

RÉCITS DE COURSES

Ufem Blatti – dimanche 18 juillet (randonnée reportée du 11 juillet)

Départ à 7h par un temps mi-figue mi-raisin mais plein d'espoir vu que la pluie n'est pas annoncée... La route étant pratiquement déserte, le trajet est agréable. Nous passons à La Lenk puis à Rothenbach et enfin arrivons au point de départ du téléphérique de Metsch.

A 1470m, nous empruntons ce joli sentier belvédère par les hautes prairies fleuries vers les contreforts des Wildstrubel et de la Plaine Morte, comme nous l'a annoncé le programme de course.

L'itinéraire, très varié, nous mène par les lacets dans la forêt, tout à l'abri de la bise, vers le vaste cirque ouvert des hauts de la Lenk. Petite pause au Metschhorn, d'où on a la vue plongeante sur l'Ammertebach qui cascade entre les rochers de son « ...täli » pour se jeter dans la Simme. Une bonne grimpe assez raide par une petite sente dans la haute végétation sur la crête nous amène au point culminant de ce jardin de fleurs, UFEM BLATTI à 2108m. Tous botanistes érudits et émerveillés, nous y faisons des arrêts d'observation à cœur joie. La bise ayant forci, le pique-nique est plutôt « grelottant ». De gros nuages restent accrochés aux sommets des Wildstrubel avec une petite fenêtre au-dessus de la Plaine Morte. Seule, la vue sur Adelboden et le Simmental est dégagée. Le chemin du retour prévu ayant été obstrué par les intempéries, notre Cheffe nous conduit par une autre voie, plus belle d'ailleurs : nous descendons le raidillon de la crête N en direction du Hahnenmoospass. Et, ô miracle, nous ne sentons plus la bise et sommes réchauffés au grand soleil. Nous reprenons un itinéraire plus sauvage par de petites sentes inédites et propres à Liselotte qui nous conduiront à Büelberg puis vers le Metschgrabe, en passant par Uf der Egge. Finalement nous retrouvons notre point de départ du téléphérique de Metsch.

Magnifique randonnée à la flore abondante et dans une ambiance très amicale !

Un grand merci à Liselotte de la part de : Marguerite G., Danièle et Jo S., Djebrit K., Didi M., Sylvie P., Odette B. et Madeleine T.

Liselotte et Madeleine

Couronne de Bréona, 3159 m - du 20 au 21 août

Pourquoi attendre samedi pour partir à l'aventure? Dès vendredi, huit participants ont suivi de près le chef de course Tom et son adjointe Noemi, aussi bien pour le choix du menu au Gîte de St-Jean (à recommander) que pour la traversée d'une arête aérienne et pas si facile que ça dans un paysage à couper le souffle. Couronne de Bréona – quelle impressionnante arête de rocher. Il y a des petits sentiers, des passages entre les blocs, on se faufile dans les rochers, on grimpe des dalles et, s'il y a un doute, alors reste sur le sommet de la crête, c'est plus sûr. Une des difficultés de la course consistait à choisir judicieusement ses prises et points d'assurage. Il fallait bien faire attention aux pièges à lichens humides dangereusement glissants! Et aux dalles mouvantes ou rochers quelque peu friables... de la vraie roche vivante... Excellent pour la formation continue! En tout, 1200 m à vol d'oiseau, qui se gravissent en plusieurs heures. Les paysages sont magnifiques: Bishorn, Weisshorn, Dents de Vésivi, Mont Blanc de Cheilon, Aiguilles Rouge d'Arolla et beaucoup d'autres sommets connus. *«C'est la première fois que j'apprécie vraiment la vue depuis là haut»*, précise Paula. Et tout ceci sans aucune attente, nous étions seuls sur l'arête, le rêve absolu!

La planification d'un temps radieux fait aussi partie de l'organisation d'une course. Tous les participants ont apprécié la commande de soleil de Tom et les quelques nuages intermittents offrant un court et rafraîchissant répit. En guise de « surprise attendue » lors d'une course de haute montagne, quelques bouquetins curieux nous ont tenu compagnie pendant un court instant. La flore n'était pas en reste. Les photos de la course - merci à Noemi et à Claude - nous rappellent les magnifiques fleurs que nous avons pu admirer.

