

RÉCITS DE COURSES

Les 3 Cols d'Arolla – samedi 10 avril

Départ du village encore endormi de Rossens à 5h00. Toujours aussi efficace, Marc, notre chef de course pour le week-end, démarre au volant de sa voiture, portant sa lampe frontale allumée. Celle-ci a un rendement bien supérieur aux feux de croisement de sa voiture.

Sitôt arrivés à Arolla, nous tâchons de ne pas trop tarder car nous savons que la course sera longue. Seize membres sont au départ à 7h40, deux groupes distincts sont donc formés. Ils progressent ensemble « à vue » tout au long de la course.

C'est la journée des abandons. Cinq personnes devront renoncer en cours de route:

- Sur le bas glacier d'Arolla, vers 2200 mètres, un premier participant est contraint de faire demi-tour en raison d'une gastro évidente.
- Au début du haut glacier d'Arolla, un deuxième clubiste se voit à son tour obligé de rebrousser chemin pour cause de pieds malmenés par des cloques.
- Quelques minutes plus tard, à l'est du Mont Collon vers 2600 mètres, un troisième membre doit lui aussi s'avouer vaincu par une forte crampe persistante à la cuisse.
- Enfin, peu avant d'entamer le col du Mont Brûlé, une quatrième personne décide de ne pas continuer car son dos la fait trop souffrir. Une cinquième personne se propose de l'escorter jusque dans la vallée.

Le groupe diminué monte le col du Mont Brûlé skis aux pieds. Les conditions météorologiques sont optimales : il fait beau et frais. Les conditions du terrain sont tout aussi favorables : l'enneigement est excellent.

Les participants restants peuvent être catégorisés en deux groupes : ceux qui vont participer à la Patrouille des glaciers et les autres. Les premiers continuent la course comme une promenade d'école : glacier de Tsa de Tsan, col de Valpelline, sommet de Tête Blanche, glacier du Mont-Miné et col Bertol. Parmi les seconds, certains passent un sale quart d'heure en raison de problèmes d'acclimatation d'altitude.

Cette course sans difficulté technique mais très longue se termine à 16h10 après plus de 1900 mètres de dénivelé positif dans les quadriceps fémoraux.

Tout le monde se retrouve à l'accueillant Hôtel du Glacier pour l'apéro, puis pour prendre les chambres et enfin pour passer la soirée sans pour autant faire de vieux os. Car le lendemain...

Un grand merci au chef de course Marc G. et à son adjoint Yves B. de la part des participants : Anne B., Hubert B., Monique B., Joseph C., Alain D., Dominique F., Jacqueline F., Paula G., Samuel K., Gabrielle P., Marianne P., Catherine R. et Christophe Z. et

Didier F.

Le Pigne d'Arolla – dimanche 11 avril

...Le lendemain, rebelote. On garde les 1900 mètres de dénivelé mais on raccourcit les distances.

C'est fou ce que la montagne peut changer en deux semaines, mais aussi les personnes qui la fréquentent. Deux semaines auparavant, 50 cm de neige venait de tomber, le danger était marqué et la montagne était parcourue presque exclusivement par des guides et leurs clients, tous encordés. Ce matin le temps est magnifique et c'est la foule. Le danger est passé à « limité ». Les alpinistes ont cédé leur place aux compétiteurs en collants pipettes et personne n'est encordé.

J'essaye de comprendre pourquoi aujourd'hui les cordes sont rangées dans les sacs à dos. Peut-être est-ce le beau temps et la trace déjà ancienne qui nous sécurise? Cette question me taraude tout au long de la course.

Au col de Tsijore Nouve, nous nous arrêtons pour mettre les couteaux afin d'attaquer le mur de la Serpentine. Une personne enlève ses skis et s'éloigne de la trace pour faire un petit besoin. C'est plus ou moins à cet endroit qu'un pont de neige avait rompu sous mon poids deux semaines auparavant, laissant l'un de mes couteaux dévisser au fond d'une crevasse. J'en conclus que la PDG doit être tellement bien sécurisée que certains de ses participants considèrent la montagne toujours aussi accueillante.

Marc a vraiment bien fait de planifier le départ à 6h00: à 12h15, nous arrivons au sommet du Pigne et la neige se met à tomber. Le jour blanc nous accompagnera pour la descente. Malgré la mauvaise visibilité, notre chef de course adjoint Yves gère la descente admirablement et ramène le groupe à Arolla à 14h30.

Un énorme merci au chef de course Marc G. et à son adjoint Yves B. de la part des participants : Anne B., Hubert B., Monique B., Jacqueline F., Paula G., Gabrielle P., Catherine R. et

Didier F.

