéressé par cet univers, mais aussi de consolider les bases de celles et ceux qui sont déjà habitués à fouler les cailloux. Ces sorties sont là, afin de permettre d'échanger ses expériences, de permettre aux plus aguerris de faire profiter de leur «bouteille» aux débutants et ainsi de tisser des liens.

Cependant pour l'avenir, nous sommes toujours à la recherche de relève dans les moniteurs pour accompagner les groupes, été comme hiver. En effet, il est difficile de proposer un programme intéressant et complet d'année en année. C'est pourquoi il est nécessaire pour le club d'avoir suffisamment de moniteurs qui s'engagent pour nos jeunes. Alors si vous êtes motivés à partager vos connaissances en montagne, de suivre des cours de formation et d'en faire ainsi profiter nos montagnards en herbe, n'hésitez pas à nous contacter ! Quoi de mieux pour nos jeunes d'être encadrés par des jeunes moniteurs, mais aussi par des parents motivés.

COURSES DU GROUPEMENT JEUNESSE 2019

Type	Difficulté	Date	Chef de course	Destination
	F	Di 13.01	Léo Scyboz	Module ski débutant : course 2
	PD	Di 20.01	Rainer Frick	Rando ski Préalpes Gantrisch
	F	Me 23.01	Jonas Clerc	Module ski : cours avalanche
	F	Sa 26.01	Jonas Clerc	Module ski : cours avalanche
	PD	Sa 02.02	Antoine Clerc	Module ski débutant : course 3
	PD	Sa 02.02	Jonas Clerc	Module ski moyen : course 1
	AD	Di 03.02	Antoine Clerc	Cascade de glace
	PD	Sa 09.02 - Di 10.02	Johannes Konrad	Dormir dans un igloo
	AD	Sa 16.02	Laurent Scheurer	Ski de rando au Tsermon
	PD	Sa 23.02 - Di 24.02	Johannes Konrad	Week-end ski de rando en cabane
	PD	Di 03.03 - Ve 08.03	Alexandre Castella	Camp de Carnaval
	AD	Sa 16.03	Florence Niklès	Module ski moyen : course 2
	AD	Sa 23.03	Melchior Frick	Ski de rando Albristhorn
	PD	Sa 06.04 - Di 07.04	Niklas Konrad	Module ski moyen : course 3
	PD	Sa 13.04 - Me 17.04	Johannes Konrad	Ski de rando - Camp de Pâques

Type	Difficulté	Date	Chef de course	Destination
	PD	Sa 11.05	Jonas Clerc	Gais Alps : course d'arête débutant
	PD	Sa 18.05	Léo Scyboz	Longue voie : Gastlosen sud
	PD	Sa 01.06 - Di 02.06	Florence Niklès	Alpinisme
	6a	Sa 22.06	Laurent Scheurer	Jumelle
	PD	Sa 29.06 - Di 30.06	Marjolaine Hugonnet	Alpinisme/Grimpe autour de Trient-Orny
	PD	Sa 06.07 - Di 07.07	Rainer Frick	Module alpinisme course 1 : Gwächtenhorn Westgrat
	PD	Sa 13.07 - Di 14.07	Melchior Frick	Escalade Susten
	F	Ve 09.08 - Di 11.08	Johannes Konrad	FIFAD sortie GJ
	PD	Lu 12.08 - Sa 17.08	Alexandre Castella	Camp d'été
	PD	Sa 31.08 - Di 01.09	Johannes Konrad	Module alpinisme course 2: Arête rocher altitude
	5b	Sa 07.09 - Di 08.09	Jonas Clerc	Escalade - longues voies - niveau abordable
	PD	Sa 14.09 - Di 15.09	Rainer Frick	Module alpinisme : Allalinhorn Hohlaubgrat
	PD	Sa 21.09 - Di 22.09	Marjolaine Hugonnet	Escalade où il fait beau :)

