

# Deux Parcours permanents 1700 FRIBOURG (Ville) / Suisse

(Autorisation VSL-FSLSP Code No PW 06/83/84/17/ZV)



## *A la découverte par ses ponts ou par son panorama*

Le parcours permanent de 12 Km avec 7 ponts à franchir va vous permettre de découvrir la ville de Fribourg (40'000 habitants). L'autre parcours panoramique de 7 Km vous emmène dans les quartiers ouest de la ville de Fribourg ainsi que dans la banlieue de la commune de Villars-sur-Glâne.

**Accès:** Fribourg est facilement atteignable par le train (ligne Berne-Fribourg-Lausanne). En voiture, quitter l'autoroute A 12 à la sortie N° 8 "Fribourg-Nord" et rouler en direction de la Gare/Bahnhof. Toutes les places de parc se trouvant dans les environs de la Gare de Fribourg sont payantes.

**Départ et arrivée:** Office du Tourisme de Fribourg (situé dans le bâtiment EQUILIBRE), Avenue de la Gare (A 200 m de la gare CFF, à côté de MANOR, Place Jean-Tinguely 1), 1701 Fribourg; No de tél. 026 350 11 11. E-Mail : [info@fribourgtourisme.ch](mailto:info@fribourgtourisme.ch), <http://www.fribourgtourisme.ch>

**Heures d'ouverture:** Lundi - Vendredi de 09h00 à 18h00 / Samedi de 09h00 à 13h00 (d'octobre à avril) / Samedi de 09h00 à 16h00 (de mai à septembre). Les jours fériés de 09h30-13h30, Dimanche: Fermé.

**Parcours:** Idéal pour la pratique du (Nordic) Walking, mais pas recommandé aux usagers de fauteuils roulants et aux voitures d'enfants (escaliers divers et sentiers naturels). Vous trouverez toute une diversité de (vieux) cafés et restaurants répartis tout au long des deux parcours permanents.

**12 Km:** ce parcours permanent, en ville de Fribourg (avec sa Vieille-Ville), passe par 7 ponts (6 fois sur la Sarine/Saane et 1 fois sur le Gottéron/Galternbach). Ne pas oublier votre appareil photo!

**7 Km:** ce parcours panoramique vous emmène au Guintzet avec son beau point de vue, passe par Villars-Vert et traverse ensuite les nouveaux quartiers de Cormanon et ceux de Beaumont; retour par Pérolles jusqu'à la Gare de Fribourg.



**Informations générales:** Les parcours permanents susmentionnés répondent aux directives fixées par la Fédération Suisse-Liechtenstein des Sports Populaires (FSLSP) affiliée à la Fédération Internationale des Sports Populaires (IVV).

**Finance de participation:** CHF 3.00 pour l'obtention du descriptif du parcours permanent ainsi que de la carte de participation (inclus le droit aux tampons IVV).



**Accès aux parcours:** Possible toute l'année. En hiver, par temps de neige et/ou de verglas, certains tronçons enneigés des parcours peuvent présenter un danger. L'**assurance** est à la charge des participants. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident. En cas d'urgence, appel au N° de tél. 144.

**Contrôle:** Les parcours ne sont pas balisés. Au départ, vous recevez un descriptif détaillé et précis du parcours ainsi qu'une carte de participation. Il y a plusieurs numéros de contrôle sur le parcours, que vous devrez transférer sur cette carte, ce qui vous permettra, à l'arrivée, d'obtenir les tampons IVV pour la participation et pour le kilométrage effectué. Les numéros sont, au cours de l'année, régulièrement renouvelés.

**Tampons de validation IVV:** Le cachet IVV pour la participation ne sera apposé qu'après l'accomplissement du parcours et sur présentation de la carte de participation, et à la condition que le nom inscrit sur la carte soit identique à celui figurant sur le carnet IVV de validation. Le tampon IVV pour la participation ne peut être obtenu qu'**une fois tous les 3 mois**. Le tampon IVV pour les kilomètres effectués est délivré sans restriction. Il est cependant nécessaire de vous procurer à chaque fois une nouvelle carte de participation.

Vous pouvez combiner les parcours permanents de Fribourg avec ceux proposés à Guin/Düdingen, soit un circuit pédestre de 13 km ou 14 km dans les environnements naturels, ainsi qu'un parcours de 8 km menant au Rütihubel avec son beau point de vue, ou celle de Schwarzenburg 7 km et 12 km.

