

# CAS section la Gruyère



<b>Président</b>	Pierre-André Kolly La Croix, 1633 Marsens, 079 212 38 49 Case postale 502 - 1630 Bulle <a href="http://www.cas-gruyere.ch">http://www.cas-gruyere.ch</a> <a href="http://www.gjgruyere.ch">http://www.gjgruyere.ch</a>
<b>Adresse du club</b>	info@cas-gruyere.ch
<b>Sites internet</b>	Bâtiment Setam - Ch. de Bouleyres 79 - 1630 Bulle Geo Lebesnerais, tél. 026 927 24 50 ou 079 549 57 14
<b>E-mail</b>	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
<b>Local de la section</b>	Véronique Clément Vieux-Pont 51, 1630 Bulle, tél. 026 913 90 94 E-mail: clement.v@bluewin.ch
<b>Rédaction du bulletin</b>	Dent de Folliéran, offerte par Catherine Labhart
<b>Gestion des membres</b>	
<b>Photo de couverture</b>	
<b>N° 3 mars 2010</b>	

## Echo du comité

Un nombre important de bulletins nous viennent en retour à cause d'une adresse incomplète ou périmée. Pour éviter un surplus de travail et de frais, nous vous demandons de signaler toute modification à la responsable des membres, Véronique Clément.

Monsieur Gérard Meyer qui a représenté le CAS à multiples obsèques en tant que porte-drapeau souhaite trouver une personne qui accepte de reprendre ce mandat. Si vous êtes intéressé, nous vous prions de prendre contact avec Monsieur Pierre-André Kolly, président.

## Animation au stamm

### Soirée risotto et rétrospective

**Vendredi 26 mars dès 19 heures**

Gaston et son risotto

**Poupette et sa rétrospective des années 2002 à 2010**

**Merci de vous inscrire jusqu'au mercredi 24 mars chez Poupette**

079 279 81 48 ou 026 913 70 33 E-mail: [poupette@bluewin.ch](mailto:poupette@bluewin.ch)

## Sommaire

Reflets de la section

Les cabanes de la section

3  
5 - 9

Groupement Jeunesse

Les courses du mois

11 - 17

19 - 28

# Reflets de la section

## Activités du mois

Date	Course	Participants
02.01	Tête à Josué	10
03.01	Oberegg	23
05.01	Les Clés	11
07.01	Wispile	38
09.01	Cours chefs de courses	16
10.01	Course des Rois	24
12.01	Vounetz	16
14.01	Garten	22
16.01	Walighürli	15
19.01	Walighürli	16
21.01	Husegg - Wandflue	31
23.01	Les Merlas - le Van	6
26.01	Régiment	11
27.01	Monts Chevreuils	23
29.01	Sortie pleine lune	19
30.01	Gantrisch	12
31.01	Walighürli	12