Gros Brun (Schopfenspitz) - dimanche 6 juin

Nous partons d'un bon pas depuis le Pré de l'Essert en direction du Patraflon (1'916m). Bruno, notre chef de course, nous fait partager ses connaissances de botaniste, ce que nous apprécions grandement. Nous savons maintenant faire la différence entre la gentiane et le vétrate ! Il nous donne également le nom de toutes les fleurs que nous lui présentons.. .Et celle-ci ?? Et cette belle rouge ?

Petit arrêt au Patraflon, puis nous continuons notre chemin via la Pte de Balachaux pour arriver au Schopfenspitz. Là, chacun déballe son pic-nic et admire la magnifique vue sur les Gastlosen. Retour via Balachaux, où Bruno nous cueille des épinards sauvage, de la fausse menthe et autres herbes aromatique ... mmm hhh .

Merci à Bruno et à tous les participants pour avoir fait de ce dimanche, une très jolie randonnée dans les Préalpes.

Notre chef de course : Bruno C.

Les participants : Christiane G., Danièle H., Jacques Y., Marco L., Monika B., Pascale F., Patrice F., Patrick V., Philippe V., Radu S.

et la rédactrice, Doris C.

La Marque Jaune – samedi 26 juin

Le samedi à 6 heures partent de Fribourg : Le chef de course Martin R. avec les deux participantes : Vicky L. et moi-même. La météo est très favorable, grand ciel bleu. La marche d'approche se déroule dans un cadre magnifique et très sauvage. Il faut ensuite monter pendant presque deux heures pour arriver au départ de la voie. Heureusement nous sommes les seules, donc pas de stress de vitesse. Martin va en tête sans hésiter et nous suivons. C'était splendide et magnifique !! Je vous laisse découvrir les belles photos sur le site (sous galerie). Au 2/3 de la voie, quelques nuages menaçants apparaissent. Mais après réflexion nous continuons quand même. C'était la bonne décision, car nous arrivons à grimper toute la voie et le soleil revient même. Un très grand merci à Martin d'avoir mis cette course au programme, ça nous a permis de découvrir un magnifique site et de faire du difficile !



Monika L.

Tour du Moleson – Teysachaux - Dimanche 27 juin

Quelle belle randonnée !

Beau dimanche ensoleillé pour 15 clubistes au départ de Plan-Francey. Un serpentín coloré traverse le jardin botanique plein de senteurs, et de couleurs, dont orchis, campanules, gentianes, centaurées, soldanelles et autres. Nous apprenons en chemin que certaines fleurs, peuvent être mangées, que c'est délicieux, pour recettes et dégustation s'adresser à Didi. Premier des nombreux chalets d'alpages (14 pour être exact) que nous rencontrons sur notre chemin, le Gros Moléson, au pied de sa majesté le « Mol » cher au cœur des Fribourgeois. Petite descente en contournant savamment les bouses, nous voici à la Challa. Magnifique vue sur nos Préalpes et même les Diablerets. Vue d'en haut sur les gorges de l'Evi et Neirivue.

Notre belle Gruyère se présente en robe de fête, en continuant notre chemin, nous avons tout loisir d'admirer sa belle verdure, les pâturages fleuris. Notre chef de course, très érudite en botanique, ne manque pas de nous rappeler le nom de toutes ces fleurs de montagne, noms que j'essaie pour ma part de retenir, ce malgré une mémoire quelque peu sur le déclin.

En croisant le chemin montant des gorges de l'Evi, nous passons Pétère pour rejoindre déjà Tsuatsau d'en bas et son beau mur de pierres. Nous renoncerons à gravir le sommet du Moléson depuis ici !!, et par un beau sentier et sous un soleil de plomb arrivons au chalet de Par-au-Bœuf. Quelque peu assoiffés et pour recharger nos énergies, nous nous arrêtons pour le pic-nic. Liselotte avait pris les devants et nous avait réservé ce beau chalet reconstruit tout beau et tout neuf à la suite d'un incendie. L'ombre étant très recherché, chacun a trouvé sa place avec bonheur. Instants ludiques et sympas avec repos bienvenu

Diane de notre chef de course !! Nous voilà repartis en rang d'ognons passant par Mifiori et le chalet des Moilles. Nos yeux ne se lassent pas d'admirer ces prairies fleuries, à grands reflets bleutés par les géraniums de montagne et le jaune des boutons d'or et primevères. Nous respirons aussi ces parfums de miel, de menthe. (pour les bouses, nous nous bouchons le nez).