Vous pouvez trouver d'autres informations utiles concernant la Fédération Suisse-Liechtenstein des Sports Populaires sous <http://www.vsl.ch>. En composant le N° de tél. 071 761 16 10, le répondeur de cette fédération (VSL-IVV) vous renseigne sur les diverses manifestations qu'elle organise tout au long de l'année.

**Les amis des randonneurs de Heitenried (Patronat) vous souhaitent beaucoup de plaisir.**

Helena Raemy, Rufenen 20, 1716 Plaffeien, Tél. 026 412 16 79, Natel 079 706 49 74

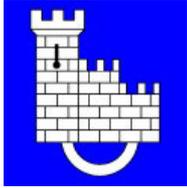
E-Mail : [wanderfreunde@wfheitenried.ch](mailto:wanderfreunde@wfheitenried.ch), clique sur: <http://www.wfheitenried.ch>



**VSL·FSLSP**

Volkssportverband Schweiz-Liechtenstein  
Fédération Suisse-Liechtenstein des Sports Populaires  
La federazione Svizzera-Liechtenstein degli sport popolari





# Parcours permanent

## 1700 Fribourg (Ville) / Suisse

*Parcours panoramique de 7 Km*



### Description du parcours

*Le balisage du parcours ainsi que la fixation de numéros de contrôle ne sont pas autorisés sur le territoire de la ville de Fribourg. Cependant, avec la description détaillée et les indications précises proposées ci-dessous, vous trouverez sans difficulté le bon chemin!*

En sortant de l'**Office du Tourisme de Fribourg**, aller à l'entrée principale de la Gare CFF. Traverser la gare en direction de la Gare routière/Busbahnhof. Là, tourner à droite pour sortir de la Gare routière. Vers le parking "deux-roues", monter à gauche. Après le passage piétons, emprunter l'escalier métallique et la passerelle. Ensuite, à main droite, monter tout droit les "Escaliers du Guintzet" (avec franchissement de trois rues transversales, pour une dénivellation de 70 mètres au total). En haut du **Guintzet**, traverser la rue et prendre à demi-droite le petit chemin goudronné qui va longer la place de jeux pour enfants. Suivre ensuite tout droit la "Promenade du Guintzet", une belle allée bordée d'arbres. Vers le premier bâtiment après les terrains de sport (Vestiaires du Guintzet avec des WC et une petite fontaine (numéro de contrôle), poursuivre tout droit en direction de Villars-sur-Glâne (indicateur) par l' "Avenue Jean-Paul II". Vous cheminez entre la Maison de Repos de St-François à main gauche, et l'Institut St-Joseph à main droite, et passez ensuite devant l'arrêt de bus "tpf-Jean-Paul II". Continuer toujours dans la même direction par la



longue "Promenade des Tilleuls", avec vue sur le Jura et les Préalpes. Au bout de la Promenade, à **Villars-Vert**, vers les deux cabines téléphoniques Swisscom et la boîte postale jaune, tourner à gauche. Après env. 50 mètres, prendre à gauche le chemin qui descend et serpente dans le "Parc privé immeubles 16 et 18". Puis obliquer à droite et descendre les escaliers, traverser la rue et longer sur le côté la station d'essence Agip jusqu'aux feux de circulation. Traverser (passage piétons) la "Route de Villars", tourner à droite et marcher env. 25 mètres. Obliquer alors à gauche dans le "Chemin des Eaux-Vives" et suivre selon l'écriteau "Notre-Dame de la Route, 4 min B+B" (ignorer flèche jaune "marcheur" du TP, sur la gauche!). Après une légère montée et un virage à droite, descendre jusqu'au grand giratoire. Prendre à gauche le trottoir direction "Nuithonie" (indicateur brun) et descendre le long de la grande route de Cormanon. Vers l'hydrante bleue No 240, utiliser sur env. 15 m le sentier engazonné recouvert de copeaux qui vous amène au

**Centre de Cormanon** (Migros + Denner, restaurant et WC). Longer le grand côté du centre commercial et après le passage piétons, juste avant l'arrêt de bus "Tpf-Cormanon", tourner à droite et monter le chemin goudronné. Après env. 35 mètres, obliquer à gauche et suivre la longue promenade asphaltée. A la bifurcation, rester bien à droite pour atteindre bientôt, près de l'arrêt de bus "Tpf-Derrey", six bancs qui vous invitent à faire une petite pause, avec vue sur les Préalpes fribourgeoises! Continuer dans la même direction par le nouveau quartier de Cormanon et descendre la "Rue des Grand-Chênes" jusqu'à un "giratoire triangulaire" (avec un réverbère au milieu). Là, tourner à gauche pour emprunter la "Route de la Gruyère" (3 cylindres métalliques en son début; direction "Villars-sur-Glâne", zone 30). Suivre toujours tout droit cette route qui passe par le quartier de

**Beaumont** et franchit trois rues transversales, les deux dernières avec de petits giratoires. A l'intersection avec la "Rue du Grand-Pré", continuer à droite pour descendre ensuite la "Route de la Vignettaz". Arrivé à la dernière maison (une grande villa locative portant le No 50), prendre à droite le petit chemin goudronné qui descend à l' "Avenue du Midi". Traverser (passage piétons), obliquer à droite et après env. 30 mètres, suivre à demi-gauche le "Passage du Cardinal" qui passe bientôt devant la Brasserie du Cardinal. Puis emprunter le passage sous-voies et ensuite au giratoire (à contourner par la gauche), suivre dans la même direction toute la "Rue Frédéric-Chaillet". Au débouché sur le "**Boulevard de Pérolles**", tourner à gauche en direction de la Gare CFF, passer devant le Centre de Pérolles (Migros + Denner), pour atteindre l'arrivée à l'**Office du Tourisme de Fribourg**, où vous pourrez faire valider votre prestation (oblitération de vos carnets IVV et autres).

Vous pouvez combiner les parcours permanents de Fribourg avec ceux proposés à Guin/Düdingen, soit un circuit pédestre de 13 km ou 14 km dans les environnements naturels, ainsi qu'un parcours de 8 km menant au Rütihubel avec son beau point de vue, ou celle de Schwarzenburg 7 km et 12 km.

**Les amis des randonneurs de Heitenried (Patronat) vous souhaitent beaucoup de plaisir.**

Helena Raemy, Rufenen 20, 1716 Plaffeien, Tél. 026 412 16 79, Natel 079 706 49 74

E-Mail : [wanderfreunde@wfheitenried.ch](mailto:wanderfreunde@wfheitenried.ch), clique sur: <http://www.wfheitenried.ch>

