

CAS Section Les Diablerets - Amicale des Jeudistes

RAPPORT DE COURSE

Date/titre de course : 2022.10.20 Pramoûss-Lac Bleu-La Gouille Gr B
Chefs de course : Bernard Joset et François Rochat, chef de file
Parcours Gr B : Station Arolla-Pramoûss-Lac Bleu-La Gouille
Auteur GPS et tracé : Gilbert Beaud et André Bugnon
Auteur rapport : Bernard Joset
Photographe : Bernard Joset

Salut à tous,

A la station d'Arolla-Pramoûss, deux circuits quasi égaux en dénivelés ont été présentés, dont le premier sur une plus longue durée en raison d'une pente plus douce mais plus étendue via Arolla, La Monta et Satarma, puis le second un peu plus court et exigeant, avec l'avantage de passer par Le Lac Bleu. Après une brève hésitation, Peter Ehlers s'est finalement rallié à l'ensemble de l'équipe pour le second parcours, à l'instar de François Rochat également, sous réserve de pouvoir effectuer le circuit complet à son rythme.

En regard de l'adhésion générale au circuit Pramoûss-Le Lac Bleu-La Gouille, le soussigné et chef de course a confié à François et Peter le soin de rythmer le parcours. C'est ainsi qu'après avoir regardé avec envie le panneau indicateur portant notre destination principale à seulement une heure de marche, nous avons pris sereinement le temps d'observer mélèzes en feu, Borgne d'Arolla, clairières, métamorphose, brindille flottant sous le vent, montagnes et sapinaies, avant de croiser nos joyeux amis du groupe A qui allaient en direction de Pramoûss.

Puis passé le torrent à la deuxième passerelle, dernière pente ascendante afin d'accéder à un cadre de rêve au plus haut que les mélèzes pouvaient atteindre pour entourer le site romantique du Lac Bleu. Après un pique-nique sur le pouce, nous avons suivi le sentier pentu des toits d'ardoises afin d'admirer ensuite Val d'Arolla, chaînes de montagnes et vaches allaitantes, pour enfin gagner la terrasse du Stamm de La Gouille, où nous avons été accueillis chaleureusement par nos amis du groupe A, avant le verre de l'amitié et le retour en CarPostal jusqu'aux Haudères, via l'arène destinée au combat des Reines du Val d'Hérens.

Vives félicitations et grand merci à André Bugnon, initiateur de la course, respectivement François Rochat, qui, avec l'accord du chef de course soussigné, a guidé ses compagnons tout au long d'un parcours inédit au rythme inhabituel et bienvenu, apportant ainsi la démonstration de la capacité des membres seniors du groupe B à effectuer courageusement un exceptionnel et exigeant parcours sur une plus longue durée, afin d'admirer en toute quiétude les magnifiques paysages du Valais. Bravissimo !

Avec mes plus cordiales et amicales salutations.
Bernard Joset

Cliquer sur le lien ci-après, afin de visionner l'album en diaporama, ou photo par photo :
(Si aucune légende ne s'affiche, cliquer sur «i» en haut à droite de l'écran) :

2022.10.20 Pramoûss-Lac Bleu-La Gouille Gr B Photos B. Joset : <https://photos.app.goo.gl/yRn4Utegg7zDinry6>

2022.10.20 Lien d'accès Parcours B Pramoûss-Lac Bleu-La Gouille : [Carte La Suisse à pied \(wanderland.ch\)](https://www.wanderland.ch)

2022.10.20 Lien d'accès Parcours B - Pramoûss-Arolla-La Gouille : [Carte La Suisse à pied \(wanderland.ch\)](https://www.wanderland.ch)

Ci-après, données GPS seulement pour la partie Pramoûss-Lac Bleu :

2022-10-20 Montée Pramousse - Lac Bleu			
Récapitulatif	Heure	Vitesse	Altitude
Points: 1429	Temps écoulé: 1:45:06	Moyenne: 1.41 km/h	Minimale: 1838 m Ascension: 301 m
Distance: 2.5 km	Temps de déplacement: 1:06:12	Vitesse moyenne déplacement: 2.24 km/h	Maximale: 2116 m Descente: 29 m
Zone: 0.1 km ²	Temps d'arrêt: 0:38:54	Minimale: 0 km/h	Pente: 11.0 %

Sites relatifs à la sortie du jour, consultables à votre gré, et dont sont extraits certains éléments du rapport :

[Les Haudères — Wikipédia \(wikipedia.org\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Les_Haud%C3%A8res)

[Vacances dans la région: Val d'Hérens | Valais Suisse](https://www.valdherens.ch/fr/3-spots-pour-admirer-les-forets-de-melezes-fp48899)

[Tous les noms de cri des animaux \(animaux-nature.com\)](https://www.animaux-nature.com)

[La Gouille - Pension du Lac Bleu - Arolla - Evolène - Suisse \(pension-du-lac-bleu.ch\)](https://www.pension-du-lac-bleu.ch)

<https://www.valdherens.ch/fr/3-spots-pour-admirer-les-forets-de-melezes-fp48899>

<https://fr.wikipedia.org/wiki/M%C3%A9l%C3%A8ze>

<https://www.prilly.ch/decouvrir-prilly/histoire.html>

<https://hls-dhs-dss.ch/fr/articles/002416/2017-05-04/>

<https://www.pully.ch/fr/decouvrir-pully/pully-d-hier/>