C'est le retour. Nous passons du Sud au Nord et contournons Teysachaux et Moléson par l'ouest, et entrons en Veveyse. Nous grimpons allègrement sur le chalet de Vieille Chaux jusqu'au col de Belle-Chaux, passons La Chaux et descendons sur le chalet d'Incrota en passant par des pâturages, je ne vous dis pas tellement c'était beau. Nous faisons un petit arrêt-soif au chalet d'Incrota, remplis de promeneurs en ce beau dimanche. Quelle chance nous avons, le pays de Fribourg possède un patrimoine alpestre grandiose, plus de 1200 chalets d'alpages. A vrai dire, différents chalets sont en périls. Dans la majorité des cas, c'est la désaffectation du chalet qui entraîne un abandon des réfections souvent impératives. Et pourtant, la grande majorité de ces chalets sont nécessaires à la gestion des différents pâturages pour notre agriculture. En conclusions, usons et abusons des visites à nos beaux chalets.

Foin de philosophie, nous continuons. Au col de Villard, je trouve le sommet de Teysachaux impressionnant. Ces rochers pointus, gris et ocre sous le soleil, pointés vers le ciel ! En descendant sur le Gros Plané, nous admirons un nombre inhabituel de magnifiques chevaux se prélassant paisiblement dans ces magnifiques pâturages de la Gruyère. Finalement nous rejoignons Plan-Francey, après le Petit Plané un peu fatigués, par la chaleur surtout, après une magnifique balade, vraiment.

Au nom de tous les participants, Liselotte Super-star, reine des sentiers. MERCI : c'était un dimanche merveilleux, les yeux pleins de couleurs et le cœur en fête.

Liselotte R., chef de course,

Marie-Françoise M., Odette B., Michael Z., Christa L., Carole T., Kader D., Didi M., Trudi M., Jacqueline S., Jean-Paul R., Claudine F., Marianne P., Michel M.d et Margrit G.

La Pointe d'Aveneyre – samedi 3 juillet

Chaude journée ! La couche d'ozone n'a qu'à bien se tenir : quand on est en rando avec Josy, on devient un peu plus philosophe sur les portes d'accès à un monde meilleur !

C'est un vrai guide, même s'il se plante un peu en cours de chemin ... Le spirituel l'emporte alors sur le farouche montagnard.

C'est un monsieur très prévenant : oui, nous sommes tous bien parés, la flotte et la crème solaire, aujourd'hui, c'est essentiel ! Et ces dames et messieurs, de première jeunesse ou de bel âge mûr, sont tous à leur tour soutenus par le charme de l'homme attentionné.

C'est aussi un peu un moine tibétain, qui par compassion pour le paysage splendide dans lequel on évolue, convie aimablement et sagement au silence ces dames volubiles : 1 h de marche à la queue-leu-leu, sans piper un mot, respect !

C'est enfin un léger adepte de l'illégalité qui n'hésite pas à nous entraîner sur les chemins interdits, quitte à faire de nous de potentiels créanciers de l'état !

Merci Josy pour tous ces à-côtés qui ont enjolivé cette excursion déjà bien belle. Météo, panorama, prairies fleuries à l'envi, gens de bonne compagnie, tout était parfait pour ces quelques 6-7h de marche bien rythmée sur près de 1000 mètres de dénivelé.

Si l'état d'esprit des chemins partagés trouve le sentier des cœurs, ce monde meilleur n'est pas loin.

Bravo à tous !

P.S. : Fabienne M. est toujours la gicleuse des fontaines, méfiez-vous d'elle !

Josy P., Patrice B., Jeannette B., Fabienne G., Nicole K., Chantal L., Gunilla H., Fabienne M., Eva M., Michel M., Sylvie P., Loyse R., Anne-Marie S.

et votre pointe de curry Christine U.

Course au Wildhorn - samedi 3 et dimanche 4 juillet 2010

L'été était pourtant bien présent, un soleil de plomb illuminait la Suisse tout entière, mais le ciel s'est fâché le premier jour déjà à l'ascension d'Iffighore (2378m) que Marcel, notre chef de course, avait choisi comme détour au chemin de la cabane.

Un détour qui vaut le « détour », tant la flore est généreuse et la vue dégagée lorsqu'on atteint la crête qui surplombe le lac turquoise d'Iffigensee.

Partis à 10h15 d'Iffigenalp, nous atteignons ce premier sommet vers 12h45 sous un soleil radieux avant d'être surpris par l'orage qui nous arrose d'eau et grêle, et nous fait sortir les k-way au lieu du pique-nique.