### Parcours permanent de 7 Km à Fribourg

Alpenvereinaktiv.com



outdooractive



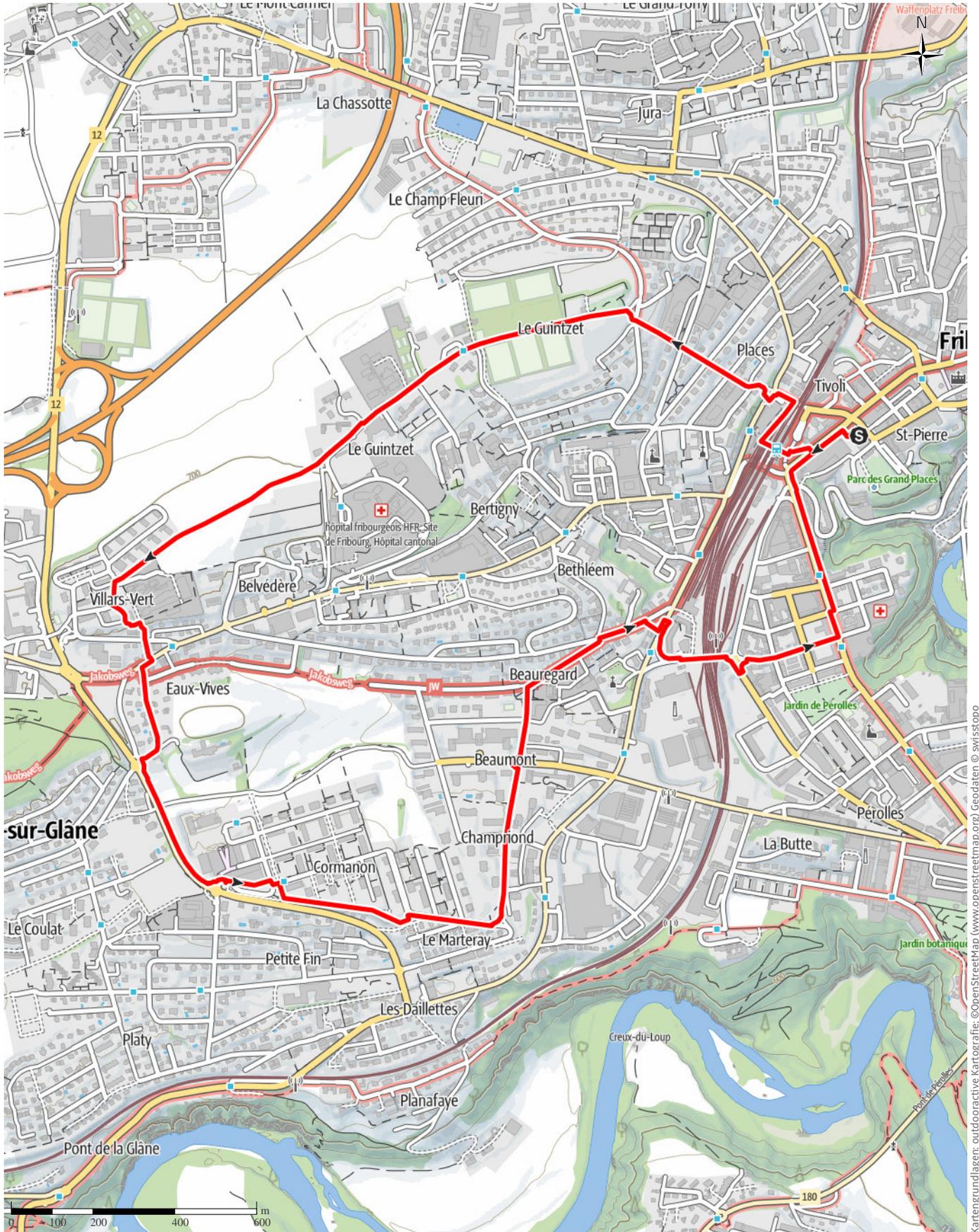
Komoot



Website: Alpenverein: <https://www.alpenvereinaktiv.com/s/ajg4t>  
Outdoor: <https://out.ac/ajg4t>  
Komoot: <http://www.komoot.de/tour/112435866>

# PW Freiburg FR, 7 km Strecke

↔ 6,4 km    ⌚ 1:45 h    ▲ 125 m    ▼ 125 m    Schwierigkeit leicht



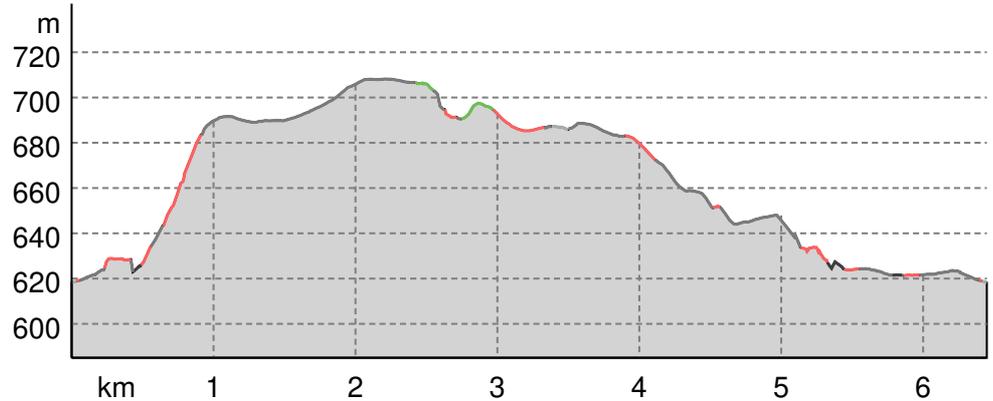
Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; ©OpenStreetMap (www.openstreetmap.org) Geodaten © swisstopo

## PW Freiburg FR, 7 km Strecke

## Wegarten

Asphalt	4 km
Naturweg	0,4 km
Pfad	1,7 km
Straße	0,2 km
Unbekannt	0,2 km

## Höhenprofil



## Tourdaten

## Wanderung

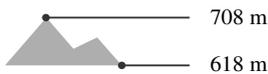
Strecke	↔	6,4 km
Dauer	🕒	1:45 h
Aufstieg	⬆️	125 m
Abstieg	⬇️	125 m