## Coin de la sympathie

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

**Marcel Monney**, père de Jean-Marc, membre.

## GJ

### Gremaud Arthur

Bourg-d'En Haut 12 La Tour-de-Trême

### Deillon Matthieu

Route de Montbarry 40 Le Pâquier-Montbarry

### Deillon Léo

Route de Montbarry 40 Le Pâquier-Montbarry

## Candidats

### Lendenmann Pierre

Sur la Rèche 105 Bulle

## Admissions

### Gremaud Laurent

Les Mosses 46 Sâles

### Majeux Gabriel

Route de l'Eglise 26 Mézières

### Krummenacher John

Pra-Pertet 20 Châtel-sur-Montsalvens

### Stucki Nicole

La Rosaire 50 Sâles

### Albrecht Thomas

Rue de la Léchère 67 Bulle

### Morel Laurent

Rue de l'église 86 Romont

### Bella-Jordan Mireille

La Folliaz 4 Villarimboud

### Marmy Françoise

Route de Ferlens 12 Massonnens

### Perritaz Catherine

Route du Bry 61 Farvagny

### Oberson Bernard

Chemin du Riau 5 Vauderens

### Bosson Laurent

Ruelle du Lion d'Or 1 Bulle

### Rigolet Catherine

Le Rosez 268 Vuadens

### Pichonnaz Jean-Daniel

Route de Moleires 19 Marsens

### Joye Jacinthe

Village d'En-Haut 73 Estavannens

### Melet Patricia

Le Rialet 855 Vuadens

# Les cabanes de la section

## Cabane des Portes

---

### **Week-end « Papet vaudois »**

Samedi 27 mars à partir de 18 h 30

Dimanche 28 mars à partir de 11 h 30

**Prix : Fr. 16.– (café compris)**

**Inscription jusqu'au lundi 22 mars**

chez José Romanens à Marsens - 026 915 32 29 ou 079 706 50 24.

# Les gardiennages du mois

## Cabane des Clés

---

### **Février**

27-28                      Gérald Rumo

### **Mars**

06-07                      Dédé et Prisca Brodard

13-14                      Edouard Kratinger

20-21                      Nadia Siffert

27-28                      Bernard et Christine Bussard

### **Avril**

02-05                      Jean-Louis Willems

**Réservations et gardiennages: Eric Sudan tél: 026 915 10 49 ou 079 402 57 66**

**Responsables de la cabane: Eric Sudan et Gilbert Berset**

Le gardiennage du week-end débute le samedi à 10h et se termine le dimanche à 16 h.



## ***Via ferrata Moléson***

***Accès gratuit***

***à tous les membres***

***de la section «La Gruyère»***

## ***Cabane de l'Oberegg***

---

<b>Mars</b>	7	Jean-Louis Romanens – Denise Jacquier
	14	Freddy Rigolet – Jean-Noël Bapst
	21	Jean-Louis Romanens – Denise Jacquier
	28	Romuald Pasquier – François Seydoux
<b>Avril</b>	4	Nadia Siffert

**Veillez prendre les clés chez Otto Zweidler** – 026 921 14 52

Menoud Dodo : 079 219 06 39

## ***Cabane des Portes***

---

<b>Mars</b>	06-07	José et Marie-Jo Romanens
	13-14	Vonvon Kolly et Jean-Claude Ecoffey
	20-21	Gilbert et Bobonne
	27-28	José et Marie-Jo Romanens – Papet vaudois Daniel et Corine Romanens
<b>Avril</b>	03-04	Daniel et Corine Romanens Benô et Sabine

Gardiennage    **Week-end    samedi 15 h – dimanche 16 h**

**Veillez prendre les clés chez José Romanens**, rte des Bugnons 93, 1633 Marsens

Tél. 026 915 32 29 ou natel 079 706 50 24.

**Responsable adjoint**: Daniel Romanens, rte des Bugnons 101, 1633 Marsens

Tél. 026 915 27 81 ou natel 079 644 58 83.

***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***

01 - 02	<b>mai</b>	<b>Ouverture - les responsables</b>	
08 - 09		Annick Buntschu et Fabienne Morard	
13 - 16		Georgette et Henri Maillard	
22 - 24		Stephane Vionnet	
29 - 30		Marcel et M.-José Mettraux	
03 - 06	<b>juin</b>	Gilbert et Manu Berset	
26 - 27		Isabelle Gremaud	
03 - 04	<b>juillet</b>	René Vallélian	
10 - 11		Maillard et Bobone	
17 - 18		Lucie Suard - Brigitte Girard - Marcia Masset - Marie-Claire Winkler	
24 - 25		Yan Maire	
31 - 01	<b>août</b>	Gilbert et Manu Berset	
07 - 08		Patrick et Alice Monney	
14 - 15		Edouard Kratinger	
21 - 22		Edouard Kratinger	
28 - 29		Martial Rouiller	
05 - 06	<b>septembre</b>	<b>Libre</b>	
11 - 12		Nicolas Geinoz	
18 - 19		Daniel Hanni	
25 - 26		Dédé et Prisca Brodard	
02 - 03	<b>octobre</b>	Petit Louis et Marinette	
09 - 10		Nadia Siffert	
16 - 17		Ida Emery et Famille Seydoux	
23 - 24		Marcel et M.-José Mettraux	
<b>Semaines</b>	04 - 10	<b>juillet</b>	<b>Libre</b>
	10 - 17		Maillard et bobone
	19 - 24		Lucie - Brigitte - Marcia - Marie-Claire
	25 - 31		<b>Libre</b>
	01 - 07	<b>août</b>	Gilbert et Manu
	10 - 14		<b>Libre</b>
	15 - 21		Edouard Kratinger
	22 - 28		Martial Rouiller

