



HIVER

HIVER SPORTIF DANS LES PRÉALPES FRIBOURGEOISES

Les stations de ski familiales de Schwarzsee, Charmey, La Berra, Jaun, Moléson-sur-Gruyères, Rathvel et des Paccots offrent une infrastructure bien entretenue, des écoles de ski pour enfants et des prix avantageux. D'autres installations de remontées mécaniques plus modestes (La Chia au-dessus de Bulle ou Le Gibloux près de Villarlod) conviennent à merveille aux premiers essais (classes d'école) ou pour une aventure nocturne. Le Ski-Jöring est une expérience originale à vivre au galop à Pringy. À

Cerniat et Charmey ce sont les chiens de traîneau qui permettent de palpitantes randonnées. Les paysages blancs des Préalpes fribourgeoises sont appréciés des skieurs de fond et des randonneurs en raquettes. Seuls ou accompagnés de guides locaux, les promeneurs découvrent des itinéraires bien balisés et accessibles qui mènent au travers d'une nature apaisante. Fribourg Région tient la promesse de toujours trouver une destination intéressante, au soleil ou au clair de lune. www.fribourgregion.ch

LE LAC GELÉ



Suite à plusieurs contrôles de sécurité, ça y est, le lac gelé est ouvert à toutes activités de glisse! 0,5 km² de plaisir dans un cadre préalpin fantastique et dont le romantisme n'échappera pas aux amoureux, patinant main dans la main. De la glace aussi en plein air à Charmey, Grandvillard et Morat. Les patinoires couvertes de Fribourg, Bulle et Les Paccots sont également des destinations prisées par les patineurs.

SKI DE FOND



La Gruyère se laisse facilement explorer sur des lattes étroites. Les pistes de ski de fond qui relient Jaun à Charmey (2 x 10 kilomètres) bénéficient de bonnes conditions d'enneigement. Les skieurs de fond expérimentés visent la piste du col du Jaun, plus exigeante. Au Gibloux et au Crêt, les circuits et le parc d'entraînement profitent d'une superbe vue. La Cuva (Les Paccots) est un nouveau domaine exceptionnel, à tester!

RANDONNÉES À SKI



Les randonneurs à ski s'en donnent à cœur joie dans les Préalpes fribourgeoises. La montée balisée des Paccots au Pralet (1568 m) est idéale pour les débutants. La vue du sommet sur le lac Léman récompense de l'effort. Les itinéraires Vitaski à Charmey et à La Berra sont très populaires, tout comme les pistes de ski accessibles en nocturne (*activité autorisée dans certaines stations et certains jours uniquement*).

LAISSEZ-VOUS GLISSER !



Les remontées mécaniques fribourgeoises mettent la luge à l'honneur. Au Moléson, au Jaun, à Charmey et à Schwarzsee, la montée se fait sans effort et la descente très amusante. Aux Paccots, la raquette à neige chauffe les muscles et ce n'est qu'après une pause gourmande à la buvette des Vuipay que la descente en bob offre de réjouissantes sensations. On peut même glisser en ville de Fribourg (22 au 24 janvier 2021).

MAGIC PASS



Le Magic Pass ouvre les portes de 30 stations de ski en Suisse romande, dont les sept stations fribourgeoises. Abonnement annuel: www.magicpass.ch

WELLNESS ET DÉTENTE



Après une sortie revigorante dans la neige, les Bains de la Gruyère à Charmey assurent un moment de détente dans une eau à 34°. Le décor des thermes invite à la profonde relaxation avec le Moléson en point de mire. Un massage au chocolat sublime l'expérience. Le bien-être est total également à l'Urban Spa de Fribourg. www.bainsdelagruyere.ch, www.urbanspa-fribourg.ch

VISITES GUIDÉES EN RAQUETTES

Les Préalpes fribourgeoises sont taillées sur mesure pour les randonnées en raquettes à neige. Petit à petit, pas à pas, sentez la nature s'emparer de votre être. Le calme fait place à l'apaisement, la neige craque dans un silence blanc. Les pensées se libèrent, suivez le guide en toute confiance. Ils connaissent les plus beaux itinéraires à travers les forêts et les plaines enneigées de Schwarzsee ou de Charmey. Sous le clair de lune, les sapins foncés se détachent majestueuse-

ment contre les pentes enneigées. Avec un circuit de deux jours (une nuitée au chalet), la magie des nuits hivernales se révèle dans leurs plus belles promesses! Les Paccots vous invitent également à découvrir les joies des randonnées hivernales. Avec des «ski hoks» (sorte de skis-raquettes adaptés aux chaussures de randonnée) la descente sera bien plus rapide que la montée. Cette sortie ludique est sublimentée par un menu de fines spécialités fribourgeoises.

