



Le Bouquetin

BULLETIN MENSUEL DU CAS

LA GRUYÈRE

06-2024

JUIN 2024



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



MONNEY Eric

Poêles – Cheminées

Construction
Rénovation - réparation

1633 Marsens

079 637 70 86

www.monneycheminees.ch



**OXYGENE
MONTAGNE**



**GUIDES
MONTAGNE**

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



www.o2montagne.ch



votre magasin spécialisé

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



Laiterie
DE
GRANDVILLARD
LAURENT PYTHON

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

Infos utiles

ÉDITEUR

CAS La Gruyère, rue de Bouleyres 79, 1630 Bulle
Bulletin mensuel adressé aux membres du Club

PRÉSIDENTE

Jacqueline Cotting-Currat,
Rte des Planis 18, 1669 Les Sciernes-d'Albeuve
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

Marie-José Vuichard,
Ch. de Montcalia 14, 1630 Bulle, tél. 079 487 07 82
E-mail : bulletin@cas-gruyere.ch

GESTION DES MEMBRES

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

CABANE DE BOUNAUAUX

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

CABANE DES CLÉS

Molésion-sur-Gruyères
Responsables : Francis Van Wynsberghe, Eloi Bosson,
Marie-Claude Chambovey et Nicolas Bourguet
Réservation : 079 625 17 07

CABANE DES MARINDES

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

CABANE DE L'OBBEREGG

Jaunpass
Responsable : William Dumas
Réservation : 079 224 58 46

CABANE DES PORTES

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

BIVOUC DU DOLENT

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



Infos utiles 01

Editorial 03

Activités en cabane 05

Cabanes de la section 07

Reflets de la section 17

Groupement jeunesse 19

Courses de la section 21

Récits de courses 35

PHOTO DE COUVERTURE

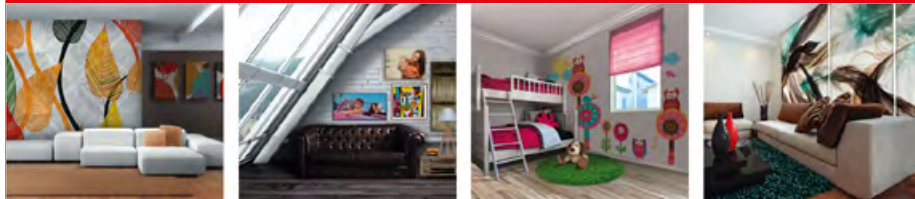
Lac de Soi
Dominique Sudan

IMPRESSION NUMÉRIQUE, OFFSET

Nous imprimons/découpons aussi en grand format !

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

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



To Print
Stéphane Piller

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

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

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

Editorial

JOHANNES KONRAD PRÉSIDENT GROUPEMENT JEUNESSE

L'eau coule, le printemps fait sa place. L'hiver cède gentiment du terrain et la neige remonte. C'est déjà fini alors que ça vient juste de commencer ! Et pourtant on est au mois de mai alors que l'hiver est installé depuis les premières neiges de décembre. Quasiment 6 mois que l'on skie, bien qu'on se dise que c'est déjà fini. Du moins, je me le dis. Je dis « déjà », car j'aurais encore aimé faire l'une ou l'autre course, passer encore un peu de temps sur les skis et savourer la neige de printemps, prolonger encore un peu cette activité que j'affectionne particulièrement. Mais d'un autre côté il faut se rendre à l'évidence. C'est l'heure de ranger les skis et de sortir les chaussures d'escalade ou les chaussures d'alpinisme. C'est maintenant le temps d'anticiper quelques heures d'entraînement en escalade avant de partir pour les grandes courses en altitude en tout début d'été ou de faire dérouler quelques kilomètres sous les chaussures pour être au top de sa forme pour les premières courses

d'alpinisme. C'est l'« entre-saison », la saison de tout et de rien. Du ski, de l'escalade et du repos avant d'attaquer une nouvelle saison d'été.

J'aurais bien aimé encore faire du ski, mais je voudrais également être prêt pour l'été. Alors que choisir, c'est difficile... En passant en revue la saison écoulée, je me rends compte que malgré la météo, dont on se plaint tout le temps et malgré la neige dont on n'a jamais assez, qu'elle n'était pas si mal que ça. Peut-être même qu'elle était trop longue pour se souvenir de tout ! Donc finalement pas de regret de changer de saison.

Chères clubistes et chers clubistes, j'espère également que pour vous la saison écoulée fut bonne et sans encombre majeur et je vous donne rendez-vous dans la nouvelle saison pour les courses d'été.



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

Changement pare-brise

Radio, pager, balises Spot

Diagnostic

Tomtom

Climatisation

Mains libres Parrot

Casques bucherons

Petzl

Système homme mort

Eclairage LED

RAG

Menuiserie Agencement



Denis Risse Sàrl

Une philosophie, une passion!

Fenêtre - Porte - Agencement
 Cuisine - Parquet - Rénovation

079 371 07 76 www.denis-risse.ch



CASTELLA

Pépinières et Jardins

1663 PRINGY 079 450 71 25

*Merci de privilégier nos
 annonceurs et partenaires lors
 de vos achats et investissements!*

GESA
GRUYÈRE ÉNERGIE SA



Chauffage
à distance



Mobilité
électrique



Conseils
énergétiques



Solaire
photovoltaïque



Installations
électriques

Activités en cabane

CABANE DES CLÉS DÈS LE 5 JUILLET ET JUSQU'À FIN AOÛT, CHAQUE VENDREDI DÈS 17 H 30

Apéro du vendredi soir et grillades

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

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



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

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


CAMPUS DE GLENTEIN
**buvette
du Lac**



Epagny - Givisiez
Les Arcades

Tea-Room Boulangerie - Pâtisserie - Confiserie

Tuiles aux amandes, pains
d'anis, flûtes au sel...
Apéritifs et desserts
pour toutes occasions



Joachim Protze
Route de l'Intyamon 342
1663 Epagny
Tél./Fax 026 921 21 17
www.boulangerie-les-arcades.ch



