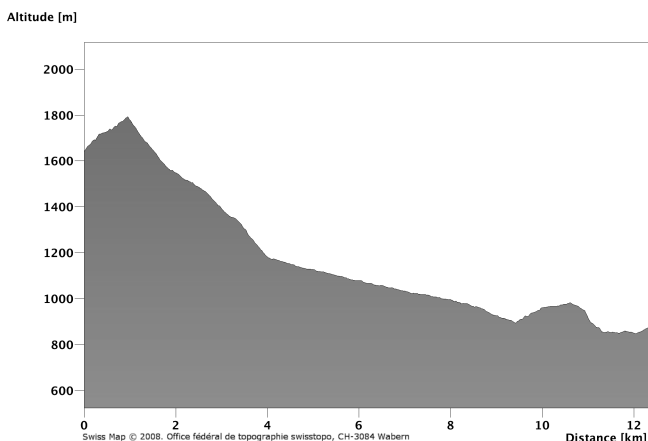


LE GRAND TOUR Cabane de Bounavaux (1620 m) – Charmey (890 m)

Immersion dans un monde sauvage, à l'abri du bruit. Quelques alpages traversés où se fabriquent les meules du Gruyère d'Alpage AOC. De Tsermon, vue sur toute la Haute-Gruyère avant d'entrer dans le paysage apaisant de la vallée du Motélon. Final en douceur avec la traversée du plateau de la Monse, sa chapelle et son mur de pierres sèches.

Distance	12.4 km	
Temps de marche	→ 3h45	← 4h35
Altitudes	point le plus bas : 847 m point culminant : 1793 m	
Dénivellation en mètres	montée : 330 descente : 1091	montée : 1091 descente : 330
Niveau	marcheurs entraînés	



Matériel	Chaussures de marche Nourriture (pas de restauration à la cabane de Bounavaux)			
Cartes et outils topographiques	Carte de tourisme pédestre 1:25'000 (mpa Géodistribution) : Charmey-Jaun Carte de tourisme pédestre 1:50'000 (swisstopo - FSTP) : 252T Bulle et 262T Rochers-de-Naye			
	Carte Google Map	Itinéraire Google Earth (KML)	Itinéraire GPS (GPX)	Itinéraire SwissMap (XOL)
Hébergement	Cabane CAS de Bounavaux. Ouverte tous les jours de mi-juin à fin août, les week-ends de début juin et jusqu'à mi-octobre. Hébergement. Pas de restauration (excepté soupe), possibilité de cuire des aliments sur place, vente de boissons. Informations et réservations (obligatoires) +41 (0) 79 603 68 78			
Transports publics	Informations et horaires : www.tpf.ch - gare de Bulle +41(0)26 913 05 21			
	Cabane de Bounavaux : pas d'accès en transport public. Arrêt le plus proche <i>Grandvillard</i>		Charmey : bus tpf (lignes 245 de Fribourg et 260 de Bulle). Arrêt <i>Charmey</i>	

Parcours

Au départ de Bounavaux, suivre le sentier en direction du col de Tsermon et franchir celui-ci. Descendre ensuite vers la vallée de Motélon, d'abord sur des sentiers puis sur la route longeant le ruisseau. Après 5,3 kilomètres de route, lorsque celle-ci traverse le ruisseau, s'engager sur le chemin montant sur la droite vers la Monse. Devant la chapelle, prendre le chemin vers la gauche et le suivre jusqu'à la rejoindre la route. Prendre à droite en direction de la Tsintre. Traverser la Jogne et rejoindre la route principale, tourner à gauche et suivre la route jusqu'au centre du village.

Points forts

Le plateau et la chapelle de la Monse

Chalets d'alpage : Varvalannaz d'Amont, Varvalannaz du Milieu, Varvalannaz d'Avau, La Foreyre, La Vonderweire, Pra Lé Avau, La Monse (fabrication du Gruyère AOC)

Remarques

La réserve du Vanil Noir est interdite aux chiens.

Restauration possible à toute heure à la Pinte du Pralet (vallée du Motélon), ouvert tous les jours sauf le lundi de juin à octobre +41 (0)26 921 15 82 ou +41 (0)79 380 79 31