DESCRIPTION DES COTATIONS POUR LES COURSES

Echelle CAS pour la cotation des randonnées pédestres

Degré	Chemin, balisage, terrain	Exigences
T1 Randonnée	Chemin ou sentier bien tracé. Les endroits exposés (s'il y en a) sont très bien assurés. Tout risque d'accident peut être éliminé avec un comportement normal. Si balisé, aux normes de la FSTP : jaune	Aucune, convient aussi en baskets L'orientation ne pose pas de problème, possible même sans carte
T2 Randonnée en montagne	Chemin ou sentier avec tracé ininterrompu et montées régulières. Terrain parfois raide, risques de chute pas exclus. Si balisé, aux normes de la FSTP : blanc-rouge-blanc	Avoir le pied sûr, chaussures de trekking recommandées. Capacité élémentaire d'orientation
T3 Randonnée en montagne exigeante	Sentier pas forcément visible dans le terrain, les passages exposés peuvent être assurés avec des cordes ou des chaînes; évent. appui des mains nécessaire pour l'équilibre. Quelques passages exposés avec risques de chute, pierriers, pentes mêlées de rochers sans chemin. Si balisé, aux normes de la FSTP : blanc-rouge-blanc.	Avoir le pied très sûr, bonnes chaussures de trekking. Capacité d'orientation dans la moyenne. Expérience élémentaire de la montagne
T4 Randonnée alpine	Sentier parfois manquant, l'aide des mains est quelquefois nécessaire pour progresser. Terrain assez exposé, pentes herbeuses délicates, pentes mêlées de rochers, névés faciles et passages sur glacier non recouverts de neige. Si balisé, aux normes de la FSTP : blanc-bleu-blanc	Etre familier du terrain exposé; chaussures de trekking rigides. Une certaine capacité d'évaluation du terrain et une bonne capacité d'orientation. Expérience alpine; en cas de mauvais temps le repli peut s'avérer difficile
T5 Randonnée alpine exigeante	Souvent sans chemin, quelques passages d'escalade faciles. Terrain exposé difficile, pentes mêlées de rochers, glaciers et névés présentant un risque de glissade. Si balisé : blanc-bleu-blanc	Chaussures de montagne. Evaluation sûre du terrain et très bonne capacité d'orientation. Bonne expérience alpine et connaissances élémentaires du maniement du piolet et de la corde.
T6 Randonnée alpine difficile	La plupart du temps sans chemin, passages d'escalade jusqu'à II. Souvent très exposé, pentes mêlées de rochers délicates, glaciers sans neige, avec risque accru de glissade En général non balisé.	Excellente capacité d'orientation. Expérience alpine confirmée et habitude de l'utilisation du matériel technique d'alpinisme.

Echelle CAS pour l'alpinisme

Pour la cotation d'ensemble d'un itinéraire, c'est la plus haute valeur des critères principaux qui vaut. L'échelle UIAA (avec chiffres romains) s'applique aux passages d'escalade.

Critères principaux			
Degré	Rocher	Degré UIAA	Névé et glacier
F	Terrain de marche facile (éboulis, arête de blocs facile)	dès I	Névés faciles, pratiquement pas crevassés
- PD +	Le plus souvent encore terrain de marche facile, sûreté du pas accrue, passages d'escalade clairement disposés et sans problèmes	dès II	En règle générale pentes peu raides, brefs passages plus raides, peu de crevasses
- AD +	Assurance nécessaire à multiples reprises, passages d'escalade plus longs et exposés	dès III	Pentes plus raides, occasionnellement assurance avec relais, nombreuses crevasses, petite rimaye
- D +	Bon sens de l'itinéraire et manie- ment de corde efficace sont nécessaires, longs passages d'escalade, demandant le plus souvent l'assurance avec relais	dès IV	Pentes très raides, demandant le plus souvent l'assurance avec relais, nombreuses crevasses, rimaye importante
- TD +	Assurance avec relais constam- ment nécessaire dans les sec- tions difficiles, escalade conti- nuellement exigeante	dès V	Terrain escarpé continuellement, assurance avec relais continu
ED	Ascensions de paroi demandant un grand engagement	dès VI	Passages très raides et verti- caux, demandant l'escalade sur glace
EX (ABO)	Ascensions de paroi extrê- mement raides, en partie surplombantes	VII et plus	Escalade sur glace extrême

Echelle CAS pour courses à ski

Critères principaux

Cette échelle est couramment utilisée dans de nombreux descriptifs de courses et sert de référence pour notre programme des courses.

