

^
2 0 0 5
C o u r s e e n
m o n t a g n e
du 10 au 15 août

Fribourg, le 31 mai 2005

Chers amis,

Voici le programme définitif de notre course 2005, qui se déroulera, comme prévue, entre les cantons de Berne et du Valais, plus précisément de part et d'autre du col du Lötschberg, avec départ et arrivée de et à Fribourg en train.

Programme définitif :

Mercredi 10 Fribourg – Berne – Kandersteg.

07.20 h. rendez-vous à la gare de Fribourg quai 2 voie 3 à l'arrière du train, secteur C.

07.34 h. départ de Fribourg, voie 3.

07.56 h. arrivée à Berne, voie 9.

08.09 h. départ de Berne, voie 7.

09.11 h. arrivée à Kandersteg, voie 1.

Prix du billet simple course ½ tarif : Fr. 19.00

09.25 h. départ de Kandersteg.

09.35 h. arrivée à Neubrücke (Hôtel Waldhaus)
pour ceux qui font la cabane Balmhorn.

Kandersteg – Hôtel Waldhaus – Selden.

Kandersteg 1170 – Neubrücke (Hôtel Waldhaus)1352 – (Cabane Balmhorn 1956) – Selden 1540

	Kandersteg – Seldem	Neubrücke – Balmhorn – Selden
Départ à	09.30 h.	09.45 h.
Arrivée à env.	16.00 h.	16.30 h.
Temps de marche	~ 3.30 h.	~ 5.00 h.
Longueur	~ 11 km	~ 11 km
Dénivellation	+ 370 m	+ 780 m - 590 m

Nuit à l'Hôtel Steinbock (10 personnes), tél. 033 675 11 62.

et à l'Hôtel Selden (8 personnes), tél. 033 675 11 63

Coût de la nuit en chambre double avec demi-pension : Fr. 75,--.

Jeudi 11 Selden – Uf de Schafgrinde – Selden.

Selden 1540 - Heimritz 1635 – Pt 1899 – Uf de Schafgrinde 2411 (Glacier de la Kander)

Départ à	08.30 h.
Arrivée à env.	16.00 h.
Temps de marche	~ 4.30 h.
Longueur	~ 10 km
Dénivellation	+ 871 m - 871 m

Nuit : idem mercredi

Vendredi 12 Selden – Lötschenpass – Lauchernalp.

Selden 1540 – Gfelalp 1847 – Balme 2403 – Pt 2497 – Lötschenpass 2690 – Lauchernalp 2000

Départ à	08.30 h.
Arrivée à env.	17.00 h.
Temps de marche	~ 6.00 h.
Longueur	~ 11 km
Dénivellation	+ 1150 m - 690 m

Nuit à l'Hôtel Zur Wildi *******. tél. **027 939 19 89**. (seul hôtel sans devoir descendre dans la vallée)
Coût de la nuit en chambre double avec demi-pension : **Fr. 95.--**

Samedi 13 Lauchernalp – Tellistafels – Fafleralp.

Lauchernalp 2000 – Weritzstafel 2099 – Tellistafels 1865 – Pt 1863 – Blauseeli 2571 – Fafleralp 1787.

Départ à	08.30 h.	08.30 h.
Arrivée à env.	16.00 h.	17.00 h.
Temps de marche	~ 4.00 h.	~ 6.00 h.
Longueur	~ 8 km	~ 13 km
Dénivellation	+ 99 m - 312 m	+ 807 m - 1020 m

Nuit à l'Hôtel Fafleralp. tél. **027 939 14 51**.
Coût de la nuit en chambre double avec demi-pension : **Fr. 80,50-**

Dimanche 14 Fafleralp – Cabane Anen – Fafleralp.

Fafleralp 1787 – Guggisee 2007 – Cabane Anen 2358 – Pt 1937 – Grundsee 1842 – Fafleralp 1787.

Départ à	08.30 h.
Arrivée à env.	16.30 h.
Temps de marche	~ 4.30 h.
Longueur	~ 10 km.
Dénivellation	+ 573 m - 573 m

Nuit : idem samedi

Lundi 15 Fafleralp – Kippel.

Fafleralp 1787 – Blatten 1540 – Wiler 1419 – Kippel 1376.

Départ à	08.30 h.
Arrivée à env.	12.30 h.
Temps de marche	~ 3.30 h.
Longueur	~ 8 km.
Dénivellation	- 411 m

Kippel – Fribourg.

14.11 h. départ de Kippel, Poste, Bus 20
14.36 h. départ de Goppenstein, voie 1
16.04 h. départ de Berne, voie 4

14.22 h. arrivée à Goppenstein, gare
15.51 h. arrivée à Berne, voie 8
16.25 h. arrivée à Fribourg, voie 2

Puis, toutes les heures.

Prix du billet simple course ½ tarif **Fr. 24.10**

***Δh, km. et temps totaux
de la course :***

***Δh + 3063 (4181) -2857 (4056), ~ 58 (63) km.
Temps de marche ~ 26.00 (29.30) h.
(...) = avec les options.***

A tous, je vous dis au 10 août prochain; rendez-vous sur le quai 2 voie 3 secteur C pour le train de 07.34 h. D'ici là, bonne vacances. Avec toute mon amitié.

Marcel

C.N. 1 : 50'000 N°264T - Jungfrau
1 : 25'000 N°1268 - Lötschental