



Michel LOHIER (tel : 02 32 51 90 15 ou à défaut 06 12 62 14 53)

# AU PIED DES GEANTS DE L'OBERLAND

**2 au 10 août 2008**

Code : 08 RW 72  
Niveau : Moyen  
niveau montagne ▲ à ▲▲

édition du 05 avril 2008

Le célèbre sentier Hintere Gasse et ses innombrables variantes constitue l'épine dorsale de cette semaine de randonnée. L'itinéraire déroule son tracé au pied de l'Eiger, du Monch et de la Jungfrau. Panoramas grandioses assurés !.

## **Samedi 2 août :**

Rendez vous à 14h35 à la gare CFF de Meiringen. Transfert par bus postal jusqu'à Rosenloui. Mise en jambes dans les alpages de Rosenloui (1328 m).

2h                                      Montée : 400 m                                      Descente : 400 m

## **Dimanche 3 août :**

Rosenloui, Grat Scharem (2008), Grosse Scheidegg, Grindelwald (1202 m)

5h30                                      M : 680 m                                      D : 806 m

## **Lundi 4 août :**

Grindelwald, Obergrindelwaldgletscher, Untergrindelwaldgletscher, Grindelwald

6h30                                      M : 950 m                                      D : 950 m

## **Mardi 5 août:**

Grindelwald, Alpiglen, l'Eiger trail , Eigergletscher (2320 m)

5h    M : 1118m    D : 1118 m

## **Mercredi 6 août:**

Eigergleitscher, Kleine Scheidegg, Männlichen, Lauberhorn (2394 m), Wengernalp (1874 m), transfert en train pour Lauterbrunnen  
6h 30 M : 650 m D : 1000 m

**Jeudi 7 aout :**

Lauterbrunnen, Trummelbach, Sefinental, Rotstockhütte (2039 m)  
5h30 M : 1239 m D : 50 m

**Vendredi 8 aout :**

Rotstockhütte, Sefinenfurgge (2612 m), Bundstäg (1488 m), Bundalp (1840 m)  
5h45 M : 925 m D : 1124 m

**Samedi 9 aout :**

Bundalp (1840 m), Hohtürli, Blüemlisalphütte (2834 m) Oeschinensee, Kandersteg (1170 m)  
6h30 M : 994 m D : 1664m

Possibilité d'écourter la descente par le télésiège entre Oeschinensee et Kandersteg

**Dimanche 10 aout :**

Fin de la randonnée à Kandersteg en début de matinée.

**COMMENT SE RENDRE SUR PLACE ? :**

Transport aller-retour depuis Paris à la charge de chaque participant

Voyage Aller : Train Paris Est - Meiringen avec correspondances à Bâle et Interlaken.

Voyage retour : Train Kandersteg – Paris Est avec correspondance à Berne et Bâle.

**OU DORMIRONS NOUS ? :**

- principalement en auberge/gîtes d'étape ou en refuge en demi pension

**EQUIPEMENT NECESSAIRE :**

sac à dos d'un volume de 50/60 litres environ (ni valise ni sac de voyage), 1 grand sac poubelle, chaussures de montagne à tige montante et semelle Vibram, gourde 1 litre mini, crème solaire, lunettes de soleil, pull-over, vêtement de pluie, stop tout, chaussures légères pour le soir, drap ou sac à viande, vêtements de rechange, carte du CAF à jour de cotisation, ...

**LE RAVITAILLEMENT:**

Prévoir le pique nique du 3 août au départ de Paris (les magasins sont tous fermés en Suisse le samedi après midi). Au delà ravitaillement à Grindelwald et à Lauterbrunnen. Possibilité de commander des piques niques dans la plupart des gîtes d'étape et refuges.

**CARTES ET TOPOS :**

Cartes suisses au 1/50 000 eme :

254 T Interlaken,

264 T Jungfrau,

263 T Wildstrubel

Topo – guide des éditions Rother: Oberland Bernois Est et Oberland Bernois Ouest

**PARTICIPATION AUX FRAIS : 410 €** (sur la base du cours d'un franc suisse de l'ordre de 0,63 €)

L'estimation comprend :

- l'hébergement,
- les repas en demi – pension,
- les transports locaux,
- les frais de préparation,
- les frais administratifs du Club Alpin Français d'Ile de France.

Ne comprend pas : le transport Paris – Meiringen et Kandersteg - Paris, le télésiège depuis Oeschinensee, les boissons, les achats personnels.

nombre de participants: 10 (y compris l'organisateur).

Inscription auprès du secrétariat à partir du 25 avril et jusqu'au 26 juillet 2008 dans la limite des places disponibles.

arrhes à verser à l'inscription : 150 € à l'ordre du CAF Ile de France.

Le solde de 260 € est à régler avant le 26 juillet 2008 sans rappel de notre part.

La randonnée se déroule en moyenne montagne mais sur des sentiers parfois escarpés. Le terrain n'étant pas vraiment plat, n'hésitez pas à vous entraîner auparavant en participant à des randonnées dominicales ou mieux sur un week - end.

Il n'y a pas de réunion préparatoire mais si vous pouvez m'appeler au moment de l'inscription j'aurai sûrement 2 ou 3 détails supplémentaires à vous communiquer.