Degré	Degré d'exposition	Pente, forme du terrain Montée et descente	Passages étroits à la descente	Exemples Edition CAS: Source de la Berra à La Dent de Morcles
F (+)	Pas de risque de glissade	Jusqu'à 30 ° Terrain doux, vallonné, sol égal	Pas de passage étroit	Husseg, Niremont, La Berra, Haute Combe, Vanil Blanc (Albeuve) Walighürli (Feu-tersoey) Monts Chevreuils
PD (- +)	Risque de courtes glissades se terminant en pente douce	Dès 30 ° En général, larges pentes avec quelques brefs raidillons. Possibilité d'éviter les obstacles (conversions nécessaires)	Courts et peu escarpés	Combiflue, Les Merlas, Le Van, Plan de Tissineva, Pic Chaussy, Folliu Borna, (Gsteig) Les Arpillés (Tête à Josué) Vanil Carré, Wandflue, Tour de Famelon
AD (- +)	Risque de glissades plus longues, possibilité de freiner (risques de blessures)	Dès 35 ° Brefs raidillons sans possibilité d'évitement, les obstacles sur des pentes modérées exigent de bonnes réactions (assurer ses conversions)	Courts mais raides	Gros Brun, Mont d'Or, Le Tarent, La Cape au Moine, Le Châtillon, Gstellihore, Gros Perré
D (- +)	Risques de longues glissades débouchant sur des pentes raides (danger de mort)	Dès 40 ° Pentés raides ne pouvant être évitées. Nombreux obstacles exigeant une bonne maîtrise de la technique de descente	Longs et raides. Virages courts possibles, pour les bons skieurs	Brecaca, Dent de Brenleire, Vanil de l'Ecri (couloir W) Pointe de Paray

Cotation des via ferrata

K1	facile	K4	difficile
K2	moyen	K5	très difficile
K3	assez difficile	K6	extrêmement difficile

Des explications plus détaillées peuvent être consultées sur le site du Club alpin Suisse :

<http://www.sac-cas.ch/fr/en-route/echelles-de-difficultes.html>

Echelle CAS pour la cotation des courses en raquettes

Degré	Terrain	Dangers
WT1 Randonnée facile en raquettes	< 25°. Dans l'ensemble plat ou peu raide. Pas de pentes raides à proximité immédiate.	Pas de danger d'avalanche. Pas de danger de glissade ou de chute.
WT2 Randonnée en raquettes	< 25°. Dans l'ensemble plat ou peu raide. Pentes raides à proximité.	Danger d'avalanche. Pas de danger de glissade ou de chute.
WT3 Randonnée exigeante en raquettes	< 30°. Dans l'ensemble peu à modérément raide. Courts passages raides.	Danger d'avalanche Faible danger de glissade, glissades courtes se terminant sans risques.
WT4 Course en raquettes	< 30°. Modérément raide. Courts passages raides et/ou traversées de pentes. Partiellement mêlés de rochers. Glacier peu crevassé.	Danger d'avalanche. Danger de glissade avec risque de blessures. Faible risque de chute.
WT5 Course alpine en raquettes	< 35°. Raide. Courts passages raides et/ou traversées de pentes et/ou barres rocheuses. Glacier.	Danger d'avalanche. Risque de chute. Risque de chute en crevasse. Dangers alpins.
WT6 Course alpine exigeante en raquettes	> 35°. Très raide. Passages exigeants et/ou traversées de pentes et/ou barres rocheuses. Glacier fortement crevassé.	Danger d'avalanche. Risque de chute. Risque de chute en crevasse. Dangers alpins.