CHARDONNENS
BOISSONS



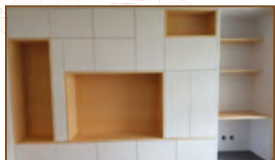
www.chardonnens-boissons.ch



MENUISERIE AGENCEMENT

Eloi Bosson Sàrl

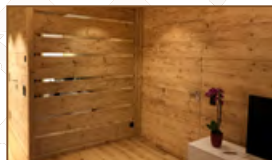
Maîtrise Fédérale



Agencement intérieur



Atelier de production



Doublage en vieux bois

1632 Riaz | 026 912 42 52
menuiserie.eloibosson@bluewin.ch | www.menuiserie-eloi-bosson.ch

Cabanes de la section

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

CABANE DE BOUNAUAUX 1620 m

JUIN

| | | |
|----------|---------|---|
| Week-end | 01 – 02 | Auer Mathilde – Dupasquier Denyse – Limat Agnès |
| Semaine | 02 – 08 | Sturny Daniel et Chantal |
| Week-end | 08 – 09 | Jaquet René et Francine – Progin Dodo et Cécile |
| Semaine | 09 – 15 | Musy François – Bosson Cathy – Bulgarelli Sandra |
| Week-end | 15 – 16 | Clerc Elodie – Borcard Maude – Perriard Thierry |
| Semaine | 16 – 22 | Gobet Fabienne et Rime Gérald |
| Week-end | 22 – 23 | Cotting Alain – Magne Cyril |
| Semaine | 23 – 29 | Clerc Fabien et Manon |
| Week-end | 29 – 30 | Poffet Jean-Luc et Anne-Lise |

JUILLET

| | | |
|----------|---------|---|
| Semaine | 30 – 06 | Familles Roulin et Bochud |
| Week-end | 06 – 07 | Arni Jean-Luc et Anne-Catherine |
| Semaine | 07 – 13 | Monteleone Pascal |
| Week-end | 13 – 14 | Cudré-Mauroux Fabrice et Christelle – Scacchi Mélanie et Fred |
| Semaine | 14 – 20 | Geinoz Jo et M.-Jo – Kaeser Roland et Bernadette |
| Week-end | 20 – 21 | Jaquet Laurence et Gérard – Jaquet Jean-Paul |
| Semaine | 21 – 27 | Bourguet Cédric et Céline |
| Week-end | 27 – 28 | Berset Frères |

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 et les VTT sont interdits dans la réserve.

Coordonnées

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

Restauration/hébergement

Soupe, boissons chaudes ou froides (vins, bières, spiritueux). Pas de restauration, cuisine à disposition, saucisse sèche pour l'apéro. Pique-nique autorisé avec boissons achetées sur place. 46 places en dortoirs avec duvets nordiques, amener votre sac de couchage en toile (sac à viande), terrasse ombragée.

suite en page 09

Notre expérience a choisi la
QUALITÉ

Rte Principale 144
1628 VUADENS
026 912 74 75

sports cycles 
dupasquier
vuadens

www.dupasquier-sports.ch



AOÛT

| | | |
|----------|---------|--|
| Semaine | 28 – 03 | Lauras Astrid – Buteux Charles – Henri – Marty Alexandra – Rückert Roman |
| Week-end | 03 – 04 | Bossel Denis et Bella Mireille |
| Semaine | 04 – 10 | Minder Joëlle et Luc – Barbey Isabelle |
| Week-end | 10 – 11 | Ducrest Stéphane – Mollard C. |
| Semaine | 11 – 17 | Chambovey Marie-Claude et Stéphanie |
| Week-end | 17 – 18 | Delaquis Jean-Marc et Lucienne – Balmer Francis et Isabelle |
| Semaine | 18 – 24 | Zenger Jean-Jacques – Roux Gilbert |
| Week-end | 24 – 25 | Savary Emilie |
| Semaine | 25 – 31 | Sapin Ludivine |

SEPTEMBRE

| | | |
|----------|---------|---|
| Week-end | 31 – 01 | Girard Charly – Bovigny Claude – Boschung Daniel – Morand Jean-Claude |
| Semaine | 01 – 07 | Berset François et Catherine |
| Week-end | 07 – 08 | Lunardi Raphaël – Tezza Valentina |
| Semaine | 08 – 14 | Larsonneur Pierre-Louis – Avril Maud |
| Week-end | 14 – 15 | Schafer Daniel – Rumo Gérald |
| Semaine | 15 – 21 | Brasey Thierry |
| Week-end | 21 – 22 | Bourguet Nicolas et Nicolet Denise |
| Semaine | 22 – 28 | Félix Christian |
| Week-end | 28 – 29 | Félix Christian |
| Semaine | 29 – 05 | Bapst Sébastien – Bapst Dominique |

OCTOBRE

| | | |
|----------|---------|-----------------------|
| Week-end | 05 – 06 | L'équipe Fermeture |
|----------|---------|-----------------------|



Information

Denis Bossel et Mireille Bella
079 332 04 68
ou 079 771 31 18
bounavaux@cas-gruyere.ch

Pour les réservations

En ligne sur CAS La Gruyère, cabane Bounavaux, Réserver ou par CAS Suisse, cabane Bounavaux

Gardiennage

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

PYTHOUD

FERBLANTERIE - COUVERTURE - INSTALLATIONS SANITAIRES

PYTHOUD SA - Rue du Moléson 6 - 1669 Albeuve

T. 026 928 11 46 - F. 026 928 20 30 - M. 079 675 90 12 - info@pythoudsa.ch - www.pythoudsa.ch



Venez visiter notre

Vinothèque

Du Lu a.-m. au samedi matin

www.morand-vins.ch



M. Dumas sàrl

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

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



ECOSA



Les artisans de vos espaces de vie

Plus de 200m²
d'exposition à
Villars-sous-Mont



JUIN

| | | |
|------------------------------|---------|--|
| Week-end Fête-Dieu | 01 – 02 | Isabelle Gremaud et André Jeker |
| Week-end | 08 – 09 | Famille Roland Dervey |
| Week-end | 15 – 16 | Marie-France Kolly et Catherine Nicolet |
| Week-end | 22 – 23 | Denis Golliard, Patrice Bugnon, Jacques Daflon |
| Week-end | 29 – 30 | Raymonde et Jean-Marie Grivel |

JUILLET

| | | |
|----------|---------|--|
| Semaine | 01 – 05 | Myriam et Pierrot Roulin |
| Week-end | 06 – 08 | Myriam et Pierrot Roulin |
| Semaine | 09 – 12 | José et Simon Romanens |
| Week-end | 13 – 14 | José et famille Romanens |
| Semaine | 15 – 19 | Marie-Joe Porchet et André Grangier |
| Week-end | 20 – 21 | Marie-Joe Porchet et André Grangier |
| Semaine | 22 – 26 | Danielle et Frédéric Magnin |
| Week-end | 27 – 28 | Bernard Bugnon, Michel, Claude et Jean-Louis |
| Semaine | 29 – 02 | Bernard Bugnon, Michel, Claude et Jean-Louis |

**INFOS CABANE****Situation**

Situé sur un petit tertre au pied de la face nord du Moléson, ce bijou de cabane avec sa magnifique terrasse accueille avec plaisir les promeneurs en été comme en hiver. Facile d'accès, elle est idéale pour les familles.