En résumé: un cadre magnifique, une météo superbe, une fine équipe de "jeunes" et de moins "jeunes", une couronne qui la mérite bien dans du beau rocher (pour la grande partie), un gîte accueillant, simplement une course comme on aimerait en faire tous les week-end. Ou, comme l'exprime Noemi: « *Je suis contente que la course proposée ait fait tant d'heureux* ». Certes, certes! Une seule conclusion s'impose: un grand MERCI réciproque. Pour les organisateurs bien sûr, mais aussi pour les participants, tous ayant contribué à l'harmonieuse ambiance de ces deux journées!

Thomas M. (chef de course), Noemi Z. (adjointe), Carlo M., Claude M., Christophe V., Didier F., Gaby P., Joanna O., Paula G., René G..

Le Grammont 2172m – 28 août

Départ de Fribourg à 7h30 avec notre optimiste chef de course Jean-Louis R., à 9h30 au Flon où le taux d'humidité frôla les 120% nous chaussâmes les pèlerines et ouvrîmes les parapluies. Nous suivîmes gaiement notre bondissant guide sur les pentes de la forêt qui nous menèrent au lac Taney. Toujours pas de signes d'éclaircie et nous continuâmes le chemin qui se prêta bien à la météo. Les sonnailles du bétail nous rappelèrent que dans le brouillard il y avait encore de la vie. Chemin faisant brouillard couvrant, nous fîmes sans nous en apercevoir les 1100m de dénivelé jusqu'au but de notre journée. Là, notre poétique chef de course, nous fit la description du paysage magnifique qui devait s'offrir à nos yeux de marcheurs malchanceux. Il paraît même qu'il y avait des chamois. L'éclaircie de midi n'arrivait toujours pas, nous ne nous attardâmes pas à ce brumeux sommet et entamâmes une paisible descente pour dîner au sec dans une écurie d'alpage rutilante.

De retour au lac Taney, notre bonne équipe s'abreuva d'un bon café dans la bonne humeur et contente d'avoir pris l'air.

Merci Jean-Louis, nous reviendrons par beau temps pour voir le lac Léman et les Cornettes de Bises, peut-être que nous y verrons les chamois cette fois-ci !

Présents, les courageux et étanches clubistes : Roger J., Fabienne G., Michel R., Nathalie C. et Dominique G. B.



**Col de la
Terrasse
2645 m**

**Samedi 11
septembre
2010**

Essoufflé(e)s
mais ravi(e)s
d'y être, les
bidasses sur
la terrasse.

De droite à gauche : Raphaël C., Fabienne G., Muriel S., Gérard et Céline V., Roger J., Michel M., Pierrette N., Fabienne M., Daniel G., Jeannette B., Jean-Louis R. et bibi. *Dans les décors* : Anne-Marie S. et Jean-Marie P.

Du barrage d'Emosson aux chalets de Loria, la sente chemine cahin-caha, à flanc de coteau, au-dessus de Barberine et Vallorcine. Mais, depuis Loria jusqu'au sommet du Col de la Terrasse, sur ces six cents cinquante mètres de raide ascension, Jésus, Maria, ça va morfler pour les trouffions. Course évaluée T3, dans cette montée, certains tronçons de raidillons, couverts de gravillons, à surplomb sur l'aplomb pourraient être côtés T4, sans exagération. Lalaïtou, trêve de bagouts, le grand manitou, Jean-Marie, connaît la maturité alpine de chaque pioupiou. Parvenus, sans anicroche, au sommet, les mecs se radinent à la pelle. Traladi, tralala, y a des jolies nanas. C'est l'heure des congratulations, des mimis et des bisous.