LES CHEFS DE COURSES

Angeloz Jean-Marc	jeanmarcangeloz@gmail.com	079 723 68 29
Auer Mathilde	mathilde-auer@bluewin.ch	079 657 97 92
Barras Eric	eric.barras@websud.ch	079 261 15 82
Beaud Maurice	mrjbeaud@bluewin.ch	079 549 47 45
Beaud Raymonde	mrjbeaud@bluewin.ch	079 367 68 21
Berset Pascal	pascal.berset@websud.ch	077 259 85 29
Bersier Netty	netty@bersier.net	079 242 07 82
Bonvin Pascal	pascal.bonvin@varoenergy.com	079 262 32 81
Bossel Denis	bossel.denis@bluewin.ch	079 332 04 68
Buntschu Antoine	antoine.buntschu@websud.ch	079 661 26 20
Bussard Antoinette	ant.bussard@hotmail.com	079 253 45 71 026 653 17 43
Bussard Philippe	ph.bussard@hispeed.ch	076 821 68 16 026 921 90 80
Castella Alexandre	castella.alex@gmail.com	079 223 26 52
Charrière Roland	roly.charriere@bluewin.ch	079 199 95 32
Chofflon Romain	romain.chofflon@bluewin.ch	079 293 41 09 026 411 12 85
Corminboeuf Xavier	xavier.corminboeuf@hotmail.com	078 793 06 96
De Techtermann Michel	michel.detechtermann@outlook.com	079 245 03 45
Dervey Roland	roland.dervey@bluewin.ch	079 692 56 85
Dévaud Francis	francisdevaud@outlook.com	079 256 80 66
Dousse Sébastien	sebastien.dousse@jnjautomation.ch	079 628 76 05

Dupasquier Colette	mustang.nicol15@gmail.com	079 697 26 22 026 921 28 51
Dupasquier Denyse	denyse.dupasquier@websud.ch	078 812 18 09 026 912 75 82
Grand Evelyne	evelyne.grand1@gmail.com	079 609 63 90
Grandjean Francis	frmgrandjean@bluewin.ch	079 750 16 11 026 921 16 63
Gremaud Suzanne	suzanne.gremaud@websud.ch	079 364 24 66 026 912 95 77
Heckly Claude	heckly.family@bluewin.ch	079 398 06 44 026 928 28 25
Hugonnet Christophe	ch.hugonnet@gmail.com	077 452 11 91 026 919 52 05
Kolly Jean-Louis	kollyjls@bluewin.ch	079 331 49 53 026 475 15 51
Konrad Johannes	konjohannes@gmail.com	078 647 21 77
Léderrey Michel	michel.lederrey@websud.ch	079 370 56 77
Luy Florence	flo.luy@bluewin.ch	079 293 53 08
Maillard Jacques	jmaillard@bluewin.ch	077 473 14 85
Marchon Albert	albert.marchon@bluewin.ch	079 688 34 46
Marilley Laurent	marilleylaurent@hotmail.com	079 588 63 39
Mauron Jean-Claude	jeanclaude.mauron@mobi.ch	079 710 67 34 026 912 24 52
Monteleone Pascal	p.monteleone@bluewin.ch	079 669 95 63
Muntwiler Raphaël	muntwilerraphael@gmail.com	079 129 83 02
Nikles Michel	niklespython@hotmail.com	079 376 70 37

Parnet Bruno	bruno.parnet@gmail.com	079 938 19 34 026 921 11 36
Perroud Jean-Claude	jclperroud@bluewin.ch	079 230 68 35
Pugin Jean-Bruno	brunopugin@bluewin.ch	079 667 12 56 026 912 71 07
Python Niklès Chantal	privateniklespython@hotmail.com	079 385 15 91
Pythoud François	francoispythoud41@gmail.com	079 584 13 53 026 912 69 40
Rouiller Martial	martialro@bluewin.ch	079 176 88 92 026 411 13 92
Ruffieux Lise	lise.ruffieux@bluewin.ch	079 587 94 00 026 913 11 68
Savary Irénée	i.savary@bluewin.ch	079 510 62 25 026 913 11 16
Scyboz Pierre	pierre.scyboz@websud	079 283 05 78 026 424 90 52
Seydoux Norbert	norbert.seydoux@bluewin.ch	079 695 47 80 026 912 55 65
Steinhauser Steffen	steffen@aidewise.com	079 205 85 96
Tendall Christine	chris.ten@bluewin.ch	078 608 44 23 026 656 16 10
Thuerler Benoit	benoit.thurler@outlook.com	079 401 74 94