Le chemin devenant glissant, nous renonçons au deuxième détour, le Niesehorn qui culmine à 2776m, pour rejoindre directement notre cabane rustique en pierre de taille où nous allons nous restaurer à l'abri.

Plus tard, le ciel clément nous permet de répéter l'encordement de glacier sous l'œil expert de Marcel, Jean-Louis et des jeunes fraîchement formés au cours d'introduction d'alpinisme. Francis, le dentiste du Fribourg Jazz Orchestra, apprend, non sans mal, à plier une corde sans se prendre les doigts dans les nœuds. Puis, vers 16h, quelques motivés partent jusqu'au col en reconnaissance de l'arrête du Wildgrat. La neige est encore bien présente. Mais ce n'est pas un obstacle pour rejoindre le sommet du Wildhorn. Le col, donnant aussi accès au Niesehorn, nous profitons de l'éclaircie pour grimper sur son épaule afin de découvrir l'autre vallée où se déplacent quelques fantômes de vapeur blanche. « C'est toujours ça de pris » comme disent certains.

Après une bonne glissade sur les névés, nous rejoignons la cabane où nous attend un menu copieux, servi dans un réfectoire bondé d'alpinistes optimistes. La soirée se prolonge avec l'évocation des sommets conquis, des découvertes, des aventures que la montagne nous offre, loin de notre civilisation informatiquement réglée.

La nuit sera calme et confortable dans des duvets aux couleurs provençales.

Il est 5h00, de gros nuages noirs masquent le soleil chaud attendu pour l'ascension du Wildhorn. Nous déjeunons tout en scrutant le ciel, perplexes. Marcel et Jean-Louis se concertent, envisageant l'ascension du Niesehorn en remplacement. Mais les nuages déversent une pluie insistante qui nous cantonne au réfectoire devant un jeu de cartes. Malgré ces conditions, quelques courageux alpinistes se lancent dans l'ascension du Wildhorn et reviennent 2 heures plus tard, détrempés et désillusionnés sur l'éclaircie escomptée. Un frêle renard nous rend visite, hochant la tête devant l'entrée de la cabane, sollicitant de quoi calmer sa faim.

Il est 9h00 nous terminons le dernier match de cartes. Marcel décide de redescendre au parking par le chemin de plus court, désolé pour nous et pour lui, mais sûr que l'on reviendra dans de meilleures conditions.

Nous descendons par un très joli sentier, habité par de nombreuses salamandres noires qui viennent ... prendre le soleil. Eh oui ! C'est bien à l'arrivée que nous le retrouvons de tous ses rayons.

Si le temps nous a joué de mauvais tours, l'amitié et le plaisir de partager ce week-end était au beau fixe avec Nathalie, Francis, Livia, Danièle, Antoinette, Pascale, Monika, Alexis, Nicolas, et bien sûr, Marcel et Jean-Louis que je remercie chaleureusement pour l'organisation.

Merci aussi à notre reporter, Nicolas, qui nous a mis ce beau week-end en images sur http://www.mediafire.com/file/wqyhnyoyv4k/100703-04_iffighore_et_col_du_niesehorn_cas_diapo.pdf

Daniel Pugin

La Haute Route à mi-coteau, de Fionnay à Saas-Fee - du 10 au 16 juillet

Que du bonheur !!!

Telle est la devise assénée chaque jour par notre bien-aimé **GO**, accessoirement prénommé Pierre. (**GO** : comme **G**entil **O**rganisateur ou comme **G**ourou, c'est selon.)

Samedi 10

La montée de Fionnay vers la cabane de Louvie est plutôt raide, il fait chaud... que de sueur ! Notre GO s'inquiète régulièrement de notre degré de satisfaction, contrôle les sourires à presque chaque virage. Il est à nos petits soins et ça durera toute la semaine.

A la cabane, ô surprise, on rencontre un certain Bernard Progin de la section Moléson. Quel farceur, celui-là ! Un vrai rayon de soleil qui nous souhaite au moins dix minutes de pluie dans la semaine... vœu qui, heureusement ne se réalisera pas.

L'après-midi, promenade au bord du lac, flore merveilleuse (raiponces, orchis vanillés...) vue splendide sur la Grand Combin, bains de pied frrrrrrais provoquant tout de même une sensation de bien-être. Mais l'orage sourd... en fin d'après-midi, nous assistons à un des deux orages crépusculaires de notre périple : des grêlons qui conviendraient bien pour le granité de l'apéro.

Le soir, il y a de l'ambiance au réfectoire, on ne s'entend plus. Des guides chamoniards exécutent un strip-tease sur les tables pour leurs clients **anglais**, au milieu d'une joyeuse beuverie. Comme nous, c'est leur premier soir.....aïe aïe aïe, demain, ils devront arrondir les **angles**.

Dimanche 11

Direction la cabane de Prafleuri, via le Grand Désert. Là, notre GO choisit une piste alternative qui passe par des névés. Ça nous évitera de descendre jusqu'au lac et de remonter dans une caillasse interminable. La cerise sur le gâteau, c'est qu'il faudra franchir des torrents pas prévus au programme : le lancer du sac (future discipline olympique) est parfaitement réussi, le passage à gué (et non à gays, s'il vous plaît) me permet de tester l'étanchéité de mes souliers. Hélas, quand l'eau passe par-dessus les chaussettes, ça ne fonctionne pas.

Aïe aïe aïe, les Anglais peu chargés nous rattrapent, on stresse ; il faut arriver avant eux pour la douche. Précaution inutile puisqu'ils dormiront à l'hôtel Ritz à la Grande Dixence.

Arrivés à Prafleuri au bout de 7h30 de marche au lieu des 5 h. inscrites sur le balisage, nous nous désaltérons d'eaux minérales, de rivellas... Suzanne la bien inspirée, se fend d'une petite phrase qui se comprend mieux à l'écrit qu'à l'oral : **Gemme** notre **précieux Pierre** quand il apporte nos **minérales**.

Lundi 12

Par la Grande Dixence et le col de Meina, nous rejoignons Evolène.

Ce lundi 12 est un 11 septembre pour Dominique. A peine partis, une de ses semelles s'ouvre sur soif ; son soulier est alors soumis aux soins intensifs du Docteur Tape, alias Pierre. Un peu plus tard, Dominique trouve qu'elle transpire anormalement au bas du dos, là c'est sa gourde qui suinte.

Aujourd'hui notre GO reçoit un nouveau nom de baptême : Chef Otarie. Après chaque difficulté, col, sommet, on entend CLAP CLAP CLAP.... C'est notre chef qui nous applaudit... on aurait envie de lui envoyer une sardine.

Pour nous épargner une dernière descente fastidieuse sur Evolène, nous prenons le télésiège depuis Lana. Mais à l'arrivée, ô surprise, nous sommes accueillis par le père de Françoise, épouse de notre Otarie en chef. Cet Hérenard nous a dressé une table digne d'un apéro valaisan : vin blanc, fromages, viande séchée, pain de seigle, abricots... Que du bonheur, quoi !

Mardi 13

Deux bus nous mènent successivement aux Haudères et à Villa. De là, nous franchissons le col de Torrent (sans torrent ???) qui nous permet d'accéder à Grimentz, puis à Saint-Jean. Nous hébergeons dans le gîte de St-Jean, superbe, rustique où l'accueil est remarquable.

Ah, j'allais oublier ! Depuis le premier soir à Louvie, nous avons sympathisé avec Tristan et Alexandre, deux frangins genevois. A St-Jean, comme ils occupent un charmant chalet prêté par un de leurs amis, ils nous invitent à partager un apéritif. Seuls les hommes, Pierre, Patrice et moi-même, descendons : un Johannisberg de Chamoson trône sur la table.... On ne crache pas dans le verre et on refait le monde. Les dames, elles, ont décliné l'invitation avec regret, fatiguées qu'elles sont : de St-Jean d'en haut à St-Jean d'en bas, la pente est rude. Malgré tout, elles ne se laissent pas aller puisqu'elles se soignent à l'Amigne de Vétroz.

Mercredi 14

De St-Jean, nous sommes véhiculés jusqu'à Tignousa grâce aux bus et au funiculaire. Après l'ascension de la Bella Tola, nous pénétrons dans le val de Tourtemagne, le début des allemandes. Arrivés à Grubben, que du bonheur ! Pendant la pause apéritive, notre vénéré chef nous dévoile une de ses innombrables qualités : le massage. En effet, nos mollets se délectent entre les mains expertes de Pierre : demain, nous pourrions marcher sur l'eau.

Jeudi 15

Utilisation du Tape, quelques possibilités effectuées au cours de cette semaine : 1. Consolider la semelle de Dominique. 2. Rendre moins douloureux le tendon rotulien de Patrice. 3. Réparer le pantalon troué (à un endroit gênant) de l'adjointe de course, Françoise. La prochaine fois, elle mettra une jupe.