Schwierigkeit leicht

Kondition ●●●●●●

Technik ●●●●●●

Höhenlage



## Beste Jahreszeit

JAN | FEB | MÄR  
 APR | MAI | JUN  
 JUL | AUG | SEP  
 OKT | NOV | DEZ

## Bewertungen

## Autoren

Erlebnis ●●●●●●

Landschaft ●●●●●●

## Community

## Weitere Tourdaten

## Auszeichnungen

 Rundtour
**Hans-Peter Oberholzer**

Aktualisierung: 22.05.2023

später

später

## Wegbeschreibung

## Start der Tour

Tourismusbüro im Théâtre Équilibre

## Koordinaten:

DD: 46.803522, 7.153599

GMS: 46°48'12.7"N 7°09'13.0"E

UTM: 32T 359113 5184985

w3w: ///besonders.eier.hirtin

## Ende der Tour

Tourismusbüro im Théâtre Équilibre

## Wegbeschreibung

später

## Anreise

## Öffentliche Verkehrsmittel

Mit Zug bis Fribourg, dann 5 Min. Fussweg

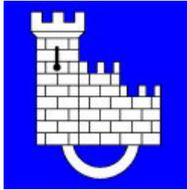
## Tour zum Mitnehmen für iPhone und Android



QR-Code scannen und diese Tour offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

## Webseite

<https://www.alpenvereinaktiv.com/s/ajg4t>



# Parcours permanent 1700 Fribourg (Ville) / Suisse

*Parcours des 7 ponts 12 km*



## Description du parcours

Quittant l'Office du Tourisme (situé dans le bâtiment du théâtre EQUILIBRE, au centre ville), aller sur votre droite au passage piétons (avec feux) et traverser. Vers MANOR, entrer dans la zone piétonne et parcourir toute la *Rue de Romont*. Traverser tout droit la place (*Square des Places*) et bientôt, sur votre gauche vous apercevez le RISTORANTE-PIZZERIA Molino. A l'angle du restaurant, obliquer à gauche dans la petite *Rue Saint-Michel* montant légèrement jusqu'à *Varis*. De là, traverser et monter à demi-gauche quelques mètres, puis aller à droite en direction du Restaurant MARCELLO. En restant sur le trottoir droite, suivre la *Rue du Père-Girard*, puis la *Rue Derrière les Remparts*. En restant bien à droite, longer ensuite les remparts en passant bientôt devant le Cycle d'Orientation du Belluard. Descendre les escaliers en pavés (Prudence en hiver !). En bas, à gauche et après quelques dernières marches d'escalier, passer sous le porche de la *Porte de Morat*. Marcher encore 50 m, tourner à droite et traverser la large route par le passage piétons. Continuer par le

*Chemin du Palatinat*, qui est à plat au début et qui monte ensuite moyennement. Arrivé en vue du pont neuf, prendre à demi-droite en direction de celui-ci et enfin, en virant à droite, vous empruntez le nouveau **Pont de la Poya (1<sup>er</sup> pont)** à haubans (gros câbles tenseurs); années de construction : de 2009 à 2014, long de 851 m et d'une hauteur de 70 mètres. Cheminer sur la voie réservée aux piétons, à droite, en profitant de la superbe vue ! A l'extrémité du pont, tourner à droite et descendre la route en direction de la ville, pour passer bientôt devant la station d'essence MINI PRIX. Arrivé au giratoire, traverser au passage piétons la



chaussée du *Pont de Zaehringen* en direction du renommé « Restaurant du Grand-Pont ». Monter alors la *Route de Bourguillon* (panneau bleu indicateur de circulation : Bourguillon/Schwarzsee). Vous apercevez bientôt la Tour des Chats/Katzenturm (en bas, sur votre droite), puis 3 autres tours : la Tour Rouge, la Tour de Dürrenbühl et la Tour de Lorette. Franchir le **Pont du Gottéron/Galternbrücke (2<sup>e</sup> pont)**, qui surplombe la rivière du même nom : le Gottéron/Galternbach. Peu après, dans le long virage à gauche, juste avant le pré, prendre à droite le *Sentier des Falaises*, au début recouvert de gravillon, puis qui monte en serpentant dès la barrière en bois. Arrivé en haut à plat, prendre à demi-droite un moment la route asphaltée et suivre toujours le *Sentier des Falaises* (numéro de contrôle) en longeant la clôture métallique. A la fin du sentier, tourner à droite sur la route du *Beau Chemin*, passer devant le crucifix, et commencer à descendre en direction de la *Porte de Bourguillon* (passage sous les remparts de la Ville de Fribourg). Celle-ci franchie, vous trouvez sur votre droite la Chapelle de Lorette (ouverte du 1<sup>er</sup> mars au 31 octobre) et depuis la terrasse, vous avez une vue grandiose sur l'ensemble du parcours permanent ! Descendre la route pavée qui va passer plus bas entre la Chapelle Sankt-Jost avec son toit particulier (sur votre droite) et le Couvent de Montorge (sur votre gauche). Continuer de descendre sur les pavés en direction de la Vieille-Ville. Après un pittoresque virage bordé d'un haut mur, suivre la



*Planche Supérieure* et, au bas du parking pavé, vers la *Fontaine Saint-Jean*, traverser. A main droite se trouve un imposant bâtiment aux volets rayés, l'ancienne Caserne de la Planche (actuellement occupée par le Service archéologique/Amt für Archäologie du canton de Fribourg). De là, suivre en légère descente la *Planche Inférieure/Untere Matte*. Au bout de cette rue, franchir le **Pont du Milieu/Mittlere Brücke (3<sup>e</sup> pont)**, un beau pont à arche avec des pavés. Continuer tout droit par la *Place du Petit Saint Jean*. Vous passez entre les restaurants « Aux Tanneurs/Zu den Gerbern » (sur votre gauche) et « Au Tirlibaum » (sur votre droite), un endroit agréable pour faire une petite pause ! Puis

traverser le **Pont de Berne/Bernbrücke (4<sup>e</sup> pont)**, un gracieux pont couvert en bois (numéro de contrôle). A l'angle de l'« Auberge de l'Ange/Restaurant Engel », prendre tout de suite à demi-gauche dans l'étroite *Ruelle des Poletz* (pavée en son début), puis descendre à gauche la rampe munie d'une barrière métallique et longer la Sarine par la *Promenade du Saumon*. Après une petite montée et un virage en épingle tout à droite, accéder à l'arrêt de bus tpf « Auge, Sous-Pont », puis 20 m plus loin,

tourner à droite et emprunter le passage inférieur (sous trois arches) du **Pont de Zaehringen/Zähringerbrücke (5<sup>e</sup> pont)**. Juste avant la fin du pont, descendre à droite les 54 marches de l'escalier métallique (*Promenade des Légendes*) et longer tout droit la Sarine. Après la toute petite montée (vers l'Indianerdorf/Le Village Indien clôturé), tourner à droite et franchir la **Passerelle du Grabensaal (6<sup>e</sup> pont)**. Tourner ensuite encore à droite et juste après le Parcomètre collectif, traverser à gauche par le passage à piétons et monter de suite l'escalier (21 marches). Traverser à nouveau et, vers le poteau indiquant Route du STADTBERG, monter à demi-droite le sentier jusqu'à sa bifurcation.

Vous avez alors 2 possibilités : soit prendre à gauche le chemin naturel gravillonné, soit continuer à droite sur le chemin asphalté. En haut de ce chemin en zigzag (8 lacets), vous arrivez à l'étage supérieur du **Pont de Zaehringen/Zähringerbrücke (7<sup>e</sup> pont)**. Tourner à droite et franchir ce pont, d'où vous pourrez voir une grande partie du parcours permanent ! A l'extrémité du pont, à l'angle du « Restaurant Teppa-Yaki » (anciennement Hôtel Duc Bertold), suivre sous les arcades la *Rue des Bouchers/Metzgergasse*, puis la *Rue des Chanoines/Chorherrengasse* jusqu'à l'entrée principale de la Cathédrale Saint-Nicolas/Sankt Nikolaus



Kathedrale, dont la tour culmine à 76 mètres de hauteur (Visite recommandée avec ses 365 marches d'escalier !). Traverser par le passage à piétons et en face suivre la *Rue des Epouses/Hochzeitergasse* (pavée) pour arriver sur la *Place de l'Hôtel de Ville/Rathausplatz* et sur votre gauche vers la *Fontaine de Saint-Georges/Georgsbrunnen* et le Tilleul de Morat/Murtenlinde. Traverser la *Rue de la Grand-Fontaine/Alte Brunnengasse* (qui conduit dans la Basse-Ville de Fribourg). Tourner à gauche et monter la *Route des Alpes*, tout en profitant une dernière fois de la vue majestueuse sur la Vieille-Ville avec ses ponts, les diverses tours, les couvents, et à l'arrière-plan sur les Préalpes ! Vers la station supérieure du Funi, obliquer à droite pour traverser la route par le passage à piétons, et continuer tout droit en suivant

l'allée d'arbres (*Place Georges Python/Georges Python Platz*). Arrivé à la zone piétonne, tourner une dernière fois à gauche pour rejoindre tout droit, par la *Rue de Romont*, l'Office du Tourisme (théâtre EQUILIBRE), où en contrepartie des deux numéros de contrôle notés, vous pourrez faire valider votre prestation.



Vous pouvez combiner les parcours permanents de Fribourg avec ceux proposés à Guin/Düdingen, soit un circuit pédestre de 13 km ou 14 km dans les environnements naturels, ainsi qu'un parcours de 8 km menant au Rütihubel avec son beau point de vue, ou celle de Schwarzenburg 7 km et 12 km.

**Les amis des randonneurs de Heitenried (Patronat) vous souhaitent beaucoup de plaisir.**

Helena Raemy, Rufenen 20, 1716 Plaffeien, Tél. 026 412 16 79, Natel 079 706 49 74

E-Mail : [wanderfreunde@wfheitenried.ch](mailto:wanderfreunde@wfheitenried.ch), clique sur: <http://www.wfheitenried.ch>

### Parcours permanent de 12 km à Fribourg

Alpenvereinaktiv.com



Website: Alpenverein: <https://www.alpenvereinaktiv.com/s/ajekZ>  
Outdoor: <https://out.ac/ajekZ>  
Komoot: <http://www.komoot.de/tour/112435776>

outdooractive

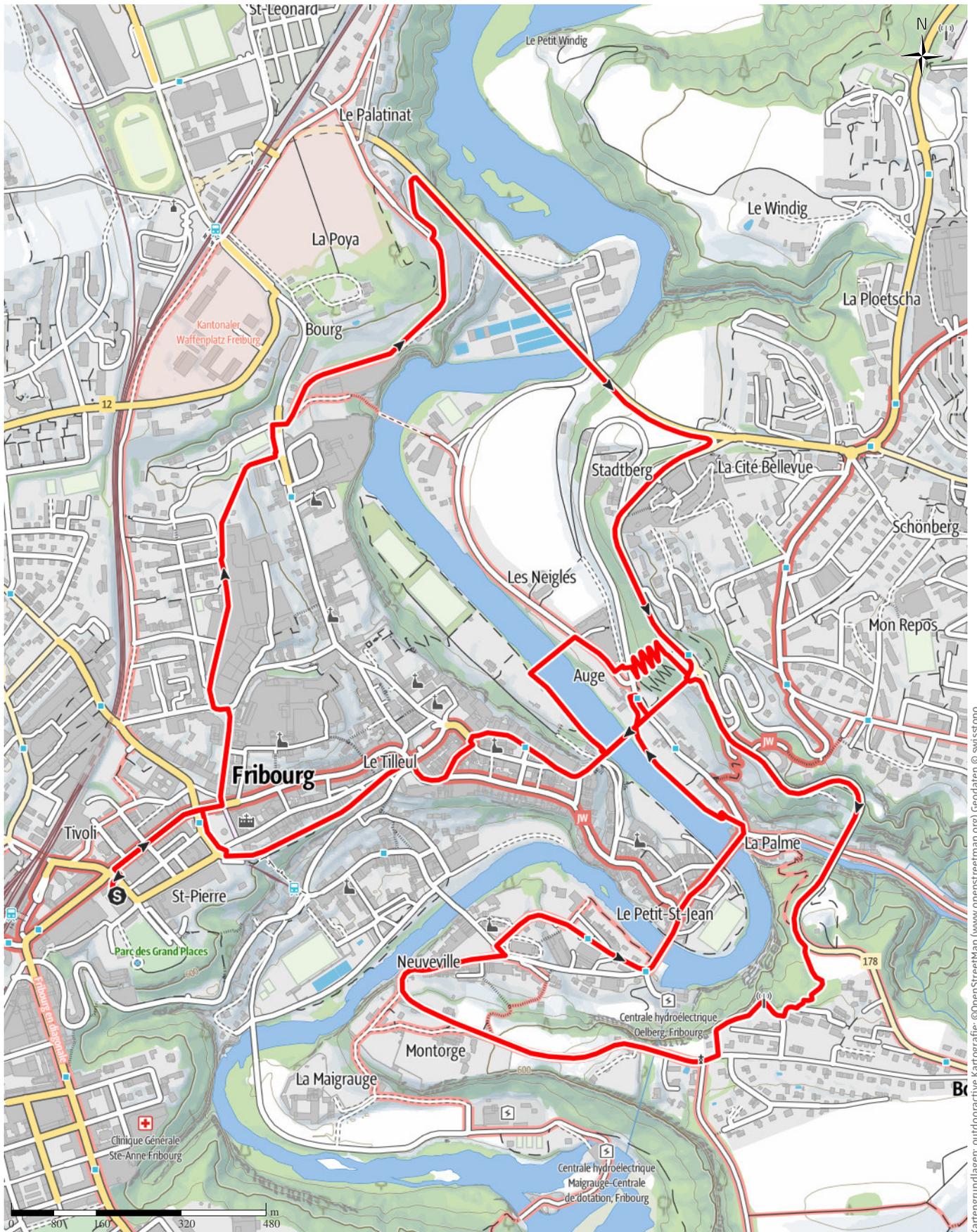


Komoot



# PW Freiburg FR, 12 km Strecke

← 8,9 km    ⌚ 2:15 h    ▲ 300 m    ▼ 300 m    Schwierigkeit mittel



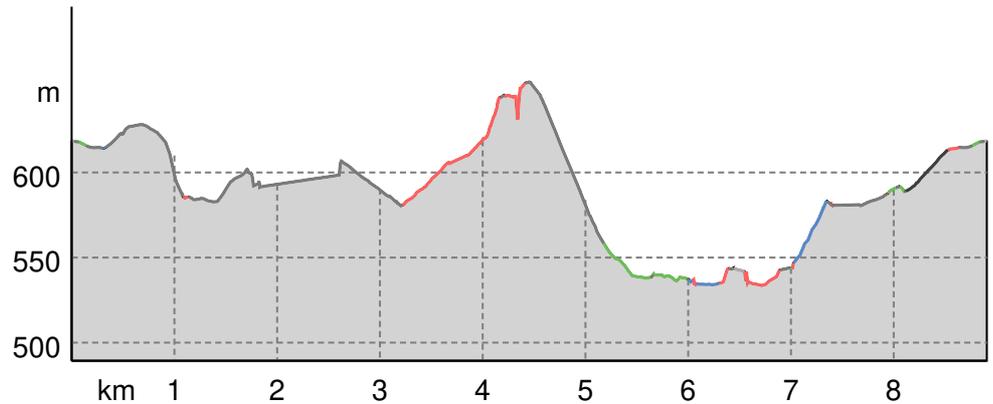
Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; ©OpenStreetMap (www.openstreetmap.org) Geodaten © swisstopo

## PW Freiburg FR, 12 km Strecke

## Wegarten

Asphalt	4,8 km