Coordonnées

2 568 275/1 157 470 – CN
1245 Château-d'Œx

Restauration/hébergement

Soupe, boissons chaudes ou froides, pas de restauration. Pique-nique autorisé avec consommations achetées sur place.

Saucisse sèche pour l'apéro. Terrasse ombragée.

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

Réservation/information

Team Les Clés 079 625 17 07
cles@cas-gruyere.ch

Gardiennage

Le week-end du samedi 10 h au dimanche 16 h
La semaine du dimanche 16 h au samedi 10 h

Pour les clés

Les prendre au Stamm dans le coffre dédié, le code est transmis par les responsables.

La BCF, partenaire de vos loisirs.



www.bcf.ch



**Banque Cantonale
de Fribourg**

simplement ouvert



pittet vins
secret de cave

CP 14 / Rte de Gruyères 30
1663 Epagny / Gruyères

T 026 921 11 84
info@pittetvins.ch

www.pittetvins.ch

la Mobilière

**Agence générale de Bulle
Chemin de Folliénan 23**

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

Pour toutes vos assurances

JUIN

| | | |
|----------|---------|---|
| Week-end | 01 – 02 | Famille Béatrice Schnegg |
| Semaine | 02 – 08 | Lucie Chagnard |
| Week-end | 08 – 09 | Brigitte et René Krattinger, Karine et Christian Favre |
| Semaine | 09 – 15 | Erika Torche, Solange et Raymond Pillonel |
| Week-end | 15 – 16 | Famille Anne-Lise et Jean-Luc Poffet |
| Semaine | 16 – 22 | Raymonde et Jean-Marie Margueron, Gaby et Denis Golliard |
| Week-end | 22 – 23 | Nathalie Moret et Julien Remy |
| Semaine | 23 – 29 | Patricia et François Gremaud |
| Week-end | 29 – 30 | Christine et Philippe Sugniaux, Stéphanie Vaucher et Christophe Tercier |

JUILLET

| | | |
|----------|---------|--|
| Semaine | 30 – 06 | Béatrice Brasey et Denis Grandjean |
| Week-end | 06 – 07 | Gisèle Charrière, Crista et Olivier |
| Semaine | 07 – 13 | Anne-Laure Rauber |
| Week-end | 13 – 14 | Eilyne, Léane, Florian Berset et Marion Overney |
| Semaine | 14 – 20 | Marie-Hélène Rausis |
| Week-end | 20 – 21 | Jacqueline et Alexandre Gremaud |
| Semaine | 21 – 27 | Famille Katarina Buchs et Anne Dupasquier |
| Week-end | 27 – 28 | Team Joël Ding |

AOÛT

| | | |
|----------|---------|---|
| Semaine | 28 – 03 | Pierrette et Daniel Blatter, Noëlle Fernandez et Claude Egger |
| Week-end | 03 – 04 | Famille Alain Jacquat |
| Semaine | 04 – 10 | Raymonde et Jean-Marie Grivel, Catherine Labhart et Denis Martin |
| Week-end | 10 – 11 | Mathilde et Caroline Schouwey |
| Semaine | 11 – 17 | Ian Peiry |
| Week-end | 17 – 18 | Céline et Jean-Christophe Audemard |
| Semaine | 18 – 24 | Julien Progin |
| Week-end | 24 – 25 | Christelle Jost |
| Semaine | 25 – 31 | Christine Borcard et Damaris Gouba |

*suite en page 14***INFOS CABANE****Situation**

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

Coordonnées

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

Restauration/hébergement

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

Réservation/information

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

Gardiennage

Ouverte du début juin à fin septembre

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

SEPTEMBRE

| | | |
|----------|---------|---|
| Week-end | 31 – 01 | Joye Rausis Dimanche midi : menu chasse |
| Semaine | 01 – 07 | Joye Rausis Semaine Raclette |
| Week-end | 07 – 08 | Léo Rausis et Stéphane Giroud |
| Semaine | 08 – 14 | Libre |
| Week-end | 14 – 15 | Pierre-André Jaquet |
| Semaine | 15 – 21 | Christine Stempfel et Nicole Gamba |
| Week-end | 21 – 22 | Christian Pittet |
| Semaine | 22 – 28 | Alexandra Sottas et Sébastien Chassot |
| Week-end | 28 – 29 | Florence et Eric Denervaud |

OCTOBRE

| | | |
|----------|---------|--|
| Semaine | 29 – 05 | Marie-Claude et Yves Quartier |
| Week-end | 05 – 06 | Fermeture Rausis Macaronis de chalet |



CABANE DE L'OBEREGB 1818 m

JUIN

| | |
|------------------|---|
| Week-end 01 – 02 | Evelyne et André Dubath et Jean-Paul Jacquet |
| Week-end 08 – 09 | Denyse Dupasquier, Marie-Claude Chambovey, Chantal Gillet |
| Week-end 15 – 16 | Fermeture annuelle Les responsables Apéritif offert le dimanche |



CABANE DES PORTES 1218 m

En fermeture estivale

INFOS CABANE

Situation

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

Coordonnées

2 591 420/1 157 800 –
CN 1246 Zweisimmen

Restauration

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

Réservation/information

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

Gardiennage

Le week-end du samedi 12 h
au dimanche 16 h.

Pour les clés

Les prendre dans le coffre
au stamm, code à demander
au responsable.