Après s'être ravigoté et bien bidonné sur les lapiés, il est temps d'emprunter le sentier, là où les petits lacs à la couleur cendrée se lovent dans les anfractuosités de l'écorce rocheuse. Arrivés à la croisée des chemins qui mènent, soit à la Gorge de la Veudale, soit au site paléontologique des reptiles fossiles, des balivernes, dignes des hommes des cavernes, se propagent entre les vernes : Qui veut aller voir les traces des dinosaures ? Par où va-t-on passer pour le retour ? Et cætera. La moitié du groupe est pour, l'autre contre. Ça suffit ! Jean-Marie met fin aux tergiversations : ceux qui veulent aller voir me suivent illico presto, les autres attendent ici. Personne n'a osé contester. Le big boss du jour a de la prestance, de l'autorité, le sens de l'itinéraire et le respect de l'horaire. Sur les chapeaux de roues, les 100 m de dénivelé ont été dévalés et escaladés. Après cinq heures de marche, qu'il est long le sentier qui serpente sur les dalles du défilé de la Veudale ! Mais on est venu là pour ça, pour s'aérer, pour draguer, se marrer et aussi pour marcher. Le tout a été à la hauteur des nos espérances.

Soif étanchée sur la terrasse du restaurant du barrage, il est temps de remercier le chef de course et son adjoint Gérard. Ce qui fut fait dans les règles de l'art, à savoir : consommations offertes par les participants et salamalecs d'usage.

André A.

Stierengrat –12 septembre

Il est presque 17h00 quand nous nous asseyons derrière une belle table en pierre dans le jardin de la maison de Christine P. à Oberschrot. Les verres sont vite levés en saluant le chef - Christophe et la sous-chef - Monique, en remerciement d'une course bien mémorable.

- Pas sous-chef mais adjointe, s'insurge Monique.

Christophe demande: qui va faire un récit de la course ?

Un moment de silence et soudain Patrick lève sa main et répète : moi, moi, moi.

Après un long silence, avec beaucoup d'étonnement tout le monde lui demande ; mais sérieusement tu te portes vraiment volontaire ?

Oui, nous avons 8h de course dans les pieds, comme prévu, mais avons-nous fait seulement 800m de dénivelé? Mais non, 1'200m corrige Francis. Sur l'arête, nous montons et redescendons 3 ou 4 fois les petits sommets des Hasensprüngli et leur couverture d'edelweiss. 8h pour 1'200m de dénivelé, ce n'est pas un exploit, pourquoi donc avons-nous un sentiment de fatigue bien méritée, se questionne-t-il à haute voix ? Il est possible que nous ayons fait 19 km de distance, selon un des GPS du groupe, dit Christophe. Mais non, proteste Dominique, au maximum 13 km selon mon GPS. Ton GPS, tu l'as laissé au col avant le sommet du Widdergalm, donc ton calcul est erroné, réplique Jacqueline. Mais Dominique n'abandonne pas, et promet de communiquer la distance (il a confirmé le lendemain les 13 km).

Sachant que la corvée du récit est déjà allouée, les 5 femmes et les 4 hommes se sont donc lancés avec enthousiasme et passion dans la narration de nos tous récents souvenirs. Les 850m de descente, et ce dès le Widdergalm aux voitures parkées à Schönenboden, nous ont fait bien transpirer. Surtout la première partie, dans les graviers et les cailloux où Christine U. a essayé courageusement tantôt les pas de tango tantôt les pas de valse viennoise.

L'histoire du loup de Walop nous a été expliquée par la présence de deux gros chiens blancs, qui, en aboyant agressivement, courraient vers l'endroit où Christine P. nous attendait. Car abandonnant le dernier sommet, elle est descendue bien avant nous tous. "Christine – attention aux chiens !!" criait à gorge déployée Christophe qui s'est vite rendu compte qu'elle n'entendait malheureusement rien. Dans un acte digne d'un héros grec, Christophe dévale en courant la pente pour s'interposer entre Christine et les chiens. Ces derniers, surpris par la détermination de cet être incongru pour eux et de surcroît seulement à deux pattes, ont rebroussé à contrecœur le chemin, sans un seul aboiement.

Quand même, ce rasoir du Stierengrat, c'était pas mal, a enchéri quelqu'un. D'abord Christophe avec les deux Christine avec lui. Ensuite Patrick, Jacqueline, Francis et Dominique ont suivi. Monique a précédé Antoinette qui fermait la marche. La peur dans de tels endroits exposés diminue fortement en suivant quelqu'un de près, affirme Antoinette : j'étais bien contente et me sentais rassurée de suivre Monique, qui m'a montré les prises pour les pieds.