LES CHEFS DE COURSES ET MONITEURS DU GROUPEMENT JEUNESSE

Borcard	Daniel	borco@bluewin.ch	079 467 93 23
Bosson	Christian	christian.bosson@gmail.com	079 606 29 27
Castella	Alexandre	castella.alex@gmail.com	079 223 26 52
Charrière	Roland	roly.charriere@bluewin.ch	079 199 95 22
Clerc	Antoine	antoineclerc@hotmail.com	079 377 42 17
Clerc	Jonas	clercj@gmail.com	079 737 25 53
Cottet	Jean-Michel	jmcottet@yahoo.fr	079 918 71 09
Ecoffey	Maxime	m.ecoffey@outlook.com	079 317 75 31
Fragnière	Sébastien	sebastienfra@bluewin.ch	079 342 45 39
Frick	Melchior	melchior98@hotmail.ch	079 102 54 07
Frick	Rainer	frick.rainer@bluewin.ch	079 372 54 93
Grandjean	Boris	borisgrandjean@hotmail.com	079 326 38 01
Grivel	Vincent	vgrivel@gmail.com	079 684 90 13
Heckly	Claude	heckly.family@bluewin.ch	079 398 06 44
Hugonnet	Marjolaine	marjolaine.hugonnet@gmail.com	079 933 52 63
Illan	Manuel	manu.illan@websud.ch	077 422 84 34
Jaquet	Alexis	alexisjaquet94@gmail.com	079 513 02 27
Jaquet	Guillaume	jaquet.roger@bluewin.ch	079 585 65 50
Jordan	Ludivine	ludivinejordan@hotmail.com	077 416 03 63
Konrad	Johannes	konjohannes@gmail.com	078 647 21 77

Konrad	Niklas	mjkonrad@bluewin.ch	
Laville	Emilien	emilien.lavi@gmail.com	
Laville	Marion	lavillem@hotmail.com	077 400 73 65
Nikles	Florence	flonikles@gmail.com	079 479 72 75
Nikles	Simon	simonski@hotmail.com	077 412 12 81
Pugin	Emilie	e.pugin@hotmail.com	079 575 14 35
Pugin	Jean-Bruno	brunopugin@bluewin.ch	079 667 12 56
Pugin	Joël	joel.pugin@websud.ch	
Pythoud	Simon	simonpythoud@gmail.com	079 673 88 72
Scheurer	Laurent	gastlosen@netscape.net	079 287 40 70
Schouwey	François	schouwey.francois@gmail.com	079 780 08 78
Scyboz	Léo	leoscyboz@gmail.com	079 285 01 41
Stäubli	Loïc	loic.staubli@gmail.com	079 830 01 39
Wicky	Bernard	bwicky@bluewin.ch	079 962 18 86
Wicky	Simon	swicky@bluewin.ch	078 944 37 12

Remarques :

Il s'agit de l'ensemble des chefs de courses et des moniteurs du groupement jeunesse.

MATÉRIEL

Liste de matériel à emporter, non exhaustive, en fonction de la course

Voir aussi sous www.cas-gruyere.ch > activités > préparation des courses > checkliste pour les participants.

Pour le matériel complémentaire suivre les indications du chef de courses.

Equipement de base

Portable avec le numéro du chef de courses

Sac à dos 30-40 l

Habits et chaussures adaptées à la course

Thermos ou gourde, boisson, pique-nique

Pharmacie personnelle, couverture de survie

Lampe frontale, protection solaire

Course de plusieurs jours : carte de membre, vêtements de nuit et de rechange, drap de sac de couchage (sac à viande), trousse de toilette minimale

Randonnée à skis

Détecteur de victime d'avalanche DVA, pelle à neige, sonde

Skis avec fixation de randonnée, bâtons, souliers adaptés, peaux de phoque, couteaux à neige

Bonnet et/ou casque de ski cagoule, gants (+ réserve), lunettes de ski et de soleil

Habillement approprié, protégeant du froid et de l'humidité

Alpinisme - Escalade

Chaussures Vibram, baudrier, piolet, crampons ajustés, casque, mousquetons à vis, vis à glace, cordelettes, sangles, quelques dégaines, lunettes de glacier.