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

**PETIT MARCHÉ
DE L'INTYAMOU**
DEPUIS 1997

026 928 10 11

Heures d'ouverture

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

JE-VE-SA 07:00 – 23 h

DI 7 h - 21 h

L'ÉTABLE
VILLARS-SOUS-MONT
EN GRUYÈRE

026 928 10 08

Aux Parfums
Des Saisons

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

Pâtisserie-traiteur

| | |
|------------------------|------------------|
| Boulangerie-Pâtisserie | Service traiteur |
| Confiserie et chocolat | Apéro dînatoire |

www.auxparfumsdessaions.ch

Reflets de la section

ACTIVITÉS D'AVRIL 2024

| | | |
|--------------|--|-----------|
| 01.04 | L'Arsajoux | 17 |
| 02.04 | Les Clés | 6 |
| 04.04 | Granges-Marnand – Surpierre en boucle | 30 |
| 06.04 | Mt Velan | 10 |
| 06.04 | Traversée Oberland Jungfrauoch-Blatten « éco-resp » | 10 |
| 11.04 | Long de la Sarine et Cascade de Ramaclé en boucle | 21 |
| 13.04 | Wildstrubel par Schneehore | 6 |
| 18.04 | Ile d'Ogoz (rempl. Vérossaz) | 11 |
| 25.04 | Autour de Grolley | 31 |
| 27.04 | Vanil de l'Ecri (Couloir SO) | 4 |
| 30.04 | Bois-Noir – Berges du Rhône | 13 |

COIN DE LA SYMPATHIE

Nous présentons nos sincères condoléances et assurons de notre amicale sympathie toutes les personnes touchées par les décès de :

Albert Kolly, membre.

ADMISSIONS

Bosson Loïc, rue de la Saletta 83, **Riaz**

Velten Dominique, route du Carmel 6,

Le Pâquier-Montbarry

Velten Véronique, route du Carmel 6,

Le Pâquier-Montbarry

Menez Xavier, chemin des Coules 1, **Esmonts**

Uldry Stéphane, Les Vanils 70, **Morlon**

Petter Caroline, Clos-Perroud 24, **Siviriez**

Frick Christian, chemin d'Afflon 15, **Enney**

Rotzetter Florence, Alpenblick 20, **Alterswil**

Azenha Filipe, Tscharnerstrasse 13, **Berne**

Merlo Sofia, Tscharnerstrasse 13, **Berne**

Defferrard Isabelle, La Chaussia 44, **Villaz-St-Pierre**

ADMISSIONS GJ

Rey Adrien, Clos-Perroud 24, **Siviriez**

Jaquet Charlotte, impasse de la Cascade 16, **Estavannens**

Jaquet Célestin, impasse de la Cascade 16, **Estavannens**

Rossier Julien, rue de la Clé des Champs 5,

La Tour-de-Trême

Rossier Matthieu, rue de la Clé des Champs 5,

La Tour-de-Trême

Groupement jeunesse

Grand Darray

SAMEDI 22 JUIN – DIMANCHE 23 JUIN

PD+



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Subsistance

Cabane de l'A Neuve

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Chef de courses

Martin Widmer, 079 701 84 22

Chef de courses adjoint

Rainer Frick, 079 372 54 93

Itinéraire choisi

Montée par l'arête SSE, descente suivant conditions

Course KIDS – Camp cristaux / piscine

SAMEDI 22 JUIN – DIMANCHE 23 JUIN



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Coût approximatif

Transport

Cheffe de courses

Emilie Jaquet, 079 575 14 35

Chef de courses adjoint

Guillaume Jaquet, 079 585 65 50

Module alpinisme 1 – Orny

SAMEDI 29 JUIN – DIMANCHE 30 JUIN

PD



Lieu et heure de départ

Stamm à 7 h

Subsistance

Cabane d'Orny

Matériel

Alpinisme / Escalade longue voie

Coût approximatif

Nuitée + demi-pension

Cheffe de courses

Amélie Dupasquier, 079 903 07 77

Cheffe de courses adjointe

Florence Niklès, 079 385 15 91

Remarques/descriptif

Cette course fait partie du module Alpinisme. En vous inscrivant, cela signifie que vous êtes également inscrits et participerez aux deux courses suivantes 20-21 juillet et 16-17 août. La participation à toutes les courses est obligatoire, car les courses sont progressives.

Camp d'été – Refuge d'Argentière

LUNDI 8 JUILLET – DIMANCHE 14 JUILLET



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Coût approximatif

Transport

Nbre max. participants

6

Chef de courses

Léo Scyboz, 079 285 01 41

BULLE SERVICE
NETTOYAGE & CONCIERGERIE

Rue de l'Étang 3
1430 Bulle
info@bulleservice.ch
www.bulleservice.ch
026 321 10 00

des idées,
du graphisme,
des livres...



www.entreligne.ch

S Courses de la section



RAPPEL : LES COURSES AVEC CE LOGO
SE FONT EN TRANSPORTS PUBLICS

La Vudalla

JEUDI 13 JUIN

T2



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Matériel habituel de randonnée, boissons,
pique-nique

Dénivelé, heures de marche

10,5 km D+ 700 m 3 h 45

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max. participants

25

Chef de courses

Luc Genin, 079 736 69 04

Période d'inscription

Du lundi 20 mai au dimanche 9 juin

Itinéraire choisi

Départ du Chalet Neuf au-dessus de Villars-
sous-Mont – La Challa – Plan-Francey par le Petit
Molésou – Gros Molésou par sentier botanique
– La Vudalla – Chalet du Milieu – retour au Chalet
Neuf.

Randonnées à la carte

Tout au long de l'année, à pied
ou à ski, chaque mardi, les
clubistes peuvent se retrou-
ver pour une randonnée à la
carte. Le but est fixé selon les
conditions du moment et les
envies des participants. Ces
courses ne dépassent pas les
niveaux T3 ou S3.

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

Randonnées légères à la carte

Les randonnées habituelles
vous paraissent trop astrei-
gnantes ? Chaque jeudi, retrou-
vez les clubistes qui souhaitent
randonner gentiment, sans trop
de dénivelés. Le but est fixé se-
lon les conditions du moment
et les envies des participants.
Ces courses ne dépassent pas
les niveaux T2 ou S2.