**Du 7 au 25 juin la cabane sera fermée pour cause de travaux de rénovation.**

Merci d'en prendre bonne note.

**Responsables:** Eric Sudan et Gilbert Berset

**Réservations et gardiennages:** Eric Sudan, tél: 026 915 10 49 ou 079 402 57 66

Le gardiennage du week-end débute le samedi à 10 h et se termine le dimanche à 16 h.

# Infos Groupement jeunesse

## Informations

**Aux anciens moniteurs Jeunesse et Sport plus reconnus et qui souhaitent encadrer à nouveau les jeunes du groupement jeunesse.**

Vous avez effectué à l'époque la formation de moniteur Jeunesse et Sport et n'êtes actuellement plus reconnus. Sachez qu'un ancien moniteur peut faire une demande de réintégration en complétant un formulaire disponible auprès de votre coach ou sur la page internet Jeunesse et Sport. Ce formulaire sera également signé par le service cantonal J+S, puis envoyé à J+S Macolin. Le service cantonal Jeunesse et Sport sera ensuite informé des cours à suivre pour que le demandeur puisse à nouveau être reconnu J+S. Dans la grande majorité des cas, il s'agit d'un module de réintégration (cours théorique à Macolin, 1 jour), suivi d'un module de perfectionnement.

***De plus le titre de moniteur Jeunesse et Sport est aussi reconnu par le CAS comme titre de chef de courses.***

Je reste à votre disposition pour tout complément d'information.

Votre coach jeunesse et sport

**Castella Alexandre** - castella.alex@gmail.com

## Pour tous les membres du Groupement jeunesse

Tu souhaites être au courant des dernières nouvelles du Groupement jeunesse, comme par exemple :

- **être averti lorsqu'il reste encore de la place dans les camps**
- **connaître les différentes actions ou annonces communiquées par le comité central du CAS pour les jeunes.**
- **obtenir les dernières nouvelles de votre comité**

Alors, envoie simplement un mail à l'adresse suivante [infogj@cas-gruyere.ch](mailto:infogj@cas-gruyere.ch) en mentionnant ton nom, prénom et adresse et en mentionnant sur « objet » inscription à la newsletter du GJ, afin que nous puissions introduire ton adresse e-mail dans le répertoire.

Ensuite à chaque fois que le comité ou qu'un moniteur nous fera part d'une annonce générale à vous transmettre dans un délai court, vous recevrez un email envoyé depuis la boîte aux lettres [infogj@cas-gruyere.ch](mailto:infogj@cas-gruyere.ch). Bien sûr, cette communication sera également publiée dans le bulletin, pour autant que le délai d'impression ne soit pas passé.

*Veuillez ajouter l'adresse [infogj@cas-gruyere.ch](mailto:infogj@cas-gruyere.ch) dans votre répertoire afin d'éviter que les e-mails ne soient considérés comme des spams.*

Nous espérons ainsi être plus proches de vous.