On passe notre vie entre le Moléson et le Kaiseregg et on ne connaît point le couloir nord de ce dernier, ni sa descente au Metzegertrittenpass ...

.... et la discussion continuait dans l'atmosphère de détente et de convivialité du groupe. Soudain quelqu'un s'est rappelé : aujourd'hui c'est la Bénichon, il faut festoyer comme seuls les Fribourgeois le savent et aller manger le jambon à l'os!

Ainsi fut terminée notre bien sympathique sortie de club au Stierengrat.

Antoinette, Christine P., Christine U., Jacqueline, Dominique, Francis, le scribe Patrick, les chefs Monique et Christophe

Sentier alpino Val Bregaglia - 13 au 16 septembre

Lundi 13 septembre, rendez-vous en gare de Fribourg à 6h45 avec mon guide personnel : je suis l'unique participante. Après un voyage de 5h39 en train et en bus, nous arrivons à Maloja qui se situe à 1809m. La première impression en sortant du bus, brrr, brrr, un vent frais et une légère pluie me frigorifient. Après un petit en-cas, la pluie a cessé, et nous nous dirigeons d'un pas alerte en direction de l'alp Cavloc où se trouve un lac. De là nous empruntons un agréable sentier jusqu'au pied du glacier. En haut, nous apercevons le drapeau de la cabane. Un chemin bien préparé et sécurisé nous permet d'atteindre la cabane Forno qui se trouve à 2574m.

2e jour: Nous redescendons au bord du glacier que nous allons traverser dans sa largeur afin d'atteindre l'autre rive pour entreprendre une montée à travers de gros blocs de pierre et un léger névé pour atteindre le col « Pass da Casnil Sud » à 2941m. Le soleil et l'environnement du col nous incitent à une longue pause très appréciable. Après quoi, nous entamons la descente sur la cabane Albigna à 2236m, qui suplombe le barrage du même nom. La fin de la journée nous permet d'observer le paysage d'en face et tenter d'apercevoir un sentier car du terrain se dégage un sentiment inhospitalier. Pas de souci, Pierre-Yves scrute l'horizon aux jumelles et me dit : « ça passe, j'y étais déjà l'an dernier ».

3e jour: La journée commence par la descente sur le barrage que nous traversons et, à son extrémité, nous trouvons le balisage pour atteindre le col « Pass Cacciabella Sud » à 2896m. L'approche du col est très agréable et se termine par une petite cheminée sécurisée. La halte au col est très brève car l'espace est très restreint et n'incite pas à la rêverie. Mais qu'y a-t-il derrière? Une descente vertigineuse, je n'en imagine pas la longueur, fort heureusement. Mais pas de souci, tout est bien équipé soit avec des chaînes, des marches ou des échelles. D'un pas sûr, Pierre-Yves entame la descente et je le suis de près afin d'entendre ses conseils et il faut absolument rester attentifs. Nous traversons un bout de glacier après quoi nous nous installons sur de grands blocs afin de faire une pause de ravitaillement bien méritée. S'en suit la fin de la descente sur la cabane Sciora à 2118m.

4e jour: Enfin, nous débutons la journée avec une montée à laquelle va s'enchaîner une descente, montée, redescente et remontée pour atteindre l'alp Viäl à 2266m. Ensuite, nous passons par la cabane Furä à 1904m et poursuivons avec l'ultime descente entre 2 gorges et dans la forêt pour arriver en plaine à Promontogno vers 14h. Pour le dessert, la montée sur Soglio avec un moment de détente à la terrasse du Palazzo Salis, hôtel bâti en 1630 et tenu par un vaudois de Rougemont, où nous dégustons une assiette de produits du terroir en nous désaltérant avec une « biera engiadinaisa ».

Enfin, nous retournons en terre soit neuchâteloise soit fribourgeoise par le train.

Encore un tout grand merci à Pierre-Yves L. qui m'a fait découvrir une magnifique région.

Antoinette B.