

CAS section la Gruyère



Numéro 9
septembre 2012

Président	Serge Blanc Pré-Vert 38, 1791 Courtaman, 026 684 15 78
Adresse du club	Case postale 502 - 1630 Bulle 1
Sites internet	http://www.cas-gruyere.ch http://www.gjgruyere.ch
E-mail	info@cas-gruyere.ch
Local de la section	Bâtiment Setam - Ch. de Bouleyres 79 - 1630 Bulle Geo Lebesnerais, tél. 079 620 39 14
Rédaction du bulletin	Catherine Labhart Rue du Pays d'Enhaut 30 - 1630 Bulle Tél. 026 912 85 85 ou 079 652 33 50 E-mail : catherine.labhart@gmail.com
Gestion des membres	Francis Van Wynsberghe Route de la Buchille 27, 1633 Marsens 026 915 03 36 et 079 244 31 71 Email : francis.vanwynsberghe@bluwin.ch
Photo de couverture	Les Gastlosen vues par avion, photo offerte par Laurent Scheurer

Reflets de la section

Activités du mois

Date	Course	Participants
05.06	La Loue - Mongeron - Vudalla - Gros Moléson - Les Clés	18
12.06	Bounavaux	9
14.06	Bäderhorn	19
16.06	Gehrihorn	15
19.06	Kaiseregge	16
21.06	Tour du Miroir d'Argentine	27
23-24.06	Bächlital - Gros Diamantstock	6
24.06	Pierre Dar	17
26.06	Les Reposoirs - La Gitetta - Vounetz	11
28.06	Lac de Soi	32
30.06-01.07	Initiation haute montagne	27

Candidats

Perroud Jérémy
Route d'Estévenens 10 Grangettes-Romont

Admissions

Perroud Corine
Route de la Neirigue 75 La Neirigue

Monney David
Route de la Coulate 71 Seiry

Schaller Nathalie
Lindenegg 8 Bienne

Vaucher Benoit
Route du Léopard 23 Moléson-Village

GJ

Bieli Isaac
Chemin à Tobi 14 La Tour-de-Trême

Sommaire

Reflets de la section	1	Récit GJ	13
Programme des courses 2013	3	Groupe ment jeunesse	15
Les cabanes de la section	5 - 11	Les courses du mois	16 - 23
		Récits de courses	24 - 29

Programme des courses 2013

Afin d'établir un programme des courses varié et intéressant, nous demandons aux skieurs, alpinistes, grimpeurs et randonneurs de nous faire part de leurs suggestions de course au moyen des coupons ci-dessous, et ce jusqu'au **15 septembre 2012**.

Courses d'hiver

Difficulté

Date choisie

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

j'accepte de fonctionner comme chef de courses

Coupon à retourner à: **ÉRIC BARRAS**, Route du Gibloux 49, 1643 Gumefens
ou eric.barras@websud.ch

Nom: Prénom:

Téléphone: E-mail:

Courses d'été

Difficulté

Date choisie

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

j'accepte de fonctionner comme chef de courses

Coupon à retourner à: **ÉRIC BARRAS**, Route du Gibloux 49, 1643 Gumefens
ou eric.barras@websud.ch

Nom: Prénom:

Téléphone: E-mail:

Les cabanes de la section

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

Cabane des Clés

Septembre

Week-end 01-02	Sandra et Hermann Jungo
Week-end 08-09	Mireille et Gérard Romanens
Week-end 15-16	Daniel Häni
Week-end 22-23	Gilbert et Manuella Berset
Week-end 29-30	René Maillard et Bernard Brunisholz

Octobre

Week-end 06-07	Nadia Siffert
Week-end 13-14	Seydoux Maurice et Anne, Emerÿ Roland et Ida
Week-end 20-21	Jean-Daniel Chenuaux
Semaine du 22 au 26	Gilbert et Manuella Berset
Week-end 27-28	Gilbert et Manuella Berset

Responsables : Berset Gilbert et Henri Maillard

Réservations, gardiennages + clé de la cabane : Henri Maillard, tél. 079 625 17 07

Gardiennage du week-end : du samedi 10 h au dimanche 16 h

Gardiennage de la semaine : du dimanche 16 h au samedi 10 h

Voie Hohli



Via ferrata Moléson

Accès gratuit

à tous les membres

de la section «La Gruyère»