Tiens, du brouillard ! On a oublié que ça existe. Ce matin, il lèche les pentes du col d'Augstbordpass et du Schwarzhorn. Il se dissipera dans l'après-midi. Toute la journée, Jean-Claude le Liégeois avec qui nous avons sympathisé depuis le premier jour, nous accompagne. Au pied de la télécabine de Jungu, à St-Nicolas, nous prenons le dernier verre de l'amitié avec nos deux Genevois qui nous ont attendus, et Jean-Claude. Nos chemins se séparent définitivement : ils vont vers Zermatt.

Un bus nous emmène à Grächen puis un télésiège à Hannigalp. Là, encore une fois, que du bonheur ! Un temps clair, un panorama fastueux (Cervin, Weisshorn, Bishorn.... Les Alpes Bernoises autour du glacier d'Aletsch....), un hôtel-restaurant uniquement pour nous (le personnel nous quitte à 18h. non sans avoir préparé notre souper et notre déjeuner du lendemain), un massage désormais quotidien, le plaisir de partager une dernière soirée ensemble.

Vendredi 16

Un chemin panoramique, parfois vertigineux, nous mène sans encombre à Saas-Fee.

Pour terminer notre périple, je vous soumets une devinette. Qui de nos randonneuses était toujours la 1^{ère} levée à la diane ? Qui, dans nos marches quotidiennes, était presque toujours la 1^{ère} derrière notre Otarie en chef ? Qui était toujours la 1^{ère} douchée ? Qui était toujours la 1^{ère} couchée après le souper ? Facile ! Si vous n'avez pas fait la course, voici un petit indice : même son prénom commence par la 1^{ère} lettre de l'alphabet.

La devise du premier jour est devenue le fil rouge de la semaine : QUE DU BONHEUR !!!
Merci Pierre, c'était S.... je vous l'avoue, ça aussi c'est un peu facile, mais tant pis, c'est dit.

Tout ce bonheur n'aurait pas pu exister sans nos GO Pierre et Françoise S., Dominique G., Loyse R., Suzanne D., Agathe D., Patrice W. et le bonimenteur de service

Jean-Pierre M.

Pigne de la Lé en traversée – dimanche et lundi 18/19 juillet

Cette fois, il semble que l'on soit gâté par la météo...en effet pas un seul nuage menaçant ne vient ternir le bleu azur du ciel valaisan en ce dimanche. Une verrée à la buvette de la couronne du barrage de Moiry nous permet d'apercevoir quelques pointes enneigées au loin, pointes que nous aurons l'occasion d'admirer de près lors de l'ascension en traversée du Pigne de la Lé culminant à près de 3400m, sous la houlette de nos guides chevronnés Kurt et Géraldine. Du terminus de la route longeant le lac de Moiry, nous rencontrons des dizaines de randonneurs de tout âge redescendant de la cabane de Moiry par un sentier offrant de superbes coups d'oeil...ce dimanche était fêtée et inaugurée officiellement la cabane de Moiry agrandie et modernisée. Le réfectoire, dans un module en bois, est particulièrement chaleureux et offre une vue spectaculaire sur le glacier de Moiry à travers plus de 100 m² de baies vitrées de 3m de haut...avec un confort qui n'a sans doute rien à envier à sa sœur du Monte Rosa...Malgré les 90 randonneurs présents pour le souper et une journée chargée, l'équipe de gardiennage reste très disponible et très sympathique.

Le lundi matin, ce n'est plus la grasse matinée comme le jour précédent. Diane à 5h et départ à 6h en direction du col du Pigne à 3141m en suivant d'abord un « sentier » dans des blocs puis en louvoyant entre des névés et des dalles. Les choses sérieuses commencent. Encordés en 3 groupes nous entamons l'ascension de l'arête rocheuse Nord du Pigne. D'abord douce et parsemée de cairns avec de gros blocs, la pente devient plus accentuée et le vide présent sur les deux côtés plus on grimpe. Un passage assez délicat à travers une zone délitée nous attend dans la dernière partie vers 3350m, où il n'est plus du tout évident de trouver le bon cheminement dans cette zone pour gagner la crête en contournant un grand bloc de l'arête sommitale.

Le sommet, vaste et panoramique, offre une vue qui n'a pas à rougir de celle offerte par ses grands frères, les 4000. Ainsi on peut admirer entre autres le Grand Cornier, la Pointe de Bricola, la Dent des Rosses, les Pointes de Mourti, la Pointe de Moiry et la Couronne de Breona...personne n'a envie de quitter ce belvédère de rêve...et pourtant il faut songer à redescendre par le glacier avant qu'il ne se ramollisse trop... un retour facile en comparaison avec la montée mais un glacier reste un glacier et une vigilance constante s'impose dans la zone pentue, avec une crevasse à franchir d'un bond en milieu de parcours. Notons le rythme très agréable – chose suffisamment rare dans les courses du CAS ou avec des guides en haute montagne pour le mentionner – permettant d'admirer et d'apprécier le paysage et faisant la joie des paparazzis !

Deux jours au paradis grâce à Kurt et Géraldine pour les huit heureux membres de Moléson, Moritz, Heinz, Christine, Jean-Pierre, Dominique, Elisabeth, Josette et Nicolas (le chroniqueur)

PS. Une sélection des photos de la course peut être affichée sur le site de la section sous la rubrique "Galleries > 2010".

Traversée du Weissmies 4017m samedi et dimanche 24 et 25 juillet

Cette course est un hommage à Marcel Bongard qui a fait découvrir cette traversée aux clubistes en été 2003.

Le samedi matin à 9h00 nous sommes un groupe de 13 personnes à partir de Bulle et Fribourg pour nous retrouver à Saas Almagell. Un vent frais ainsi qu'une bonne ambiance nous accompagnent tout le long de la montée à la Almagellerhütte. On a même la possibilité de goûter les bonnes tartes aux fruits pendant notre pause de midi à l'Almagellalp.

Ce n'est plus une information, sinon une constatation que la température a chuté de 10° pour ce week-end! Arrivée à la Almagellerhütte nous nous réfugions donc vite à l'intérieur où nous profitons du chaud, de la tasse de thé et de papoter....pour un petit moment car il nous reste à prévoir la journée de demain. On se retrouve tous dehors bien habillés pour réviser le maniement de réserve de corde, les noeuds, l'encordement et on fait les cordées. Patrice donne la possibilité à ceux qui ont fait le cours d'alpinisme d'été de mener une cordée, yipiee. Puis un bon souper avec du bon vin valaisan et dodo.

Rrrrrrrriing il est 3h30. L'heure de se lever et de se ravitailler pour la journée. A 4h30 nous partons sous une lune ronde avec des petites lampes sur le front vers le col de Zwischbergen. Nous passons des pierriers et quelques névés avant de rejoindre l'arête rocheuse à escalader. C'est un véritable plaisir de grimper sur ce bon granit qui nous offre des bonnes prises et une magnifique vue.

Du sommet rocheux et pour atteindre le sommet principal du Weismies, il nous reste à traverser une arête enneigée. Là-haut, après 5h30, nous nous accordons une pause bien méritée: photos, bisous, grignotage.

La descente nous attend avec 2h00 de marche sur le glacier de Trift sur une bonne trace (c'est l'autoroute de ce côté-ci), des vues impressionnantes, des crevasses autour de nous et un passage clé: la traversée dans une immense crevasse. Notre chef de course maîtrise bien la situation: il nous installe des ancrages avec des vis à glace afin de que nous puissions nous assurer avec la corde pour passer cette vire étroite le long de la paroi de la crevasse! Pas après pas, nous franchissons tous ce passage impressionnant. Le reste de la descente se fait facilement et tranquillement jusqu'à la benne de Hohsaas qui nous redescend dans la vallée.

Merci, merci, merci à Patrice de nous avoir fait découvrir cette course superbe et variée.

Alexis T. C., Daniela F., Pierrette N., Raphaël C., Livia et Marc-Alain B., Christiane G., Marie-Pilar M.-G., Christine P., Michel R., Marcel S. et notre chef de course Patrice F.

Monika P.

Aiguille de la Tsa – vendredi et samedi 30 et 31 juillet

Partira, partira pas

La joyeuse équipe

A l'Aiguille de la Tsa ?

Neige de juillet

Reste guilleret

Pour que celle-ci fonde

Il suffit d'une blonde (pour les non-initiés, Marie-Claude a changé de look).

Les pipelettes médisent

Mais les ragots s'épuisent.

Pas question de pinard

Avant d'aller au plumard

Une bonne vinasse

Est pourtant plus efficace

Qu'un demi-somnifère

Qui met la tête en l'air.

Après la grasse matinée,

Une course effrénée.

Nous sommes hors d'haleine

Mais pas au bout de nos peines.

On avait signé pour un 4 sup.
On nous prend pour des dupes
Nous voilà dans un mur
Ô combien plus dur
S'enchaînent les longueurs
Sur un rocher parfait
Nous n'avons qu'une peur,
„Où est donc le sommet“ ?
A chaque bequet
On croit que ça y est,
Mais un autre ressaut
Nous remet au boulot.
Enfin le voilà
Hip-hip-hip, hurra!
Les niauches à 1'000 mètres vous ont prouvé
Qu'il ne fallait pas les sous-estimer.
L'arête de Tsalion
Surtout sans les chaussons
C'est pas pour les lopettes.
Au plus pour des minettes
Qui en ont dans le pantalon.

Un grand merci aux cheffes, la blonde (Marie-Claude) et la grise (Christine T.).
Le caquet de poule enfin retrouvé (Chantal B.), notre ascète préféré (Hubert B.), les
photographes officiels (Claude M., Radu S. et Alexandre M.)
et moi (Elisabeth C.)

Les Arbognes, circuit VTT – samedi 7 août 2010

Aussi riche en montées qu'en descentes, le vallon des Arbognes, paradis des vététistes, offre à ceux qui le parcourent son cours d'eau à l'image d'un petit Colorado, ses falaises abruptes et ses chemins forestiers. Le vélo tout terrain peut être le plus beau sport du monde. Il procure une infinie variété de gageures au corps et à l'esprit. La manière dont un cycliste roule sur un VTT est fonction à la fois de son environnement et de son tempérament. Certains aiment vibrer dans une descente à grande vitesse; d'autres aiment suer dans les montées; d'autres recherchent l'épreuve d'un terrain difficile; pour d'autres encore, rouler dans la nature est une agréable façon de la découvrir et de se défouler. La forêt quasi vierge des Arbognes, à 15 km de Fribourg, héberge, à l'ombre du soleil brûlant, toute cette gamme de variété.

Depuis la scierie, tout au fond du vallon, à 9 heures 30 précises, 10 clubistes affrontent la première ascension. D'après les compteurs magnétiques, les 22 km et les 650 m de dénivelés du circuit, allées forestières et sentiers bosselés et ardues, ont été avalés et dévalés en 2 heures. Pour prolonger le temps, pour édulcorer la fatigue, pour se requinquer et pour papoter, deux pauses ad hoc ont été prises dans les clairières dotées de bancs et de tables en bois mastoc. Jean-Claude et Pierre Fasel à la recherche de fortes sensations, se sont tapés, en plus, les 4 km du nouveau parcours technique, jonché de racines glissantes, qui serpente sur les flancs d'une ravine fortement escarpée. Une sacrée dérupe ! L'argent liquide ayant été créé pour être bu, la verrée de l'amitié a été partagée dans la convivialité au bistrot des Arbognes.

Ont participé à cette course vélocipédique féroce et véloce :

- Le chef de course, Jean-Claude, notre grand argentier. Toute son autorité resplendit du bien-fondé de sa position maso-turbo-rodéo-rigolo sur son vélo. Un vrai pro !
- Son adjointe, Françoise. Sa tenue élégante et sportive en selle n'a d'égale que la puissance de son coup de pédale présidentiel. La classe !
- Chantal B. Sur son nouveau tout beau vélo blanc, ce cadre féminin, tchatche à 3 plateaux et bagout à 10 pignons bien huilés, sous des dehors de charmante manager bien sapée, est en VTT, une fonceuse, pugnace et redoutable bikeuse. Une tueuse !
- Georgette et Pierre. Deux semaines d'entraînement en Autriche dans les guiboles pour épater les copains. Un couple bien rodé ! Lui est au vélo ce que Mozart est au piano. Elle, essoufflée dans une raide montée, se pavane à côté de sa bécane et accuse des brindilles soi-disant coincées entre chaîne et pignons. C'est du bidon ! Elle babille pour une brouille.
- Elisabeth et Pierre S. Ces parapentistes retraités, briscards vététistes, planent et survolent, tels gypaètes-barbus, turlututu, les sentiers parsemés d'écueils ardu.
- Jean-Marie, ancien président du CAS Moléson. Sa monture, en flagrant manque d'entraînements, a morflé un max. Elle a fini crevée, furax. Le proprio, penaud, a terminé la rando pedibus à côté du vélo.
- Sébastien M. Nouveau au bataillon, s'est bien donné de la peine pour suivre notre peloton. Bravo et bienvenue au club !
- Bibi. Quand cela va aussi vite à pied qu'en VTT, il pousse ce dernier. Pas fou le mec ! Pourquoi suffoquer quand on peut plaisamment reprendre son souffle. Y a un âge pour tout. Ceci dit, cette journée ne fut que du bonheur. Merci chef ! Heureux d'être là, en mélomane averti, le soussigné, en tournicotant, a plus d'une fois siffloté, en do majeur crescendo positif, la sempiternelle ritournelle du beau vélo de Ravel.

André A.