Clubistes, lorsque vous partez en montagne, veillez à ce que votre matériel soit en parfait état. Vous contribuerez ainsi à éviter des incidents qui peuvent avoir des conséquences graves.

LES CABANES DE LA SECTION

Cabane de Bounavaux

Contact réservations et gardiennages 079 603 68 78

Responsable : Evelyne et André Dubath bounavaux@cas-gruyere.ch

Ch. des Esserts 4, 1665 Estavannens

Suppléants :

François Musy, Rte des Lières 17 1665 Estavannens

Jean-Paul Jaquet Chemin de la Scie 36, 1665 Estavannens

Cabane des Clés

Contact réservations et gardiennages 079 625 17 07

Team Les Clés cles@cas-gruyere.ch

Eloi Bosson, rue de Saletta 56, 1632 Riaz

Mathilde Auer, Route de Bertigny 47, 1700 Fribourg

Francis Van Wynsberghe, Route de la Buchille 27, 1633 Marsens

Bivouac du Dolent

Contact dolent@cas-gruyere.ch

Responsable : Nicolas Bärtschi, 079 547 13 47

Ch. de la Rive 25, 1426 Concise

Suppléant : Pascal Monteleone,

Ch. des Noisetiers 5, 1666 Grandvillard

Cabane des Marindes

Contact réservations et gardiennages 079 285 40 47

Responsables : marindes@cas-gruyere.ch

Pascal et Marie-Hélène Rausis, Rte du Lèche 25, 1634 La Roche

Cabane Oberegg

Contact réservations et gardiennages 079 402 57 66

Responsables : oberegg@cas-gruyere.ch

Eric Sudan, Eric Sudan, Le Chêne 11, 1633 Marsens

Bernard Bussard, Imp. des Râpes 5, 1687 Vuisternens-dt-Romont

Cabane des Portes

Contact réservations et gardiennages

077 409 18 36

Responsables :

portes@cas-gruyere.ch

Joël Bach, Rte de Montmarson 27, 1633 Marsens

Jean-François Vienny, Rte des Bugnons 127, 1633 Marsens

Conditions d'utilisation

Dans les cabanes de notre section, les prestations suivantes sont offertes à des prix modiques :

- boissons chaudes et froides
- potage (soupe aux légumes le dimanche)
- possibilité de préparer des repas

Au bivouac du Dolent, un coin cuisine vous permet de préparer des boissons et des repas simples (prendre son gaz). Les cabanes sont équipées de couches avec duvets nordiques. En aucun cas, la pension ou la restauration à la carte n'est possible.

Prix des nuitées :

Membres du CAS la Gruyère

Fr. 10.-

Membres CAS

Fr. 18.-

Non membres

Fr. 22.-

Avant de visiter nos cabanes, un petit coup d'œil sur notre site :

www.cas-gruyere.ch/fr/cabanes/

En tout temps, vous pouvez mettre vos plus belles photos sur notre site :

www.cas-gruyere.ch/fr/vos-photos-de-courses/

COMITÉ

Présidente : Claude Heckly 079 398 06 44
Rte de la Ria 10, 1666 Grandvillard
presidence@cas-gruyere.ch

Vice-président : Pascal Monteleone 079 669 95 63
Chemin des Noisetiers 5, 1666 Grandvillard
p.monteleone@bluewin.ch

Secrétaire : Emilie Fragnière 079 790 88 07
Ch. Pauvre-Jacques 5, 1630 Bulle
secretariat@cas-gruyere.ch

Préposée aux finances : Mathilde Auer 079 657 97 92
Route de Bertigny 47, 1700 Fribourg
finances@cas-gruyere.ch

Gestion des membres : Francis Van Wynsberghe 079 244 31 71
Route de la Buchille 27, 1633 Marsens
registry@cas-gruyere.ch

Gestion des courses et formation
Francis Grandjean, 026 921 16 63
Rte de la Gare 13, 1667 Enney 079 750 16 11
courses@cas-gruyere.ch
Roland Charrière, 079 199 95 32
Bochenets 1, 1637 Charmey
courses@cas-gruyere.ch

Préposé aux cabanes : Eloi Bosson 079 390 18 84
Rue de Saletta 56, 1632 Riaz
eloi.bosson@websud.ch

Groupement jeunesse : Jonas Clerc
Le Sendey 14, 1653 Châtel-sur-Montsalvens
clercj@gmail.com

079 737 25 53

Préposé au sauvetage : Yvan Ryf
Rue Passaplan 15, 1651 Villarvolard
sauvetage@cas-gruyere.ch

079 305 23 09

Bibliothèque, cartes, topo-guides : Michel Savoy
En Riau 27, 1675 Vauderens
webmaster@cas-gruyere.ch

079 276 76 59

Bulletin (rédaction + courses) : Colette Dupasquier
Rte de Broc 20, 1663 Epagny
bulletin@cas-gruyere.ch

079 697 26 22
026 921 28 51

IMPORTANT

**N'oubliez pas d'informer
de vos changements d'adresse :**

**Francis Van Wynsberghe,
Route de la Buchille 27, 1633 Marsens ou
par e mail : registry@cas-gruyere.ch**



COMITÉ GROUPEMENT JEUNESSE

Préposé au GJ : Jonas Clerc 079 737 25 53
clercj@gmail.com

Secrétaire : Emilie Pugin 079 575 14 35
e.pugin@hotmail.com

Caissière : Marion Laville 077 400 73 65
lavillem@hotmail.com

Coach J+S : Johannes Konrad 078 647 21 77
kon.johannes@gmail.com

Bus : Alexis Jaquet 079 513 02 27
alexisjaquet94@gmail.com

Jeunesse : Melchior Frick 079 102 54 07
melchior98@hotmail.com

Matériel : Loic Stäubli 079 830 01 39
loic2898@hotmail.com



INFORMATIONS UTILES

Adresse de la section :

Case postale 502, 1630 Bulle
Internet : www.cas-gruyere.ch

Local de la section : bâtiment Setam

Chemin de Bouleyres 79, 1630 Bulle

Responsables : Janine et André Scheurer Réservation : 079 620 39 14
Route de la Paix 8, 1630 Bulle

Location de matériel pour courses d'hiver

Possibilité de location à la saison des DVA, sondes et pelle

Contacts : courses@cas-gruyere.ch

Francis Grandjean 079 750 16 11

Roland Charrière 079 199 95 32

Tarifs de location du stamm par jour :

Membres section La Gruyère

Grande salle CHF 200.-

Petite salle CHF 100.-

Non membre section La Gruyère

Grande salle CHF 300.-

Petite salle CHF 200.-

Responsable du bus : Jaquet Alexis 079 513 02 27

Réservation du bus : Roland Charrière 079 199 95 32

Tarifs de location du bus

Membre section

CHF 0.60/km + plein d'essence

Non membre section

CHF 1.-/km + plein d'essence

COMMISSIONS

Commission des courses et formation

Préposés: Grandjean Francis, Charrière Roland

Membres : Auer Mathilde, Barras Eric, De Techtermann Michel, Dévaud Francis, Heckly Claude, Luy Florence, Perroud Jean-Claude, Pugin Jean-Bruno, Python Niklès Chantal.

Commission des cabanes

Responsable : Eloi Bosson

Membres: Mathilde Auer, Joël Bach, Nicolas Bärtschi, Bernard Bussard, André Dubath, Jean-Paul Jaquet, Pascal Monteleone, François Musy, Pascal et Marie-Hélène Rausis, Lise Ruffieux, Janine et André Scheurer, Eric Sudan, Francis Van Wynsberghe et Jean-François Vienny.

Commission de sauvetage

Préposé au sauvetage: Yvan Ryf

Station de Jaun : Alain Charrière (chef de station), Pierre Bourquenoud, Marco Buchs, Tina Brügger.

Station de Bulle : Lionel Scheurer (chef de station), Anthony Berset, Eric Gachet, Vincent Grivel, Jérôme Monney, Charly Perritaz, Valentin Rime, Sébastien Rumo, Yann Seidel.