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

Mont d'Arpille mixte CAS Gruyère + CAS Moléson



JEUDI 13 JUIN

T3

Lieu et heure de départ

Avry-Bourg à 7 h 15 ou parking terrain foot
Tour-de-Trême à 8 h

Situation/Altitude

Martigny

Substance

Pique-nique

Matériel

Équipement de randonnée

Dénivelé, heures de marche

+/- 890 m, 10 km, 4.30 h marche

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max. participants

10

Cheffe de courses

Erika Chatagny, 078 754 21 70

Période d'inscription

Du vendredi 7 au mardi 11 juin

Itinéraire choisi

Mont de l'Arpille – La Cheutse – Le Temelet
en boucle

Remarques/descriptif

Cette course se fera conjointement avec des membres du CAS Moléson avec Myriam Maillard comme cheffe de course pour cette section. L'idée est de faire connaissance entre membres de sections différentes, mais unis par le plaisir de la marche en montagne.

Chörblispitz



JEUDI 13 JUIN

T4

Lieu et heure de départ

Terrain de foot La Tour-de-Trême à 8 h

Substance

Pique-nique

Matériel

Randonnée

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé : 1100 m

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Inscription jusqu'à 12 h

Chef de courses

Jean-Claude Mauron, 079 710 67 34

Période d'inscription

Du vendredi 7 au mercredi 12 juin

Itinéraire choisi

Départ de Jaun – Oberi Dorfallmend –
Point 1432 – Chörbli – Chörblispitz.
Retour par le même itinéraire

Autachia / Schwyberg / Lac Noir

SAMEDI 15 JUIN

T2



Lieu et heure de départ

Parc terrain foot de la Tour-de-Trême à 8 h

Substance

Pique-nique

Matériel

Bonnes chaussures

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Jusqu'à 19 h

Chef de courses

Albert Marchon, 079 688 34 46

Période d'inscription

Du lundi 3 au jeudi 13 juin



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, circulaire et immunitaire
Évacuer les toxines



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, claudenoll@bluewin.ch



CHAUSSURES
Waeber
BULLE

Grand-Rue 21

Chasseron par les Roches Blanches



DIMANCHE 16 JUIN

T3

Lieu et heure de départ

Parc du terrain de foot de La Tour-de-Trême
à 8 h

Dénivelé, heures de marche

15 km, 1000 m de dénivelé

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Cheffe de courses

Lise Ruffieux, 079 587 94 00

Période d'inscription

Du samedi 1^{er} au samedi 15 juin

Itinéraire choisi

Noirvaux – Grand Suvagnier – Roches
Blanches – Crêt de la Neige – Chasseron –
Petites Roches – Le Sollier – Saut de l'Eau
– Noirvaux

Gantrisch – Chrummyfadeflue – Hohmad



JEUDI 20 JUIN

T4

Lieu et heure de départ

Parking terrain de foot La Tour-de-Trême
à 6 h

Matériel

De randonnée alpine ; pique-nique et bois-
sons ; protection solaire

Dénivelé, heures de marche

+900 m

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Chef de courses

Pascal Monteleone, 079 669 95 63

Période d'inscription

Du samedi 1^{er} au mercredi 19 juin

Itinéraire choisi

Wasserscheidi - Gantrisch - Schwalmere -
Chrummyfadeflue - Hohmad - Wasserscheidi

Traversée Fletschhorn – Lagginhorn

SAMEDI 22 JUIN – DIMANCHE 23 JUIN

AD

=====



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Dénivelé, heures de marche

Jour 1 : 1000 mètres de D+

Jour 2 : 1600 mètres de D+,
2600 mètres de descente

Exigence physique

D – Très exigeante

Coût approximatif

Transport

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Bruno Parnet, 079 938 19 34

Plan Nevé (changement de date)

DIMANCHE 23 JUIN

T2

=====



Lieu et heure de départ

Au stamm de Bulle à 7 h 30

Matériel

Sac à dos, pique-nique, boissons, chaussures de marche, bâtons

Dénivelé, heures de marche

4 h de marche 1050 de D+

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

En ligne

Nbre max. participants

8

Cheffe de courses

Aleksandra Stefanovic, 078 744 77 48

Période d'inscription

Du samedi 1^{er} au samedi 22 juin

Itinéraire choisi

Région : Massif des Muerans Depuis le pont de Nant T2 4 h de marche

Pic Chaussy

DIMANCHE 30 JUIN

T3



Lieu et heure de départ

Stamm de Bulle à 7 h 30

Matériel

Sac à dos, pique-nique, boissons, chaussures de marche, bâtons, etc.

Dénivelé, heures de marche

12 km de marche, 5 heures, 920 m de D+

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

En ligne

Instructions d'inscription

En ligne

Nbre max. participants

8

Cheffe de courses

Aleksandra Stefanovic, 078 744 77 48

Délai d'inscription

Jusqu'au dimanche 30 juin

Itinéraire choisi

Depuis le col des Mosses

Tsavas-Curtillet

JEUDI 4 JUILLET

T3



Lieu et heure de départ

Terrain de foot La Tour-de-Trême à 8 h

Matériel

Standard de randonnée

Dénivelé, heures de marche

Environ +/-1000 m / 10 km / 5 h de marche

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Instructions d'inscription

Inscription par téléphone auprès de Maurice Beaud

Chef de courses

Antoine Buntschu, 079 661 26 20

Chef de courses adjoint

Maurice Beaud, 079 549 47 45

Période d'inscription

Du lundi 3 juin au mercredi 3 juillet

Itinéraire choisi

Liéry Odet – Les Tsavas – Le Curtillet
– Fédjire – Lac de Coudré – La Cierne
– Grospas

Cape au Moine



JEUDI 4 JUILLET

T4

Lieu et heure de départ

Terrain de foot – La Tour-de-Trême à 7 h 30

Subsistance

Pique-nique

Matériel

Randonnée

Dénivelé, heures de marche

+/- 1000 m

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Inscription jusqu'à 12 h

Chef de courses

Jean-Claude Mauron, 079 710 67 34

Période d'inscription

Du vendredi 28 juin au mercredi 3 juillet

Itinéraire choisi

Allières – Joux des Heures – Col Pierra
Perchia – Cape au Moine – Col Pierra
Perchia – l'Urqui – Orgevaux – Allières

Remarques/descriptif

Possibilité de venir que jusqu'au Col de
Pierra Perchia (sans faire le sommet) = T3