Cabane de Bounavaux

Septembre	1 – 2	Bruegger Thomas – Sallin Claude
	3 – 7	Vallélian René et Manou – Fragnière Léon
	8 – 9	Despont Reynald et Girard Jacky
	10 – 14	Esseiva Jo et famille
	15 – 16	Rumo Gérard et Schafer Daniel
	22 – 23	Siffert Nadia
29 – 30	Dupasquier Denyse – Auer Mathilde – Limat Agnès et Francis	

Octobre 6 – 7 **Libre**

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

Semaine: du dimanche 16 h au samedi 10 h

Responsable: Alfred Sauteur – 079 603 68 78



Messerli Groupe
Auto Electricité - Radiocommunication

- ▶ Radio montagne REGA
- ▶ Géolocalisation SPOT
- ▶ Lampes frontales LED
- ▶ Talkie-Walkie loisirs / enfant
- ▶ Conseil, location et vente



Auto-électricité
Prestations garage
Entretien véhicules



Systèmes:
Anti-effraction
Détection feu



Rue de la Pâla 135
CH-1630 Bulle

Christophe : 079 852 23 90
Yves : 079 410 79 88
www.messerli-groupe.com



SOS OK



Cabane de l'Oberegg

Septembre	2	Nadia Siffert
	9	Marcelle et Dominique Meyer
	16	Raclette Dodo et Bernard
	23	Edouard Krattinger
	30	Nadia Siffert
Octobre	7	Bobonne - Maillard - Babar

Réservations et gardiennages:

Menoud Dodo – 079 219 06 39 ou Bussard Bernard – 079 740 86 48

Pour les clés, prendre contact avec Charly Girard – 079 391 35 20

Raclette de l'Oberegg



Dimanche 16 septembre 2012

Fr. 15.- à volonté - Café compris
Enfants selon l'âge

Inscriptions jusqu'au 9 septembre 2012

Chez Dodo au 079 219 06 39

Chez Bernard au 079 740 86 48



Les responsables

Cabane des Portes

La cabane est fermée durant l'été!

Responsable: José Romanens - 026 915 32 29 ou 079 706 50 24.

Responsable adjoint: Daniel Romanens - 026 915 27 81 ou 079 644 58 83.



Cabane des Marindes

Septembre	Sa – di	1 et 2	Les responsables – chasse
	Semaine	3 au 7	Michel Brandini, Otto Zweidler, Jean-François Buchs
	Sa – di	8 et 9	Edouard Krattinger
	Semaine	10 au 14	Edouard Krattinger
	Sa – di	15 et 16	Sto, Christiane, Murith et Tintin
	Semaine	17 au 21	François Musy
	Sa – di	22 et 23	Rausis Marie-Hélène
	Semaine	24 au 28	Christian Rebetez
	Sa – di	29 et 30	Philippe Sugnaux
Octobre	Semaine	01 au 5	Libre
	Sa – di	6 et 7	Eric Dénervaud – fermeture

Dès maintenant, veuillez appeler le 079 790 45 33.

Les nouveaux responsables, Bernhard Mooser, dit STO, et Armelle Murith prennent volontiers vos inscriptions pour un gardiennage ou vos réservations.

Week-end: samedi 10 h au dimanche 16 h

Semaine: dimanche 16 h au samedi 10 h

La Mobilière
Assurances & prévoyance

Agence générale de Bulle
Rue de Gruyères 67

Jacques Yerly, agent général
Claude Donzallaz, fondé de pouvoir
Jean-Claude Mauron, fondé de pouvoir

Pour toutes vos assurances

week-end du 23 au 24 juin

Samedi matin, 7 h, oui nous sommes fous! Fous et motivés pour un week-end de glace et de grimpette à Chamonix !

Nous faisons quelque 2 h de route avant de monter dans un authentique petit train: direction la Mer de Glace! Pas toute blanche, la Mer de Glace, mais plutôt noire de monde! Nous allons poser des mouflages et taper le glaçon après être descendus quelques échelles...

Avis aux amateurs: le piolet d'Émile est dispo. sur le glacier... Hé oui, le « petit » a oublié de le reprendre après avoir enlevé ses crampons. Une fois de plus, Émile le malin nous a montré le chemin pour arriver enfin au campin(g) (et oui même fatigués on pouvait encore faire des rimes dans le bus!!!).