Schotterweg	0,6 km
Naturweg	1,1 km
Pfad	1,8 km
Straße	0,4 km
Unbekannt	0,2 km

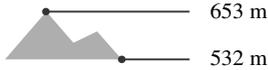
## Höhenprofil



## Tourdaten

## Wanderung

Strecke	↔	8,9 km
Dauer	🕒	2:15 h
Aufstieg	⬆️	300 m
Abstieg	⬇️	300 m

Schwierigkeit	mittel
Kondition	●●●●●●
Technik	●●●●●●
Höhenlage	

## Beste Jahreszeit

JAN	FEB	MÄR
APR	MAI	JUN
JUL	AUG	SEP
OKT	NOV	DEZ

## Bewertungen

## Autoren

Erlebnis ●●●●●

Landschaft ●●●●●

## Community

## Weitere Tourdaten

## Auszeichnungen

 Rundtour


## Hans-Peter Oberholzer

Aktualisierung: 22.05.2023

später

später

## Wegbeschreibung

## Start der Tour

Tourismusbüro im Théâtre Équilibre, Freiburg

## Koordinaten:

DD: 46.803530, 7.153580

GMS: 46°48'12.7"N 7°09'12.9"E

UTM: 32T 359112 5184986

w3w: ///aktualisiert.gedanke.doch

## Ende der Tour

Tourismusbüro im Théâtre Équilibre, Freiburg

## Wegbeschreibung

später

## Anreise



Diese Tour ist gut mit Bahn und Bus erreichbar.

## Öffentliche Verkehrsmittel

Bis Freiburg Bahnhof, dann Fussweg 5 Min.

## Tour zum Mitnehmen für iPhone und Android



QR-Code scannen und diese Tour offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

## Webseite

<https://www.alpenvereinaktiv.com/s/ajekZ>