***Le comité du groupement jeunesse CAS La Gruyère.***

# Groupement jeunesse

## *Arpelistock et Geltenhorn*

*Week-end du 6-7 mars*

### **Lieu et heure de départ**

Le samedi à 6 h 30 au stamm

### **Situation/altitude**

Région Launensee - Wildhorn 3035 m - 3065 m

### **Itinéraire choisi**

Par la cabane du Geltenhorn

### **Difficulté et cotation**

S2

### **Matériel**

Complet de randonnée pour 2 jours (DVA, pelle, sonde) + crampons et piolet

### **Subsistance**

Pique-nique pour 2 midis et demi-pension à la cabane

### **Coût**

Environ Fr. 120.-

### **Renseignements et inscriptions**

Laurent Pasquier - 079 509 83 04

### **Délai d'inscription**

26 février

### **Remarque/descriptif**

Course de haute montagne dans la bonne humeur

## *Vélo – ski*

*Samedi 13 mars*

### **Départ**

Au stamm à 7 h

### **Situation**

Région de Grandvillard.

### **Difficulté et cotation**

1 h de vélo et PD/S2

### **Matériel**

Un vélo et une paire de baskets + matériel complet de randonnée à ski

### **Subsistance**

Pique-nique

### **Coût**

Rien

### **Inscriptions**

Manu Illan - 026 912 40 03

### **Remarques**

Nous ferons le trajet en vélo depuis le stamm.  
Le matériel de ski doit être fixé sur le vélo.  
Faites un test avant !

# PILLER & KRATTER SA

chauffage • sanitaire • toitures

1632 Riaz

Tél. 026 912 98 04  
Natel 079 230 50 37

## *Le Beaufort*

*Dimanche 14 mars*

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 6 h

### **Situation**

Région St-Bernard - départ de Bourg-St-Pierre

### **Difficulté et cotation**

1400 m de dénivelé - PD - S3

### **Matériel**

Complet de randonnée (DVA - pelle - sonde)

### **Subsistance**

Pique-nique

### **Coût**

Transport

### **Renseignements et inscriptions**

Manu Illan - 026 912 40 03

### **Délai d'inscription**

Vendredi 12 mars à 20 h

## *Pointe de Vouasson*

*Samedi 20 et dimanche 21 mars*

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 7 h

### **Situation/altitude**

Pointe de Vouasson, 3489 m

### **Itinéraire choisi**

Montée à la cabane des Aiguilles Rouges

### **Difficulté et cotation**

Bon skieur alpiniste

### **Matériel**

De ski de randonnée complet (DVA, sonde, pelle, couteaux et peaux), crampons, piolet, baudrier, lampe frontale

### **Subsistance**

Pique-nique pour les 2 jours

### **Coût approximatif**

Fr. 60.-

### **Renseignements et inscriptions**

Alexandre Castella - 079 343 32 16 ou via  
e-mail : castella.alex@gmail.com

### **Délai d'inscription**

16 mars

### **Remarque**

Souhaite l'inscription d'un second moniteur ski de randonnée si plus de 6 participants.

## *Wildhorn par les Rousses*

*Sa 27 et dim 28 mars*

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 8 h

### **Situation / altitude**

Wildhorn 3248 m

### **Itinéraire choisi**

**Samedi :** montée à la cabane (750 m dénivelé environ)

**Dimanche :** cabane - sommet du Wildhorn (740 m dénivelé environ)

### **Difficulté et cotation**

S 2

### **Matériel**

Ski de randonnée complet (DVA, pelle, sonde)

