

# Activités des Seniors

## Aktivitäten für Senioren

Photo: ©Fribourg Tourisme



**Samedi,  
13.6.2026**  
Lac de Pérolles-  
lac de  
Schiffenen

Depuis la gare de Fribourg, nous débute-  
rons notre randonnée en suivant le  
boulevard de Pérolles. Nous continuerons  
notre marche en empruntant le sentier Ritter  
descendant vers le barrage de la Maigrauge. En chemin, nous  
aurons le plaisir d'admirer le lac de Pérolles, dont les eaux  
calmes reflètent le paysage environnant. Puis, nous poursui-  
vrons notre itinéraire en direction de l'abbaye de la  
Maigrauge. Notre chemin nous conduira ensuite à travers la  
Vieille Ville. Par la passerelle des Neigles, nous monterons  
vers le château de la Poya, puis vers le viaduc de Grandfey.  
Nous traverserons ce dernier, profitant d'une vue spectacu-  
laire et longerons ensuite la Sarine. Nous ferons une halte à  
l'ermitage de la Madeleine, un lieu chargé d'histoire. Enfin,  
notre parcours nous conduira jusqu'au bord du lac de  
Schiffenen, pour conclure notre journée à la gare de Guin,  
point final de cette excursion riche en découvertes.

**Informations générales:** Gare de Fribourg – Sentier Ritter –  
Pont de Grandfey – Gare de Guin. **Départ:** Gare de Fribourg,  
9h. **Arrivé:** 15h à la Gare de Guin. **Distance:** 16 km. **Durée:** 4h  
sans les pauses. **Montée:** 390 m. **Descente:** 420 m. **A**  
**emporter:** Bonnes chaussures de marche – boissons en  
suffisance – pique-nique – protections contre la pluie et le  
soleil.

**Gratuit:** inscription obligatoire à l'aide du coupon ci-dessous  
à retourner à TCS, Section Fribourg, rte d'Englisberg 2, 1763  
Granges-Paccot. Ou sur [fribourg.tcs.ch](http://fribourg.tcs.ch). **Délai: 1<sup>er</sup> juin.**



**Samedi,  
5.9.2026**  
Estavayer-  
Cheyres

Cette jolie randonnée proposée par Fribourg Rando passe à  
travers champs et forêts puis retour le long du lac de  
Neuchâtel, par la réserve naturelle de la Grande Cariçaie qui  
occupe l'ensemble de la rive sud du lac de Neuchâtel. Elle  
abrite environ 800 espèces végétales et 10'000 espèces  
animales, soit le quart de la flore et de la faune suisse. La  
balade est magnifique et facile avec une belle vue sur le lac et  
la chaîne du Jura.

**Informations générales:** Estavayer-le-Lac – Cheyres –  
Estavayer. **Départ:** Estavayer-le-Lac, gare, à 9h. **Arrivée:** 15h, à  
la gare d'Estavayer-le-Lac. **Distance:** 14,5 km. **Durée:** 4h, sans  
les pauses. **Montée:** 300 m. **Descente:** 300 m. **A emporter:**  
Bonnes chaussures de marche – boissons en suffisance –  
pique-nique – protections contre la pluie et le soleil.

**Gratuit:** inscription obligatoire à l'aide du coupon ci-dessous  
à retourner à TCS, Section Fribourg, rte d'Englisberg 2, 1763  
Granges-Paccot. Ou sur [fribourg.tcs.ch](http://fribourg.tcs.ch). **Délai: 26 août.**

Photo: ©Estavayer-le-Lac Tourisme, Pierre Cuony



### Inscription lac de Pérolles-lac de Schiffenen

Jusqu'au 1er juin 2026

Nom et prénom: \_\_\_\_\_

Membre TCS N°: \_\_\_\_\_

Rue: \_\_\_\_\_

NPA localité: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Nombre de personnes: \_\_\_\_\_