GUIDES DE LA SECTION

Castella Alexandre	castella.alex@gmail.com	079 223 26 52
Fragnière Sébastien	sebastienfra@bluewin.ch	079 342 45 39
Grandjean Jacques	jac.grandjean@bluewin.ch	079 310 16 92
Morand Pierre	pierre.morand@hotmail.com	079 445 85 49
Romagnoli Pierre-Alain		079 436 70 77
Studemann François	www.guidemontagne.ch	079 357 53 04

ACCOMPAGNATEURS EN MONTAGNE

Amey Corminboeuf Sandrine sandrine.amey@hotmail.com	079 302 18 72
Borcard-Pury Véronique jouleescapade@gmail.com	079 487 82 75
Cantin Cyrille cyrille@aoxy.ch	079 634 55 31
Guisolan Paula paula.guisolan@bluewin.ch	079 731 59 19
Hayoz-Andre Aline www.montagne-aventure.ch	078 632 73 72
Monnin Gallianne galianne.ch@gmail.com	076 529 01 84
Monteleone Pascal p.monteleone@bluewin.ch	079 669 95 63
Pesse Jean-Claude jcpeesse@roseych	079 756 25 53
Torrent Juliane info@oeil.emeveille.ch	076 561 47 13

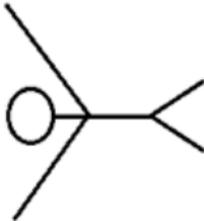
CONCEPT URGENCE

Voir page 2, dos de la page de couverture avec les coordonnées des préposés.

***Pour tout ce que vous ne trouveriez pas
dans ce carnet, l'adresse de notre site :
www.cas-gruyere.ch***

Signaux de détresse (sol -air)

Signaux manuels



Nous avons besoin
de secours

Signaux sonores

6 coups par min.



Signaux optiques

6 coups par min. Fusée détresse
rouge



3 coups par min.



3 coups par min. Fusée détresse
verte



Nous n'avons
besoin de rien

Sifflet, objet de couleur vive, lampe de poche ou miroir peuvent servir pour envoyer des signaux de détresse. Faire une pause entre chaque série de signaux.

SIGNAUX POUR L'HÉLICOPTÈRE DE SAUVETAGE



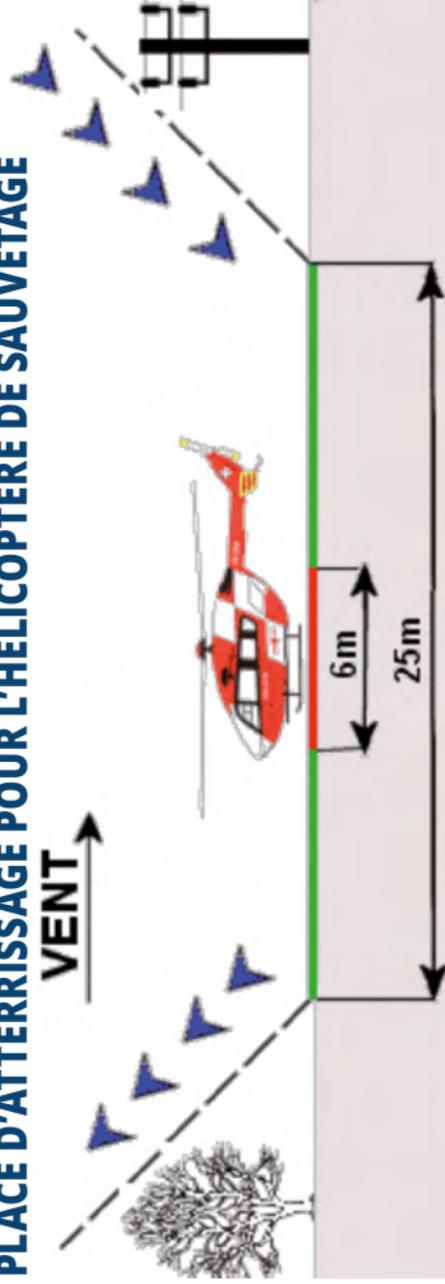
Nous avons besoin d'aide !



Nous n'avons pas besoin

PLACE D'ATERRISSAGE POUR L'HÉLICOPTÈRE DE SAUVETAGE

VENT →



VUE D'ENSEMBLE DES ÉCHELLES DE DIFFICULTÉS DU CAS