### **Subsistance**

Pique-nique pour 2 jours et à boire pour le samedi

### **Coût**

Environ Fr. 46.- à 59.- pour la ½ pension à la cabane + les frais de transport

### **Renseignements et inscriptions**

Claude Heckly - 026 928 28 25

### **Délai d'inscription**

Lundi 22 mars



# **RIAZ** CONFÉRENCE

## **BÂTIMENT SCOLAIRE**

Route des Monts 14



**DIAPO**  
**ANTARCTIQUE**



**La Haute Route  
des Pentes Raides**

**FILM**



# **GÉRALDINE FASNACHT**

## **Vendredi 12 mars 2010 à 20 h**

**Entrée libre (collecte)**  
**Ouverture des portes à 18 h 30**

Organisation:  
Association culturelle



## ***Camp de ski de rando, région d'Arolla Je 8 au dim 11 avril***

### **Course jumelée avec la section**

#### **Lieu et heure de départ**

Place du stamm à 9 h

#### **Situation**

Région d'Arolla

#### **Itinéraire :**

**Le 8 avril :** La Luette, cabane des Dix

**Le 9 avril :** Le Mont-Blanc de Cheillon

**Le 10 avril :** Le Pigne en traversée

**Le 11 avril :** L'Evêque et descente par le glacier d'Arolla

#### **Difficulté**

Bon skieur AD S3

#### **Matériel**

Complet de Randonnée, (DVA, pelle et sonde), baudrier, crampons, piolet, mousquetons, prusik, vis, cordelette, 1 corde pour 3 pers.

#### **Substance**

Pique-niques pour les midis / demi-pension à la cabane

#### **Coût**

Fr. 220.- environ + coût du transport

#### **Renseignements et inscriptions**

Uniquement au 026 912 71 07

Au plus tard le 5 avril  
(réservation de la cabane)

#### **Les chefs de courses**

Jean-Bruno, Eric

# bugaboo sport

Équipements de montagne et de voyage



Alpinisme - Randonnée à ski

Rue du Pont-Suspendu 4  
1700 Fribourg



Grimpe - Outdoor

026 322 61 39  
[www.bugaboo.ch](http://www.bugaboo.ch)

# Les courses du mois

## *La Tornette*

*Samedi 6 mars*

### Lieu et heure de départ

A convenir

### Situation

La Tornette

### Itinéraire choisi

Par les Diablerets

### Difficulté et cotation

Bons skieurs

### Matériel

Complet de randonnée à ski (DVA, pelle, sonde)

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Francis Devaud - 079 256 80 66

### Délai d'inscription

Jeudi 4 mars

## *Le Col des Ecandies*

*Dimanche 7 mars*

### Départ

A 7 h au stamm

### Situation

Région Champex, Col des Ecandies, 2796 m

### Itinéraire

Val d'Arpette, dénivellation 1300 m

### Difficulté

Bons skieurs, S3

### Matériel

Complet de randonnée, DVA, pelle, sonde

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Mathilde Auer - 026 424 94 89 le soir après 20 h

### Délai d'inscription

Samedi 6 mars



## **CHALETS ET VILLAS À OSSATURE BOIS**

**Menuiserie • Escaliers  
Charpente • Rénovation**

026 928 40 50 - Fax 026 928 40 63  
1669 Albeuve - [www.beaud-mbf.ch](http://www.beaud-mbf.ch)

## Gros Brun

Jeudi 11 mars

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

### Situation/altitude

Gros Brun (Schopfenspitze) 2104 m

### Itinéraire choisi

Charmey - Pré de l'Essert - La Scie - Gitetta - Grand Morvau - Ballachaux.

**Descente:** même itinéraire

### Difficulté et cotation

BSA 1040 m de dénivellation (3 h 30), passage en forêt

### Matériel

Complet de randonnée (DVA, pelle, sonde)

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Michel de Techtermann par téléphone au 026 652 33 64 ou 079 245 03 45 ou Romain Chofflon au 026 411 12 85 ou 079 293 41 09

### Délai d'inscription

Mercredi 10 mars 12 h

## Grande Lui

Samedi 13 mars

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 6 h

### Situation/altitude

Grande Lui, 3509 m

### Itinéraire choisi

Voie normale

### Difficulté et cotation

S3, 1900 m de dénivellé, env. 5 h de montée

### Matériel

Complet de randonnée à ski (pelle, sonde, DVA)

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Eric Borcard - 079 487 82 78 (le soir)