Après le bref montage des tentes et une petite bière (une seule, partagée en quatre pour les moniteurs déshydratés), nous prenons la route pour aller manger dans une jolie petite pizzeria d'Argentière. Confusion dans les plats, serveuse moyennement sympa, mais bonne ambiance

toujours là! Ensuite, nous allons suivre le match Espagne-France dans un petit bar tout mignon. Résultat du match 2-0 pour les Espagnols (mais aucun but de Torres, désolé Marion!).

Retour à la casa et dodo immédiat! Le lendemain matin, petit dèj. au soleil et rangement de tentes. 1 h de marche pour arriver à un magnifique site d'escalade: l'aiguillette d'Argentière. Grimpette, causette, dînette, et regrimpette... et c'est déjà l'heure de rentrer!

Petit problème sur le sentier: un bouquetin refuse de laisser passer Alex (hé oui, la bête est sur les nerfs!). Alex ne parlant pas « l'animal », un randonneur lui vient en aide... et nous pouvons poursuivre notre chemin!

Un tout grand merci aux moniteurs (et aux metteurs d'ambiance ...).

Les participants:

Alex, Claude, Philippe, Manu, Tatou, Bernard, Simon W., Simon N., Émile, Antoine, Gaëlle, Marion, Johannes, Quentin, Gilles, Fanny et Vincent.

Groupement jeunesse

Info expédition

Course obligatoire :

Week-end du 8 au 9 septembre, Chamonix capitale de l'alpinisme

Invitation aux moniteurs du groupement jeunesse !

L'assemblée des courses pour préparer le programme 2013 aura lieu le :

**vendredi 28 septembre
à 19 h 30 au stamm.**

Merci de réserver cette date et venez avec plein d'idées! A bientôt.

Le comité du GJ

Chamonix, capitale de l'alpinisme

we 8 -9 septembre

Si vous êtes intéressé, prenez directement contact avec le chef de courses,
Romain Volet – 079 268 45 61



Entreprise de bâtiments

CLAUDE NOLL SA

Maçonnerie, béton armé, rénovations, échafaudages

Crépis de finition, chapes, carrelages, aménagements extérieurs

Tél. 026 912 53 52

Fax 026 912 53 85

Natel 079 635 15 92

Les Bruyères 5

1635 La Tour-de-Trême

Les courses du mois

Glacier 3000 – Sanetsch

je 6 septembre

Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

Situation/altitude

Glacier des Diablerets 2900 m

Itinéraire choisi

Téléphérique Glacier 3000 - Cabane de Prarochet - Sanetsch - Gsteig

Difficulté et cotation

T2

Matériel

De randonnée

Subsistance

Pique-nique

Coût approximatif

Transport plus téléphérique Fr. 100 .-

Renseignements et inscriptions

Kurt Stern 026 912 98 91

Martial Rouiller 026 411 13 92

Délai d'inscription

Mercredi 5 à 18 h

Remarque/descriptif

Magnifique course sur glacier (balisé)

Via Ferrata Videmanette

sa 8 septembre

Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

Situation géographique

Videmanette/Rübli via Carboules

Altitude

2285 m

Itinéraire choisi

De Rougemont, 2 h 30 de montée en rando jusqu'au pied de la voie 3.

Retour également à pied jusqu'à Rougemont.

Difficulté et cotation

Très difficile, longueur de 400 mètres et dénivellé de 185 mètres. Durée de l'escalade environ 80 minutes.

Limitation

Course limitée à 10 personnes

Matériel nécessaire

Baudrier, bâtons de rando, casque, 2 longues pour via ferrata (possibilité de louer dans un magasin de sport).

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements et inscriptions

Après du chef de courses d'ici au 6 septembre à 19 h

Le chef de courses

Netty Bersier - 026 663 46 22

Tour du Grand Chavalard

di 9 septembre

Course annulée



Sentier de l'Europe

je-ve 13 – 14 septembre

Lieu et heure de départ

Au stamm à 6 h 45

Situation/altitude

Sentier de l'Europe - Gasenried - Zermatt

Itinéraire choisi

1^{er} jour: Gasenried - Europahütte 2265 m

2^e jour: Europahütte - Zermatt

Difficulté et cotation

T3. 1^{er} jour: 6 h - 1400 m de montée

2^e jour: 7 h - 950 m de montée, descente
1600 m

Matériel

De randonnée

Substance

Pique-nique de midi pour 2 jours

Coût approximatif

Une nuitée en cabane avec demi-pension:
Fr. 60.–. Bus St-Niklaus - Gasenried - train
Zermatt - St-Niklaus: Fr. 29.–. Transport en
bus stamm - St-Niklaus: Fr. 40.–.

