

Mont Bifé et Vanil des Cours

Le Mont Bifé et le Vanil des Cours sont des sommets très proches situés au cœur de la Gruyère. Leur ascension est une randonnée sans grandes difficultés sur des sentiers balisés le long d'une crête forestière qui propose plusieurs magnifiques points de vue.

☸ Détails du parcours

Point de départ : Église de Cerniat (923 m).

Accessible en transports publics : Oui.

Point culminant : Vanil des Cours (1562 m).

Dénivelé : montée et descente 995 m chacune.

Distance : 12.5 km.

Temps de marche : 5h.

☉ Cerniat – Crésuz ¾h.

☉ Crésuz – P. 1343 1½h.

☉ P. 1343 – Mont Bifé ¾h.

☉ Mont Bifé – Vanil des Cours ½h.

☉ Vanil des Cours – La Payenna ½h.

☉ La Payenna – Cerniat 1h.

Difficulté : T3 [CAS12].

Matériel : Matériel de randonnée pédestre estivale.

Date : 16 novembre 2014.

Tracé GPS disponible : Oui.

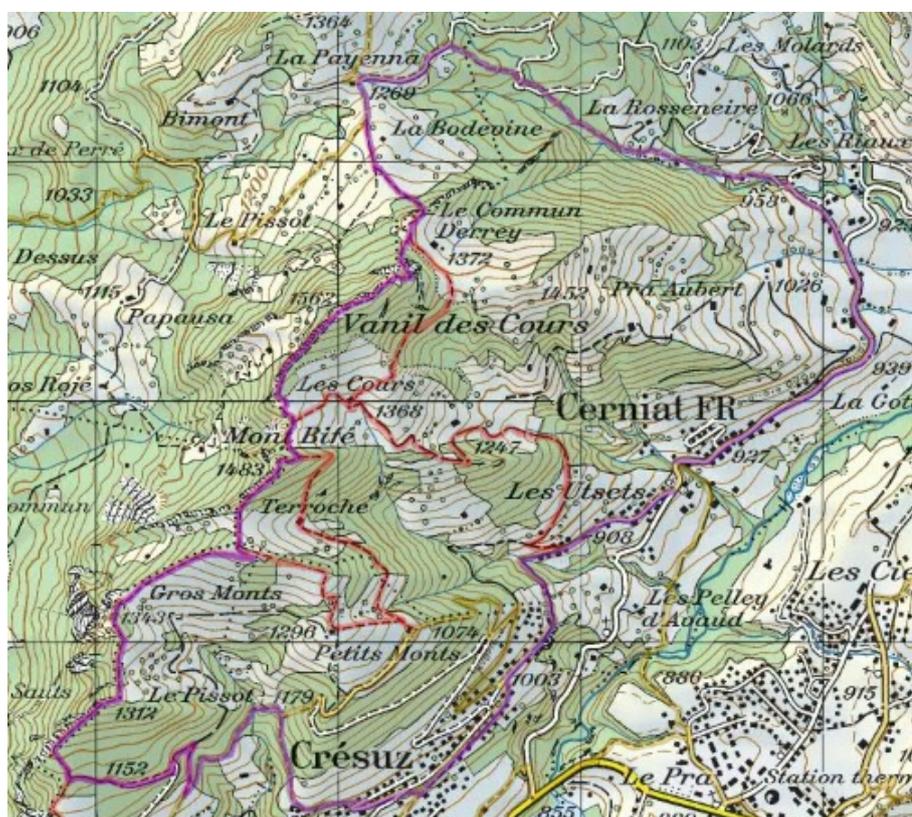
Accès

En voiture

Prendre l'autoroute A12 jusqu'à la sortie *Bulle*, puis suivre les indications pour *Charmey*. Peu avant d'arriver à *Charmey*, bifurquer à gauche et suivre la route sur presque deux kilomètres jusqu'à l'église de *Cerniat*. Quelques places de parking sont disponibles devant l'église.