### Délai d'inscription

Jeudi 11 mars

## Semaine découverte

Du dim 14 au sa 20 mars

### Lieu et heure de départ

Au stamm, heure à convenir

### Situation/altitude

Les Aravis, France

### Difficultés et cotation

Selon les capacités du groupe

### Matériel

De randonnée (sonde, pelle, DVA) + crampons, baudrier et piolet

### Subsistance

Six pique-niques

### Coût approximatif

Fr. 600.-

### Renseignements et inscriptions

Francis Dévaud - 079 256 80 66

### Délai d'inscription

Réservation de l'hôtel, le 10 février

## *Semaine à Zernez*

*Du dim 14 mars au sa 20 mars*

### **Lieu et heure de départ**

A convenir

### **Situation**

Basse Engadine avec stationnement à Zernez à l'hôtel Spöl

### **Programme :**

**Lundi 15 mars:** Madulain – Cabane Es-Cha  
2594 m - Dénivellation 897 m

**Mardi 16 mars:** Zuoz – Piz-Griatschouls  
2972 m - Dénivellation 1256 m

**Mercredi 17 mars:** S.-Chanf – Point 2769 m  
- Dénivellation 1100 m

**Jeudi 18 mars:** Resgia – Piz-Arpglia 2765 m  
Dénivellation 1096 m

**Vendredi 19 mars:** Resgia – Piz-Uter  
2907 m - Dénivellation 1238 m

**Samedi 20 mars:** retour  
*Malheureusement, sauf désistement, la semaine est complète.*

### **Le prix de la semaine**

Est fixé entre Fr. 650.– et Fr. 700.–

### **Les chefs de courses**

François Pythoud, Romain Chofflon et Jean-Claude Mauron.

## *Les Groins*

*Jeudi 18 mars*

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 8 h 30

### **Difficulté et cotation**

2 h 30 de montée

### **Subsistance**

Pique-nique

### **Coût**

Transport

### **Renseignement et inscriptions**

Norbert Seydoux par téléphone 026 912 55 65  
ou 079 695 47 80

## *Pointes de Molenne / Col d'Annibal    Dimanche 21 mars*

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 7 heures

### **Situation/altitude**

Pointes de Molenne 3060 m / 1200 m  
dénivellation

### **Itinéraire choisi**

Bourg-St-Bernard - Col d'Annibal - Pointes de Molenne

### **Difficulté et cotation**

BS: bon skieur

### **Matériel**

Complet de randonnée (DVA-pelle-sonde)

### **Subsistance**

Pique-nique

### **Coût**

Transport

### **Renseignements et inscriptions**

Serge Blanc – uniquement au 079 213 59 76

### **Remarque**

La date de la course a été changée

## *Tête de Ferret*

*Dimanche 21 mars*

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 7 h 30

### **Situation/altitude**

Val Ferret 2713 m

### **Itinéraire choisi**

La Dotze - Tête de Ferret en circuit

### **Difficulté et cotation**

BS / S3, 1400 m de dénivelé

### **Matériel**

De randonnée à ski, DVA, pelle et sonde

### **Subsistance**

Pique-nique

### **Coût**

Transport

### **Renseignements et inscriptions**

Christine Tendall par téléphone 026 656 16 10  
ou 078 608 44 23

### **Délai d'inscription**

Vendredi 19 mars

## *Pic Chaussy*

*Jeudi 25 mars*

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 8 h

### **Situation/altitude**

Les Mosses, Pic Chaussy (2325 m)

### **Itinéraire choisi**

Normal

### **Difficulté et cotation**

PD

### **Matériel**

Équipement d'hiver à ski complet (DVA, sonde  
et pelle)