Ochse via Oberalpigle – Louigrat (en boucle)



JEUDI 4 JUILLET

T3

Lieu et heure de départ

La Tour-de-Trême (P) à 8 h 30 h /
Le Mouret (Gym) à 8 h

Situation/Altitude

1206

Subsistance

Pique-nique tiré du sac

Matériel

Randonnée en montagne +
éventuellement bâtons

Dénivelé, heures de marche

9,5 km, +/-900 m, ~ 4 h 30

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

Communiquer votre no de portable

Chef de courses

Christian Meyer, 079 372 17 52

Période d'inscription

Du jeudi 20 juin au mardi 2 juillet

Gros Plané – Moléson

SAMEDI 6 JUILLET

T3

=====



Lieu et heure de départ

Parc terrain foot
de la Tour-de-Trême à 7 h 30

Substance

Pique-nique

Matériel

Très bonnes chaussures

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone

Instructions d'inscription

Jusqu'à 19 h

Chef de courses

Albert Marchon, 079 688 34 46

Période d'inscription

Du lundi 24 juin au jeudi 4 juillet

Becs Noirs – Traversée

SAMEDI 6 JUILLET

D

=====



Lieu et heure de départ

Stamm ou à convenir à 6 h

Situation/Altitude

St-Bernard 1365

Substance

Substance personnelle depuis le sac

Matériel

Casque, baudrier, chaussons d'escalade,
grosses chaussures pour arête, 4 dégaines
par personne, quelques sangles, corde
40 m minimum.

Dénivelé, heures de marche

800 m dénivelé positif et négatif

Exigence physique

B – Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport

Instructions d'inscription

Par téléphone ou en ligne – merci
de préciser votre numéro de téléphone

Nbre max. participants

8

Chef de courses

Jérôme Widmer, 079 380 15 59

Chef de courses adjoint

Michel Léderrey, 079 370 56 77

Période d'inscription

Du dimanche 9 juin au jeudi 4 juillet

Itinéraire choisi

Heure et lieu à convenir selon météo/participants. Approche dans une prairie avec taillis et blocs de rochers, escalade en gneiss (5 longueurs – 5 b), arête assez longue en III avec un ressaut en V (une longueur équipée), descente à travers la prairie.

Remarques/descriptif

Course hybride entre escalade et course d'arête en rocher. Escalade en bon gneiss (raide), arête en III en gneiss entrecoupé de prairies. Rocher douteux par endroits sur l'arête.

Au-dessus du lac de Mauvoisin : Cascade du Giétroz



SAMEDI 6 JUILLET

6a

Lieu et heure de départ

Place de Parc CO2 à 6 h

Matériel

Standard longues voies

Dénivelé, heures de marche

1 h 45 de marche d'approche,
400 m de dénivelé

Exigence physique

C - Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par courriel, en ligne

Instructions d'inscription

De préférence via Droptour

Nbre max. participants

6

Chef de courses

Laurent Marilley, 079 588 63 39

Période d'inscription

Du lundi 3 juin au jeudi 4 juillet

Itinéraire choisi

2 voies sont proposées : Roc en folie et Canailles de Bagne. Ces 2 voies sont dans le 6a, mais abordable. Roc en folie a été une vraie découverte, dans un style calanques de Marseille avec en plus une vue sur les Alpes et le lac de Mauvoisin, splendide ! La deuxième voie sera à découvrir, en fonction de l'envie des participants, avec une longueur challenge non-obligatoire.

Rocher Plat en traversée (changement de date)



DIMANCHE 7 JUILLET

T3

Lieu et heure de départ

Gare de Bulle Voie 4 S50 à 6 h 40

Substance

Pique-nique

Matériel

De randonnée

Dénivelé, heures de marche

Dénivelé +1275m, - 1250 m, 13 km, Env.
6 h 15

Exigence physique

B - Plutôt exigeante

Coût approximatif

Transport public

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Instructions d'inscription

Merci d'indiquer ton n° de portable en cas d'inscription en ligne, dernier délai samedi 17 h.

Cheffe de courses

Colette Dupasquier, 079 697 26 22

Période d'inscription

Du lundi 1^{er} juillet au samedi 6 juillet

Itinéraire choisi

Flendruz, Creux du Pralet, Rocher Plat, La Videmanette, Saanen

Remarques/descriptif

Des parterres de fleurs vous attendent !

Variations dans les Alpes uranaises (/nouvelle date)



MARDI 23 JUILLET – SAMEDI 27 JUILLET

T4

Lieu et heure de départ

Gare de Bulle, voie 3 à 5 h 45

Subsistance

Demi-pension en cabane

Matériel

Bons souliers bien profilés, bâtons de randonnée, casque ; habits chauds et bonne protection contre la pluie ; sac de couchage en toile ; pique-niques pour 5 jours et thermos ; protection solaire.

Dénivelé, heures de marche

70 km en 5 jours, dénivelé total + 7800 m ;
7 à 8 heures de marche par jour

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

CHF 500.- Transport train et téléphérique,
demi-pension

Renseignements/inscription

Par téléphone

Nbre max. participants

12

Chef de courses

Pascal Monteleone, 079 669 95 63

Période d'inscription

Du samedi 1^{er} juin au dimanche 14 juillet

Itinéraire choisi

Jour 1 : Brüsti – Bachhütte – Alplilücke –
Fulensee - Kröntenhütte

Jour 2 : Kröntenhütte - Steinchälen -
Sasspass - Rot Bergli - Sewenhütte

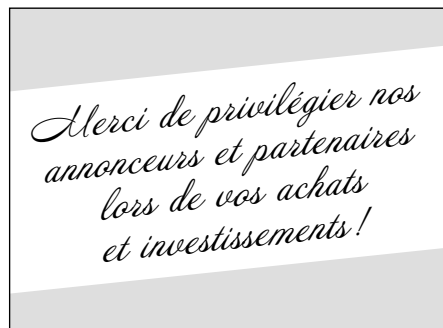
Jour 3 : Sewenhütte - Hinterfeldboden -
Chalchtal - Sustenjoch - Voralphütte

Jour 4 : Voralphütte - Horenfellistock -
Bergseehütte - Chelenalphütte - Hinterröti
- Dammahütte

Jour 5 : Dammahütte - Alprigenplangge -
Lochberglücke – Albert-Heim – Tiefenbach

Remarques/descriptif

Belles randonnées alpines en grande partie
sur sentiers blanc-bleu-blanc (T4) dans le
massif granitique du Susten et des Alpes
uranaises



Täschhütte – Pfulwe

SAMEDI 27 JUILLET – DIMANCHE 28 JUILLET

T4



Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Subsistance

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

Matériel

De randonnée, bonnes chaussures.
Sac à viande.