LE SNOWTUBING



Avec son nouveau snowtubing, Charmey est à la pointe de la tendance. Cette descente en bouée gonflable, dans un toboggan de neige promet vitesse et sensations fortes. À coup sûr les rires vont résonner dans la montagne. Casque bien en place, le départ est donné à Vounetse, accrochez-vous bien! Certains glissent en tourbillonnant, d'autres préfèrent assurer des courbes élégantes. www.charmey.ch

LES TYROLIENNES



La vallée des tyroliennes de Charmey est aussi ouverte en hiver. Les télécabines vous emmènent au sommet de Vounetse (1610 m) où les amateurs d'adrénaline sont pris en charge par un guide qualifié. Le parcours (~2h30) comporte treize tyroliennes dont certaines font jusqu'à 300 mètres de long. Certains vont crier, d'autres avoir le souffle coupé, mais quel bonheur de se prendre pour un oiseau, le temps d'un instant!

CIRCUIT SECRET



La Vieille-Ville de Morat attend les promeneurs avec un nouveau voyage interactif et poétique, brodé de lumière. *D'octobre 2021 à mars 2022*

LE TROU DE LA GRAND-MÈRE



La légende raconte que le diable, furieux contre sa grand-mère l'aurait jetée contre la paroi rocheuse des Gastlosen. En hiver, ce trou offre un phénomène naturel unique. Cette fissure de 15 m de haut et 5 m de large laisse passer le soleil. De fin octobre à mi-février, il se glisse à travers cette fenêtre créant des reflets de magiques très appréciés des photographes.

PROFITER DES TRADITIONS GOURMANDES

Dans les Préalpes fribourgeoises, il existe de nombreuses buvettes d'alpage. Certaines sont accessibles à pied et en été uniquement, mais ce n'est pas le cas du Creux du Feu, à 40 minutes de marche du village de Broc, qui est également accessible en voiture et en hiver. La famille Julmy Brodard y cuisine au feu de bois et sert des plats traditionnels de La Gruyère. La buvette du Gantrischli (Schwarzsee) est une adresse de choix pour une fondue moitié-moitié,

uniquement pendant les beaux week-ends d'hiver. Au domaine skiable de La Berra, les skieurs, et la championne de freestyle Mathilde Gremaud sont friands de la cuisine maison du Gîte d'Allières. Combinez raquettes et repas en pleine nature avec le kit-fondue des Paccots. À Estavayer-le-Lac, la réserve de la Grande Cariçaie met en place une chasse au trésor hivernale pour les enfants. Lorsque toutes les énigmes sont résolues, c'est l'heure de la fondue... au chocolat!

LE PALAIS DE GLACE



À 2 km de Schwarzsee, un monde complètement givré créé depuis 30 ans par Karl Neuhaus émerveille les visiteurs. Aujourd'hui, de nouveaux sculpteurs lui succèdent. Les igloos, bateau de pirate et autres sculptures délirantes forment ce monde glacé qui fascine petits et grands. Un jeu de lumière intensifie cette féerie et la nuit devient magique, fantasmagorique ! www.schwarzsee.ch

LES LUMIÈRES DE MORAT



Même si le Festival des Lumières 2021 est annulé, Morat continue d'illuminer l'hiver. «Morat s'illumine» annonce un programme alternatif. Cela comprend une visite guidée individuelle (*3 au 28 mars 2021*) et des remparts éclairés. Tickets disponibles en ligne. Sous la rubrique «Le Petit Chef», les délices gastronomiques s'allient à un spectacle de lumière. *Date 2022: 19 au 30 janvier 2022.* www.murtenleuchtet.ch

SPORTS D'HIVER



Activités hivernales en chiffres: 160 km de pistes préparées pour skieurs et snowboarders, 84 km de pistes de ski de fond classique, 18 km de pistes de luge, environ 176 km de sentiers raquettes et de parcours hivernaux, des patinoires pour la glisse ou le curling. Pour se réchauffer, les Bains de la Gruyère avec trois piscines d'eau chaude à 34°.

MOLÉSON POUR TOUS



Cette montagne de loisirs ravira les randonneurs, les familles sportives et les férus d'adrénaline. Sa piste noire est légendaire mais elle offre également des pistes bleues et rouges. Le site comprend aussi une piste de luge, des sentiers balisés pour les raquettes et le ski de randonnée. www.moleson.ch et www.magicpass.ch

ÉVÉNEMENTS DANS LA NEIGE

Les skieurs de fond, les randonneurs à peau de phoque, les passionnés de raquettes à neige trouvent dans les Préalpes fribourgeoises de merveilleuses possibilités. Une année sans pandémie est une saison de courses palpitantes comme le Trophée des Gastlosen qui attire les sportifs sur un parcours technique entre le Jaun, la Wandflue et Abländschen. *L'édition 2021 est annulée, mais la course aura lieu le premier dimanche de février 2022.* Le Brevet des Armaillis est une course folklorique en raquettes (du Moléson aux Paccots) d'environ 3,5h. *Dimanche 17 janvier 2021.* D'autres suggestions d'itinéraires, en solo ou avec un guide, sont disponibles sur le site www.fribourgregion.ch.

CONTACT

Nous sommes à votre disposition pour toute aide dans vos recherches de sujets médiatiques.

© FRIBOURG REGION
+41 (0)26 407 70 20
media@fribourgregion.ch
www.fribourgregion.ch
www.flickr.com/fribourgregion
#fribourgregion @   