Renseignements et inscriptions

Romain Chofflon - 026 411 12 85

Inscription obligatoire

Claude Trezzini

026 915 22 33 ou natel 079 503 20 52

ou par e-mail cl.trezzini@bluewin.ch

Délai d'inscription

Vendredi 31 août

Remarques

Course limité à 20 personnes, prendre abon-
nement demi-tarif.

Biolet – Gummfluh

sa 15 septembre

Lieu et heure de départ

Au stamm à 5 h 30

Situation/altitude

Préalpes Vaudoises / 2458 m

Itinéraire choisi

Montée depuis l'Étivaz pour rejoindre l'arête
Ouest du massif. Nous suivons ensuite cette
arête jusqu'à la Gummfluh, en passant
par les sommets du Biolet (2292 m) et du
Brecaca (2320 m). Montée à la Gummfluh par
la voie normale et retour à l'Étivaz par le col
de Jable.

Difficulté et cotation

T4 - T5, 8 heures de marche

Matériel

Pas de matériel particulier

Substance

Tirée du sac

Coût

Transport, env. Fr. 10.—

Renseignements et inscriptions

Après du chef de courses Benoît Richoz ou
079 208 08 76

Délai d'inscription

Jedi 13 septembre 20 h

Remarque/descriptif

Très belle course sur les crêtes, dans un
paysage grandiose! Une bonne partie du
parcours se déroule hors sentiers. La traver-
sée domine les deux magnifiques cirques
«Potse di Gaule» et «Grand Crau». Sans
être difficile, la traversée est assez longue
et demande de l'attention.



Col de Balme

di 16 septembre

Lieu et heure de départ

Au stamm à 6 h 30

Situation/altitude

Trient 1300 m, point le plus haut 2300 m

Itinéraire choisi

Trient - Col de Balme - Croix de Fer -Trient en circuit

Difficulté et cotation

T2

Matériel

Rando été

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements et inscriptions

Serge Blanc - 079 213 59 76

Délai d'inscription

15 septembre 12 h

Remarque/descriptif

Ce circuit est adressé aux bons marcheurs et offre une vue magnifique sur le Mont-Blanc, les Drus, etc. Course recommandée aux nouveaux clubistes. Durée: 4 h 30 – 5 h

Région Breccaschlund

je 20 septembre

Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

Situation

Région Lac Noir

Itinéraire choisi

Gypsera 1047 m – Untere Euschels 1442 m – Stierenberg – Rippetli – Combi – Grand Chalet 1695 m – Cerniets 1522 m et retour par Bremingard 1664 m – Unteri Rippa 1366 m et Hubel Rippa 1134 m

Difficulté et cotation

T2, env. 5 h 30

Dénivellation

↗ 970 m – ↘ 970 m

Matériel

De randonnée pédestre

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements et inscriptions

Charly Bochud

026 402 30 27 ou 079 348 29 74 ou

e-mail: charly.bochud@bluewin.ch

ou Irénée Savary

026 913 11 16 ou 079 510 62 25 ou

e-mail: i.savary@bluewin.ch

Délai d'inscription

Mercredi 19 septembre à 18 h

Remarque/descriptif

La «Brecca», terre ancestrale, est l'une des plus belles vallées alpêtres de Suisse. Nous n'y verrons plus de glaciers, mais peut-être des chamois et des marmottes!



Pointe de Drône, 2949 m

sa 22 septembre

Départ

Au stamm à 7 h

Situation

Col du St-Bernard

Itinéraire

Traversée de la Pointe de Drône, lacs de Fenêtre, col du Bastillon, col des Chevaux

Difficulté

T3 – T4, quelques passages exposés, bon entraînement nécessaire

Équipement

De randonnée + habits chauds + pique-nique

Coût approximatif

Fr. 20.– pour déplacement

Remarques

Très belle et longue randonnée sur les hauts du Col du St-Bernard dans un cadre alpin avec une magnifique vue sur les grands sommets alentour.