En transports publics

Il est possible de rejoindre le point de départ en transports publics (l'arrêt du bus juste devant l'église...), mais le voyage est long et demande plusieurs changements.



Carte nationale 1:50'000 (source swisstopo).



Vue sur Cerniat.

De Cerniat au Mont Bifé

Depuis l'Église de *Cerniat*, partir SE sur la route goudronnée en direction de *Crésuz*. Après avoir passé les premières maisons à l'entrée du village, partir à gauche sur un chemin en descente (suivre les indication pour *Crésuz*). Suivre le chemin sur environ 600 m jusqu'à la bifurcation, puis partir à droite en direction du *Mont Bifé par les crêtes*.

Après environ une heure de marche on rejoint la crête, depuis où on a une magnifique vue sur le *Lac de la Gruyère*. Poursuivre l'ascension en longeant la crête et gagner P. 1312. Une courte descente et une toute aussi courte montée permettant d'atteindre P. 1343.

Descendre à nouveau avant de remonter en suivant le sentier en lisière de forêt jusqu'au sommet du monticule (sans nom sur la carte), puis suivre la sente descendante qui pars plein N jusqu'à P. 1377.



Montée sur la crête.



Attention

À l'approche du sommet, le sentier quitte l'arête et pars vers la droite en direction ESE. Or, il faut bel et bien gagner le sommet et redescendre plein N. Si vous arrivez à une croix (P. 1379), vous êtes allés trop loin ! Profitez de la vue et revenez ensuite sur vos pas...



Le Lac de la Gruyère vu depuis la crête. En automne les couleurs sont magnifiques !

Depuis P. 1377, une dernière montée en forêt et une petite échelle permettent d'atteindre le sommet peu fréquenté du *Mont Bifé*, qui se situe sur un des sections les plus escarpées de la crête. Veuillez noter que cette dernière montée longe un précipice. Un pied sûr et l'absence de vertige sont donc nécessaires pour traverser le secteur !

Du Mont Bifé au Vanil des Cours

Après avoir profité du panorama, emprunter le chemin qui descend plein E dans la forêt. La descente est assez raide. À la bifurcation, partir à gauche et suivre le sentier jusqu'à la sortie de la forêt.

Poursuivre en longeant la lisière de la forêt, laisser sur la droite la sente qui rejoint *Cerniat* par le *chalet des Cours* et entamer la douce ascension sur la crête qui mène assez rapidement au sommet du *Vanil des Cours* avec sa croix sommitale et son petit banc.



L'accès au sommet du *Mont Bifé*.

Du Vanil des Cours à La Payenna

Redescendre la crête par le NE puis, après un court passage en forêt, gagner la croupe herbeuse au-dessus du *chalet du Commun Derrey*. Poursuivre en direction de *La Payenna*. On retrouve très vite la forêt avec un passage relativement raide mais bien aménagé de rampes, escaliers et rampes d'appui.



Attention

Bien que cette descente soit adéquatement équipée, elle reste néanmoins très glissante par temps humide (j'ai testé pour vous!).

En sortie de forêt, suivre les traces en direction NO et rejoindre le *chalet La Payenna*.



La descente au chalet *la Payenna* est gardée...

De La Payenna à Cerniat

Au *chalet La Payenna* partir à droite (plein E) sur la route goudronnée. Suivre cette route sur 500 m environ, puis bifurquer à droite et continuer la descente sur le sentier jusqu'à rejoindre P. 958.



Variante par la route goudronnée

Par temps humide le sentier devient très boueux. Il est possible d'éviter le sentier en poursuivant la descente sur la route goudronnée. Cette variante rajoute environ 1.7 km de distance et 20 minutes de temps de marche.

Depuis P. 958 partir à droite et retourner au point de départ en suivant la route goudronnée.

Bibliographie

- [CAS12] CAS. *Echelle CAS pour la Cotation des Randonnées*. 2012. url : <http://www.sac-cas.ch/fr/nc/en-chemin/echelles-de-difficultes.html?cid=1512&did=1001583&sechash=5ff34771> (visité le 20/07/2017).