Dénivelé, heures de marche

1^{er} jour : +1400m / -400 m, 6 h,
2^e jour : +500m / - 1500 m, 5-6h

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

Transport, hébergement

Renseignements/inscription

Par téléphone

Chef de courses

Denis Bossel, 079 332 04 68

Période d'inscription

Du mardi 4 juin au vendredi 19 juillet

Itinéraire choisi

1^{er} jour : Täsch – Täschalp – Täschhütte
2700 m (variante par Weingartensee
3100 m si montée à Täschalp en taxi)

2^e jour : Täschhütte – Pfulwe 3150 m –
Sunegga – Zermatt (de Sunegga possibilité
par le métro)

RAIFFEISEN

Ce qui nous différencie:
nos avantages.

Chaque année, nos sociétaires profitent au total de plus d'un million d'avantages grâce à des solutions bancaires attractives.

Nous offrons à nos sociétaires des avantages sous forme de rabais et de conditions préférentielles. Parce que nous sommes une coopérative.

Découvrir les avantages sociétaires.

Chli et Gross Diamantstock



JEUDI 1^{er} AOÛT – DIMANCHE 4 AOÛT

AD+

Lieu et heure de départ

Seront communiqués aux participants

Matériel

De montagne, sera précisé aux participants

Exigence physique

C – Exigeante

Coût approximatif

Transport

Renseignements/inscription

Par téléphone, en ligne

Nbre max. participants

6

Chef de courses

Roland Charrière, 079 199 95 32

Chef de courses adjoint

Florent Layaz, 079 756 14 67

Période d'inscription

Du lundi 3 juin au dimanche 30 juin

Itinéraire choisi

1 jour : Trajet et montée à la Gruebenhutte (cabane non gardiennée) +1100 m.

2^e jour : Chili Diamantstock (arête N, AD+) descente à la cabane (Bachlihutte) +500 m -700 m.

3^e jour : Gross Diamantstock (arête E, AD+) retour à la cabane.

4^e jour : Escalade et retour

Remarques/descriptif

Quatre jours dans la superbe région du Grimsel, s'adressant à des alpinistes autonomes. Si l'arête du petit Diamantstock est relativement courte, l'arête E du Grossdiamantstock nécessite une certaine aisance.

Exigences physiques

Ces critères renseignent sur les exigences physiques requises pour les courses

| | | |
|----------|------------------|---|
| A | peu exigeante | 3 - 5 h temps total ; env. 800 m montée |
| B | plutôt exigeante | 4 - 7 h temps total ; env. 800 - 1300 m montée |
| C | exigeante | 6 - 10 h temps total ; env. 1300 - 1600 m montée |
| D | très exigeante | plus que 10 h temps total ; montée plus de 1600 m |



**PRENDRE DE
LA HAUTEUR
ENSEMBLE**

Trango
SPORT
NATURE

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

boutique
Grand Rue 29 / Bulle

patagonia



Tavillons

Charpente - Rénovation

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

Samuel Charrière
1628 Vuadens



Récits de courses

Le Daubenhorn (rempl. Pte de Tsaté)

JEUDI 29 FÉVRIER 2024

Texte de Nicolas Hogg, photos de Carlo Gattoni



La course à la Pointe de Tsaté n'ayant pu avoir lieu en raison du manque de neige, notre chef de course, Jean-Marc, nous propose un parcours de remplacement avec l'ascension du Daubenhorn, au-dessus de Loèche-les-Bains.

Sur le parking du terrain de foot de la Tour-de-Trême, les 18 participants se regroupent dans le bus du CAS et dans deux voitures privées. Le départ est donné, les véhicules partent en direction du Valais pour entamer une superbe journée dans un univers très alpin. Après un bouchon dans la descente du toboggan de Châtel-Saint-Denis, nous arrivons à Loèche avec quelques minutes de retard. Plus de place sur le parking de la télécabine, sans perdre une minute, Jean-Marc négocie par téléphone avec un propriétaire privé la possibilité de parquer

le bus et une voiture. Ce petit souci de parcage liquidé, nous pouvons monter en télécabine au col de la Gemmi, où nous attend une petite pause-café bienvenue. Nous descendons quelques mètres avant de mettre les peaux.

Dernier briefing avec présentation de la course et formation de 3 groupes. Au vu du nombre de participants, Jean-Marc décide de mettre à contribution, comme chefs de course, Denis et Michel initialement présents comme participants. Le soleil est de la partie et la vue sur les sommets aux alentours superbe. La course commence par la traversée à plat du Lämmerenboden. Ensuite, c'est une montée en pente douce qui nous attend pour nous mettre en jambes. Nous ne sommes pas les premiers sur le parcours et la trace est bien marquée.





L'ENTREPÔT

Rappel / information

Lorsque vous allez pratiquer l'Escalade de blocs à L'Entrepôt, 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 aux blocs (et non pour les voies d'escalade).



Dumas Transports SA

Rte de Villariaz 10

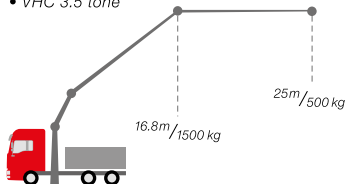
1687 Vuisternens-dt-Romont

Tél. : 026 655 11 53

Fax : 026 655 17 04

dumas.transports@bluewin.ch

- Train-routier / Semi-remorque
- Camion-grue 10-14 tone/m
- Grue spéciale
- VHC 3.5 tone



SUGNAUX
électroménager

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



La pente s'accroît et passe sous une barre de rochers. Première pause avant d'attaquer la pente sommitale. L'ambiance est détendue et chacun admire le paysage avec au fond dans la vallée la cabane Lämmern. Arrivés sous le sommet, on déchausse les skis pour terminer sur une arête équipée de câbles. Après quelques photos autour de la croix sommitale et les embrassades d'usage, on redescend prudemment sur l'arête gelée. S'en suit la pause de midi à l'abri du vent sous un surplomb rocheux. La pause terminée, on passe aux choses sérieuses avec une magnifique descente sur Lämmerenboden et retour au col. Pour clôturer cette belle journée, nous prenons le verre de l'amitié au restaurant de la télécabine.