### **Subsistance**

Pique-nique

### **Coût**

Transport

### **Renseignements et inscriptions**

François Pythoud par téléphone 026 912 69 40  
ou 079 584 13 53

### **Délai d'inscription**

Mercredi 24 mars

## *Sortie Préalpes*

*Samedi 27 mars*

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 7 h

### **Situation/altitude**

700 à 1200 m de dénivelé, selon l'enneigement

### **Itinéraire choisi**

Vanil Carré, hauts de Grandvillard

### **Difficulté et cotation**

BS

### **Matériel**

De ski de randonnée (DVA, pelle, sonde,  
couteaux)

### **Subsistance**

Pique-nique tiré du sac

### **Coût**

Frais de déplacement

### **Renseignements et inscriptions**

Pierre-André Kolly - 079 212 38 49

### **Délai d'inscription**

Jusqu'au 26 mars, 20 h

## *Le Ritord*

*Dimanche 28 mars*

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 4 h

### **Situation/altitude**

Val d'Entremont, 3556 m

### **Itinéraire choisi**

Voie normale par la combe de Challand

### **Difficulté et cotation**

D + pente à 45°

### **Matériel**

Piolet, crampons, complet ski de randonnée (DVA, pelle, sonde)

### **Subsistance**

Tiré du sac

### **Coût approximatif**

Fr. 30.–

### **Renseignements et inscriptions**

Patrick Barbey - 079 286 51 22, pas de sms svp

### **Délai d'inscription**

26 mars

### **Remarque**

Longue course avec 1900 m de dénivélé

## *Tuffière – Hauterive*

*Vendredi 2 avril*

### **Lieu et heure de départ**

La Tuffière à 13 h

### **Itinéraire choisi**

La Tuffière - Couvent de Hauterive - Une demi-heure au couvent - Cheminement : descente par la droite de la Sarine, retour par la gauche

### **Renseignement/inscriptions**

Norbert Seydoux par téléphone 026 912 55 65  
ou 079 695 47 80

## *Grand Paradisio*

*Vendredi et samedi 2 - 3 avril*

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 5 h 30

### **Situation/altitude**

Italie Valsavaranche

### **Itinéraire choisi**

Voie normale

### **Difficulté et cotation**

PD, S3

### **Matériel**

De randonnée (DVA, pelle et sonde) + crampons - piolet - 1 corde pour 3

### **Subsistance**

Pique-niques pour 2 dîners

### **Coût**

Environ Fr. 120.– (refuge + voiture)

### **Renseignements et inscriptions**

Jean-Claude Perroud – 079 230 68 35

### **Délai d'inscription**

Au plus tard le 27 mars

## ***Camp de ski de rando, région d'Arolla Je 8 au dim 11 avril***

### **Course jumelée avec la section**

#### **Lieu et heure de départ**

Place du stamm à 9 h

#### **Situation**

Région d'Arolla

#### **Itinéraire :**

**Le 8 avril :** La Luette, cabane des Dix

**Le 9 avril :** Le Mont-Blanc de Cheillon

**Le 10 avril :** Le Pigne en traversée

**Le 11 avril :** L'Evêque et descente par le glacier d'Arolla

#### **Difficulté**

Bon skieur AD S3

#### **Matériel**

Complet de Randonnée, (DVA, pelle et sonde), baudrier, crampons, piolet, mousquetons, prusik, vis, cordelette, 1 corde pour 3 pers.

#### **Substance**

Pique-niques pour les midis / demi-pension à la cabane

#### **Coût**

Fr. 220.- environ + coût du transport

#### **Renseignements et inscriptions**

Uniquement au 026 912 71 07

Au plus tard le 5 avril  
(réservation de la cabane)

#### **Les chefs de courses**

Jean-Bruno, Eric

## **Menuiserie Agencement**



**Denis Risse S.à r.l.**

1627 Vaulruz

Mobile : 079 / 371 07 76

Fax : 026 / 912 39 92

Email : denisrisse@bluewin.ch

## *Sports et Loisirs*

*Avry-devant-Pont*

Hiver :

Ski randonnée-Ski de fond

Location skis-raquettes

026 915.12.42

Eté :

Course à pied-Trekking