Renseignements et inscriptions

jusqu'au vendredi 21 septembre auprès de la cheffe de courses, Mathilde Auer, téléphone 026 424 94 89, le soir après 20 h.


**Pignon
Vert**

MINERGIE®

Rue de Gruyère 19
1630 Bulle
Tél. 026 912 51 51
Fax 026 912 51 53
info@pignonvert.ch

www.pignonvert.ch





Spitzflue – Fochsenflue

di 23 septembre

Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

Situation/altitude

Spitzflue (1951 m) – Fochsenflue (1975 m)

Itinéraire choisi

Jaun – Euschelpass – Spitzflue – Fochsenflue – Jaun

Difficulté et cotation

T4 (env. 7 h de marche)

Matériel

De randonnée

Substance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements et inscriptions

Jean-Claude Mauron 079 710 67 34

Délai d'inscription

Samedi 20 h

Remarque/descriptif

Superbe arrête de la Spitzflue à la Fochsenflue avec quelques passages exposés (T4). Au total, environ 1100 m de dénivelé positif.

Château d'Oex – Rossinière

je 27 septembre

Lieu et heure de départ

Gare de Bulle 6 h 30

(départ du train à 6 h 52)

Situation/altitude

De Château-d'Oex à Rossinière par les hauts

Itinéraire choisi

Départ de la gare de Château-d'Oex – cabane des Choucas (pause-café) – Cray Dessus – Cray du Milieu – Mont Dessus – Mont Dessus (possibilité achat tisanes, sirops, tommes) - Rossinière

Difficulté et cotation

Montée à la cabane des Choucas T3 (échelles – chaînes) Montée 3 h, descente 2 h – Belle randonnée

Matériel

Bons souliers, bâtons de marche

Substance

Pique-nique

Coût approximatif

Train Bulle – Château-d'Oex – Rossinière Bulle, Café aux Choucas, la gardienne montant exprès pour nous

Renseignements et inscriptions

Beaud Raymonde

026 928 10 32 - 079 367 68 21

ou raymonde.beaud@gmail.com

ou Suzanne Gremaud

026 912 95 77 - 079 364 24 66

ou suzanne.gremaud@websud.ch

Délai d'inscription

Mercredi 26 septembre 18 h 30



Aoste

we 29 – 30 septembre

Course annulée

Via Ferrata Tour d'Aï

di 30 septembre

Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

Situation géographique

Leysin / Chaux d'Aï / Tour d'Aï

Altitude

2331 m

Itinéraire choisi

De Leysin, 2 h 30 de montée en rando jusqu'au pied de la voie

Retour également à pied jusqu'à Leysin

Difficulté et cotation

Difficile. Durée de l'escalade environ une heure

Matériel nécessaire

Baudrier, bâtons de rando, casque, 2 longues pour via ferrata (possibilité de louer dans un magasin de sport)

Subsistance

Pique-nique

Coût

Transport

Renseignements et inscriptions

Après du chef de courses d'ici au 28 septembre à 19 h

Le chef de courses

Netty Bersier - 026 663 46 22

Bravo Lapp, escalade 5C

di 30 septembre

Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

Itinéraire choisi

Bravo Lapp

Difficulté et cotation

5b

Matériel

Complet d'escalade, corde 50 m simple ok, 12 dégaines

Subsistance

Pique-nique tiré du sac

Coût

Environ fr. 20.–

Renseignements et inscriptions

Patrick Barbey - 079 286 51 22

Délai d'inscription

28 septembre

Remarque/descriptif

10 personnes maximums, en fonction des premiers de cordée

Récits de course

Sortie du samedi 16 juin 2012 au Gehrihorn

Un soleil radieux et une température estivale nous attendent pour notre première sortie au sein du Club Alpin section de la Gruyère. Nous sommes à l'heure au rendez-vous à 7 h 30 précise sur le parking du Lavapesson où nous rejoignons nos 13 autres compagnons de randonnée. Ouf, on a eu chaud, car il paraît que la coutume veut que : rendez-vous à 7 h 30 signifie partis à 7 h 30!

Nous nous dirigeons direction le canton de Berne et l'Oberland bernois. Il est 8 h 30 lorsque nous atteignons Kiental (958 m) à côté du départ du télésiège que nous n'utiliserons bien sûr pas! Et c'est parti pour atteindre le Gehrihorn (1172 m de dénivelé) Notre petit groupe s'élance d'un pas énergique sur une première pente herbeuse et raide qui zigzague sous le télésiège où nous croisons quelques vaches sans trop les effrayer! Nous faisons une première courte pause à Ramslauenen (1405 m) et puis notre ascension continue sur un chemin un peu plus rocailleux vers Rüederigs. Au fur et à mesure nous découvrons de nouveaux paysages.

Durant notre montée, Netty notre chef de courses, se fait un plaisir de nous donner sa minute œcuménique (cours de botanique) sur ces fameuses fleurs jaunes qui forment de petites boules et que nous avons toujours nommées « Bouton d'Or » eh bien non! Cette fleur s'appelle Trolle d'Europe ou Trolle des montagnes. C'est une espèce de plantes herbacées vivaces de la famille des renonculacées qui fleurit de mai à août. On la trouve

jusqu'à une altitude de 2800 m. Il y a également des anémones et des rhododendrons ferrugineux. Nous ne reviendrons pas sur l'histoire du narcisse! Reposez la question à Netty à l'occasion!

Un dernier effort et il n'est même pas midi lorsque nous atteignons le sommet du Gehrihorn (2130 m). Quelle ne fut pas notre surprise de voir un bambin de quelques mois allaité par sa maman. Nous savons désormais pourquoi les Bernois sont très doués en montagne comme Ueli Steck par exemple! Une incroyable vue plongeante de tous côtés s'offre à nos yeux émerveillés. Au fond de la vallée, nous apercevons le lac de Thoune, Reichenbach, Frutigen. Nous admirons les pentes enneigées de nombreux sommets dont, la Blüemlisalp, le Gspaltenhorn (Cornes des fissures selon Netty), le Doldenhorn. L'Eiger, le Mönch et la Jungfrau semblent à portée de main!

Après avoir admiré ce magnifique panorama, nous nous mettons à l'abri des courants pour apprécier notre pique-nique bien mérité! Vers 13 h 30 nous entamons notre descente par Furggi et retour à Ramslauenen où une accueillante terrasse nous attend. Nous nous désaltérons avant les derniers mètres pour retrouver nos voitures. Nous remercions Netty pour l'organisation de cette superbe randonnée!

Jean-Claude et Nicole Schneuwly

Catherine, Valérie, Antoinette, André, Albert, Elisabeth, Suzanne, Marie-Claude, Patricia, Véronique, Sylvie, Jean-Pierre ont participé à cette randonnée.



Récit de course du 9 juin 2012 Cape au Moine

Liste des participants

Benoît Richoz – Raphaël – Valérie Limat –
André Charrière – Nathalie Hebling – Christine
Perrenoud – Mathilde Auer – Delphine
Papaux – Francine Maillard.

Départ 7 h 30 de Bulle pour se rendre à
L'Étivaz au lieu dit "Pâquier Mottier".

De là on remonte le vallon vers le Pas de
Saxième sur un joli sentier serpentant dans
la forêt et nous voici déjà au pied d'une belle
pente encore recouverte de neige sous la
Cape au Moine. Une montée sans difficulté
pour atteindre le sommet. Une vue pano-
ramique nous récompense du bel effort!!!
Puis vient le moment de chausser nos cram-

pons pour la traversée jusqu'au Col d'Ise-
nau en évitant la Pointe du Vey encore trop
enneigée. Bel esprit d'équipe donnant la
chance aux moins expérimentés d'apprendre
quelques techniques de glace et l'utilisation
du piolet .

Un bon talus pénible et une flore à nous
couper le souffle nous amènent au moment
du pique-nique. Nous traversons ensuite
L'Arnenhorn qui domine le lac du même nom
avant de commencer une longue descente
dans la vallée en passant par Grand Clé.

Très belle randonnée sur les crêtes avec une
vue magnifique. Merci Benoît de nous trans-
mettre ta passion !!!

Francine

Seydoux PAPETERIE
BUREAU SA

Tél. 026 919 62 62
Fax 026 919 62 63

Web www.seyd.ch
Mail info@seyd.ch

Rue des Ecoles 15
1635 La Tour-de-Trême



Mettez vos photos de courses directement sur Internet

Comment faire ?

Pour visualiser les photos des courses précédentes, il suffit d'aller voir sous <http://picasaweb.google.ch/casgruyere.ch/>

Pour mettre les photos sur le site, il faut télécharger le logiciel gratuit *Picasa* à l'adresse <http://picasa.google.com>

Pour apprendre à insérer les photos et à faire fonctionner *Picasa*, aller sous <http://picasa.google.com/support>



Un compte *Google* a été ouvert sur *Picasa* et il suffit de se connecter au service *Picasa Albums Web* à l'aide des paramètres suivants :

✉-mail : photos@cas-gruyere.ch

Mot de passe : photoscas

bugaboo sport

Équipements de montagne et de voyage



Alpinisme - Randonnée à ski

Grimpe - Outdoor

Rue du Pont-Suspendu 4
1700 Fribourg



026 322 61 39
www.bugaboo.ch



Rapport de course du 8 juillet Tour des Gastlosen

Participants : Jean-Claude, Mireille, Mathilde, Lise, Denis, Gérard.

Pour cause de sécurité en raison du mauvais temps, le parcours prévu à la Pointe de Paray-Vanil de l'Écri est annulé.

Jean-Claude décide de se diriger du côté des Gastlosen. Départ du stamm à 7 h 30. Comme il pleut des cordes, 1^{er} arrêt à Charmey au café, une boisson chaude et départ pour le parking du Grat. Pendant le temps du trajet, le ciel se dégage de ses nuages.

La journée ne s'annonce pas si mal. 2^e arrêt au Chalet du Grat puis direction le col du Loup, suivant le chemin en dessous des Gastlosen, le long d'un petit ruisseau ; nous sommes accompagnés par un vent frais.

Depuis le col du Loup nous atteignons la Wandflue à travers les rochers en quelques

sauts de chamois. Lise laisse une trace de notre passage dans le livre d'or. Nous nous abritons du vent pour casser la croûte puis descendons au Chalet du Régiment où des hauts parleurs diffusent de la musique rock : « Avant-goût du retour à la civilisation » !

Extrait du roman : « Du domaine des murmures de Carole Martinez.

Le monde en mon temps était poreux, pénétrable au merveilleux. Vous avez coupé les voies, réduit les fables à rien, nié ce qui vous échappait, oubliant la force des vieux récits. Vous avez étouffé la magie, le spirituel et la contemplation dans le vacarme de vos villes, et rares sont ceux qui, prenant le temps de tendre l'oreille, peuvent encore entendre le murmure des temps anciens ou le bruit du vent dans les branches... »

Francine



TREZZINI
CONCIERGERIE

Rte de Morlon 45

1630 Bulle

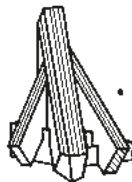
Brevet fédéral

Tél. (24 h/24) : 026 / 919 30 00

www.trezzini-conciergerie.ch

office@trezzini-conciergerie.ch

JEAN BARRAS SARL
BOTTERENS



- CONSTRUCTION EN BOIS
- CHARPENTES
- ESCALIERS

p.a. Rte d'Impart 47 1648 Hauteville

Tél. 026 915 31 07 Mobile 079 751 88 86 Fax 026 915 31 76



Si vous êtes intéressé par nos activités et que vous désirez devenir membre du Club Alpin de la Gruyère, il suffit de remplir cette demande, de payer la finance d'inscription de Fr. 35.- au CCP 17-534714-1, CAS de la Gruyère. Il faut ensuite envoyer la demande et le récépissé à :

Francis Van Wynsberghe

Route de la Buchille 27, 1633 Marsens

Email : francis.vanwynsberghe@bluewin.ch

Jusqu'à 22 ans, il n'y a pas de finance d'inscription.

Demande d'admission

- Groupement Jeunesse (jusqu'à 22 ans). Cotisation annuelle de Fr. 65.-
- Membre Individuel > finance d'inscription de Fr. 35.- payable d'avance, faute de quoi elle ne sera pas prise en considération. Cotisation annuelle de Fr. 105.-

M. Mme Mlle

Nom:

Prénom:

Représentant légal (Groupement jeunesse):

Membre Non- membre

Adresse:

NPA / Lieu:

Profession: Téléphone:

Tél. portable: E-mail:

Date de naissance:

Fait partie d'une autre section: Laquelle?

Date: Signature:

Signature du représentant légal (Groupement jeunesse):