Merci à Jean-Marc, notre chef de course, pour l'organisation de la sortie et à ses deux adjoints, merci à Carlo pour la conduite du bus et merci à tous pour la compagnie.

Participants : Carlo Gattoni, Fabienne Gobet, Ophélie Rolle, Matthias Chatagny, Nicolas Hogg, André Sallin, Elisabeth Sallin, Isabelle Seydoux, Gabriel Luisoni, Jean-Marc

Angéloz, Tracie Chaperon, Murielle Patterson, Erika Chatagny, Christine Raboud, Jérémy Grandjean, Francis Maillard, Michel de Techtermann et Denis Bossel.



Piller & Kratter sa



CHAUFFAGE
SANITAIRE
TOITURES ISOLÉES
COUVERTURE / FERBLANTERIE
ÉTANCHÉITÉ

1632 Riaz 026 / 912 98 04



*Merci de privilégier nos annonceurs et partenaires
lors de vos achats et investissements!*

depuis

2007

Lucien Carrel

079 767 75 50

**Tavillons
Toitures
Façades**

1627 Vaulruz - anciennement Camille Charrière



www.lucien-carrel.ch



[tavillonneur](https://www.instagram.com/tavillonneur)

Mont Vélan

6-7 AVRIL 2024

Texte de Léonie Guisan, photo de Jean-Louis Reymond



Mérite : Le Mont Vélan est un magnifique objectif qui n'est pas donné. Il a fallu marcher une heure avant de mettre les skis, dormir sereinement sachant que les 60 personnes à la cabane avaient le même objectif et attendre le lendemain pour avoir le résultat du match de Gottéron.

Organisation : Jean-Louis, épaulé par Bruno, a fait de cette course une affaire rondement menée. Une gestion parfaite du temps, un rythme imposé de guide de montagne et une bienveillance sans faille ne pouvaient être que les clés de la réussite. Un grand merci à vous deux !

Neige : Malgré les températures élevées annoncées, les conditions étaient bonnes, voire très bonnes. Seule la visibilité nous a parfois empêchés d'en profiter pleinement.

Terrasse : Bronzer sur la terrasse face au Massif du Grand Combin a même fait partie

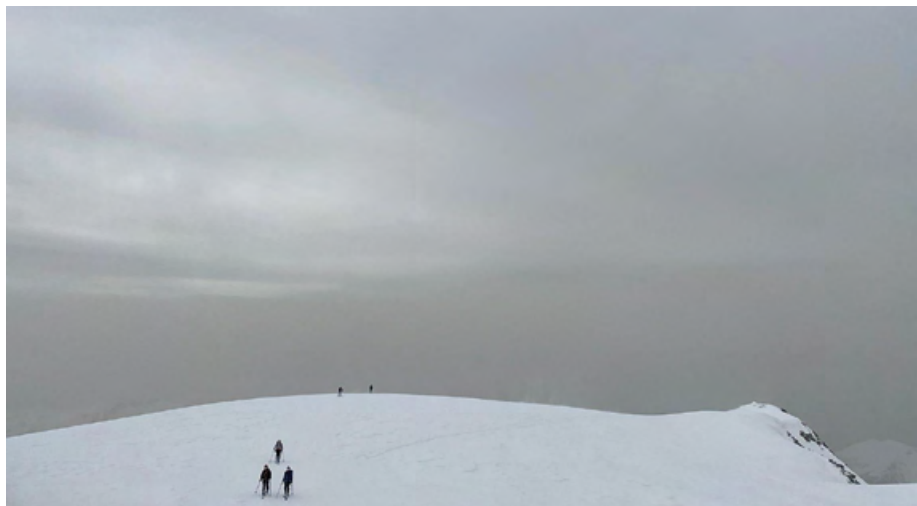
du programme. Studieux, nous avons révisé les nœuds et manipulations de base au soleil. Une fois les classiques revus, nous avons observé la longue montée aux enfers des retardataires de la cabane de Valsorey.

Verticalité : Quand on dit que le Vélan se mérite, c'est aussi parce qu'il y a le fameux passage du Col de la Gouille. L'effet file indienne rajoute une dimension supplémentaire à la raideur de la descente.

Equipe : Ce week-end fut synonyme de convivialité, de bonne humeur, d'entraide et d'enthousiasme. Un grand merci à Dominique qui nous a gâtés au petit déjeuner en amenant une tresse faite maison.

Loup : Le gardien de la Cabane du Vélan est connu pour cuisiner la chasse. Quelle était alors la viande du ragoût servi au souper qui nous a tant rassasiés ? Ce n'étaient en





tout cas pas les marmottes observées au retour le long du sentier !

Ascension : L'arrivée au sommet est un peu confuse. Le sommet de neige semble s'être tassé. Tout le monde se dirige vers un tas de cailloux semblant plus haut que l'étendue blanche indiquée comme étant le sommet sur la carte. Mais qu'importe, nous y sommes !

Nuage : Samedi matin, le ciel était nuageux. Il s'est vite dégagé pour laisser place à

un magnifique ciel bleu. Le dimanche fut marqué par les nuages de sable du Sahara. Quelle atmosphère particulière, mais belle ! La vue au sommet n'était pas telle que décrite sur le Portail des courses du CAS : un panorama très étendu. Et alors ?

Chef de course : Jean-Louis

Chef de course adjoint : Bruno

Participants : Didier, Dominique, Eric, Evelyne, Jean-François, Léonie, Murielle, Simon.



NOUVEAU

CARTE AVANTAGES CASTELLA

Chaque mois, **bénéficiez d'une offre spéciale**, soigneusement sélectionnée pour vous !



 Pay



Add to
Apple Wallet



Ajouter ma carte



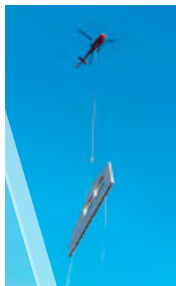
LAPOSTE

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