No de tél.: \_\_\_\_\_

Lieu et date: \_\_\_\_\_

Signature: \_\_\_\_\_



### Inscription Estavayer-Cheyres

Jusqu'au 26 août 2026

Nom et prénom: \_\_\_\_\_

Membre TCS N°: \_\_\_\_\_

Rue: \_\_\_\_\_

NPA localité: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Nombre de personnes: \_\_\_\_\_

No de tél.: \_\_\_\_\_

Lieu et date: \_\_\_\_\_

Signature: \_\_\_\_\_

# Activités des Seniors

## Aktivitäten für Senioren

Photo: © www.vieilles-traditions.ch

**Mercredi,  
17.6.2026**  
Musée agricole,  
Grandfontaine



En partant de Bulle et Fribourg, nous traverserons les Franches-Montagnes par Saignelégier – Montmelon pour arriver à Grandfontaine, pour tout d'abord prendre une pause-café/croissant et ensuite, nous visiterons le Musée agricole des Vieilles Traditions. Après avoir admiré ces magnifiques machines et objets anciens, nous nous déplacerons au restaurant des Grottes de Réclère, pour notre repas de midi.

**Informations générales:** Bulle place du tennis vers le stade, 7h; Fribourg, parking Saint-Léonard, devant cimetière, 7h30.

**Prix de la sortie: 97.–.** Ce prix comprend le transport en car, le café-thé et un croissant, la visite et le repas de midi avec boissons: 5 dl de vin pour deux, eau minérale plate / gazeuse à discrétion et 1 café-thé.

**Inscription:** jusqu'au 15 mai 2026. Par courrier ou mail à: Anita Neuhaus, Bergstrasse 82, 1719 Brünisried. neuhaus.anita@bluewin.ch ou sur fribourg.tcs.ch

Photo: © Croix-Blanche

**Jeudi,  
15.10 2026**  
Grand Bal à la  
Croix-Blanche,  
Le Mouret



Nous avons le plaisir de vous inviter le jeudi 15 octobre 2026 pour une sortie pas comme les autres, dans une atmosphère rétro et festive. Nous vous proposons, pour maintenir votre santé, un programme haut en couleur sous la forme "Le Mouret Danse". Grâce à une animation musicale assurée par un petit orchestre, Le Restaurant de la Croix-Blanche, au Mouret, résonne d'airs de danse de salon chaque jeudi après-midi et samedis en soirée. Le Mouret prend la relève du Palais de la danse du Pafuet, lieu mythique, qui vient de fermer ses portes après plus de 70 ans d'existence.

### Informations générales:

11h00 Arrivée au Mouret par vos propres moyens  
11h30 Accueil et verre de bienvenue « Apéro »  
12h15 Repas complet et cuisine de saison  
14h30 Début du « Bal dansant »  
17h30 Fin du bal

**Prix de la sortie: 65.–** Ce prix comprend verre de bienvenue, dîner gastronomique, entrée au bal, eau minérale et café. Boissons alcoolisées durant le repas et le bal à la charge des participants.

**Inscription:** jusqu'au 30 septembre 2026. Par courrier ou mail à: Anita Neuhaus, Bergstrasse 82, 1719 Brünisried, neuhaus.anita@bluewin.ch ou sur fribourg.tcs.ch

### Inscription Grandfontaine

Prix de la course: 97 francs. Déplacement en car.

Nom et prénom:

Membre TCS N°:

Rue:

NPA localité:

E-mail:

Nombre de personnes:

No de tél.:

No de Natel:

Lieu et date:

Signature:

Départ:  de Bulle (7h)  de Fribourg (7h30)

### Inscription Le Mouret

Prix indicatif: 65 francs. Déplacement par vos propres moyens.

Nom et prénom:

Membre TCS N°:

Rue:

NPA localité:

E-mail:

Nombre de personnes:

No de tél.:

No de Natel:

Lieu et date:

Signature: