

## Découverte de la Via Alpina suisse

Organisateurs [Xavier L](#), Baptiste M.

Du samedi 15 au dimanche 30 juillet 2023

Niveau physique: soutenu, niveau technique :  $\Delta\Delta$  itinéraire peu difficile

Randonnée itinérante, hébergement en hôtels, auberges d'altitude, auberges de jeunesse, refuge, accord obligatoire

Participation aux frais : 1450 euros, 8 places organisateurs compris

Validation des inscriptions : 2 mars 2023

[Dans les traces de notre traversée suisse de 2022](#) nous vous proposons de continuer avec un itinéraire de 14 jours, inspiré de la Via Alpina. La randonnée de Sisikon au lac Léman chemine à proximité de sommets mythiques des Alpes. L'itinéraire privilégie les magnifiques paysages, le sentier nous mène au travers du pays des "4000" pour se terminer à la plage.



## Niveau et esprit

Il s'agit d'une randonnée exigeante de 14 jours en continu.

L'endurance ainsi que l'expérience de périple similaires est donc indispensable. Si vous avez besoin d'une liste de matériel pour faire un sac qui tourne autour de 8 kilos tout compris, cette sortie n'est pas adaptée à votre niveau.

L'idée n'est pas de courir d'hébergement en hébergement mais bien de profiter des longues journées d'été en montagne dans un cadre somptueux. Les siestes sont préconisées pour le repos du randonneur.

## **Participation aux frais 1450 euros, 725 euros à l'inscription, 725 euros le 13 juin**

Incluant : les hébergements (7 hôtels, 3 auberges d'altitude, 3 auberges de jeunesse, un refuge), les transports locaux (téléphérique, bus, train) et une partie des frais de transport des organisateurs.

N'incluant pas : les repas de midi pris en pique-nique, les en-cas et boissons.

## Programme

### **Samedi 15 : Sisikon > Sisikon +600m, -600m, 6.5 km, 4h de marche.**

RDV devant la gare de Sisikon. Une première balade avec vues sur le lac des Quatre-Cantons pour régler l'équipement avant le grand départ. Hébergement en hôtel.

### **Dimanche 16 : Altdorf > Alp Grat +1350m, 8 km, 6h de marche.**

Court transfert en train pour Altdorf puis on quitte progressivement la ville pour des chalets isolés entre champs et bois. L'étape se termine par une large arête dégagée jusqu'à une pension familiale d'altitude.

### **Lundi 17 : Alp Grat > Engelberg, +550m, -1250m, 15 km, 6h de marche.**

Poursuite de la crête verdoyante avant quelques éboulis pour franchir notre premier col panoramique. Descente à travers les alpages puis en suivant le Stierenbach via ses ponts, pour arriver à l'arrêt de bus Engelberg, Fürenalpbahn. Hébergement en auberge de jeunesse.

### **Mardi 18 : Engelberg > Tannalp, +1350m, -400m, 14.5 km, 8h de marche.**

Montée jusqu'au spectaculaire lac Trüebsee au pied du Titlis, poursuite par le col du Jochpass. S'en suit un parcours en balcon offrant un panorama vers le Schrekhorn (le plus septentrional des « 4 000 alpins »), sur le lac d'Engstlensee et vers le lac de Tannensee situé un peu au-delà de l'auberge de montagne à Tannalp.

### **Mercredi 19 : Tannalp > Meiringen, +400m, -1300m, 12 km, 6h de marche.**

Parcours d'arête par le Balmeregghoren accompagné de la vue spectaculaire au sud sur le glacier du Triftgletscher et en face sur l'Eiger, le Mönch et la Jungfrau. A Planplatten débute une longue marche vers la vallée par Hasliberg Reuti d'où des télécabines descendent dans la ville à l'origine d'un dessert à base de sucre et de blanc d'œuf. Hébergement en hôtel.

### **Jeudi 20 : Axalp > Grindelwald +1050m, -1450 m, 15.5 km, 7h30 de marche.**

Transfert à Axalp pour un sentier hors de la Via Alpina qui commence le long du Schybergweg à travers un superbe paysage de montagne jusqu'à l'Alp Tschingelfeld. Passage au col Tierwang (2417 m) pour découvrir le Bachsee offrant l'une des plus belles vues alpines. Brève remontée jusqu'à la crête Hireleni et bascule finale de 5 km avec vue sur les Schrekhorn, Eiger et Jungfrau jusqu'à l'hébergement en hôtel.

**Vendredi 21 : Alpiglen > Lauterbrunnen +850m,-1750m, 18.5 km, 8h de marche.**

Kilomètre départ arrêté pour la gare et descente du train à Alpiglen pour emprunter le trail de l'Eiger dans sa face Nord. 700 m plus haut le panorama est magnifique sur Mönch, le Jungfrauoch et la Jungfrau. Plongée dans la vallée du Lauterbrunnental avec ses falaises et ses chutes d'eau spectaculaires. En soirée sortie digestive aux chutes de Staubbachfall, la plus haute chute d'eau libre de Suisse. Hébergement en hôtel.

**Samedi 22 : Mürren > Bundalp +1400m, -1200m, 15.5 km, 8h30 de marche.**

Car puis téléphériques jusqu'à Mürren. Succession de terrasses panoramiques sur le trio Eiger-Mönch-Jungfrau, d'alpages et de cabanes pour atteindre le col de Sefinafurgha. Vue époustouflante sur le Schilthorn, la vallée du Kiental et l'alpage de Blüemlisalp. La descente rocailleuse aménagée laisse place à une prairie verdoyante. Rebond au fond de la vallée pour rejoindre une auberge d'altitude.

**Dimanche 23 : Bundalp > Kandersteg +1150m, -1800m, 13 km, 7h de marche.**

Étape reine par le Hohtürli (2778 m) point culminant de la Via Alpina. Les pâturages s'effacent vers 2380m pour un paysage minéral. Beau détour par la cabane de Blüemlisalphütte et son glacier. Descente par les moraines vers le spectaculaire lac Oeschinensee bleu profond, un des plus beaux lacs des Alpes, bordé de falaises. Descente le long du torrent jusqu'à notre hébergement en hôtel.

**Lundi 24 : Kandersteg > Bonderalp +1500m, -900m, 14 km, 8h15 de marche.**

Mise en jambe le long de la Kander. Quelques champs et une forêt plus loin, un passage semblable à des gorges amène au pied des 800 m d'ascension du dernier col typé alpin de la Via Alpina. Ajoutez 200 m pour le Bunderspitz : un panorama grandiose à 360° sur toutes les Alpes. Descente à travers les alpages et hébergement en auberge d'altitude au-dessus de la limite forestière.

**Mardi 25 : Bonderalp > Lenk +1050m, -1150m, 16 km, 7h30 de marche.**

Descente par la route des chalets d'alpage jusqu'à Adelboden. Après 1km le long de l'Allebach, la pente s'accroît par bois et alpages pour gagner de larges vues via une arête aboutissant au panorama du Laveygrat. Reste un peu de descente pour atteindre Bühlberg où un car fait la liaison avec Lenk. Hébergement en hôtel.

**Mercredi 26 : Lenk > Saanen +1150m, -800m, 18 km, 8h30 de marche.**

Entame de la montée par des gorges avec d'impressionnants bassins cylindriques. Cheminement en forêt et traversée du torrent pour monter par des prairies calcaires jusqu'au Trüttlisbergpass. Une étrange crête de gypse mène au Stüblienipass, puis au Tungelpass ouvrant sur un alpage humide, avant de conclure la descente en forêt à côté de la cascade du Tungal avec vue sur le Louwenesee. Bus pour rejoindre l'auberge de jeunesse.

**Jeudi 27 : Saanen > Château-d'Oex +1300m, -1400m, 18 km, 9h de marche.**

Montée forestière de 5 km, puis chemin en balcon avec vue sur le massif du Wildhorn avant l'ultime ascension du jour vers la Videmanette (2186 m) procurant un panorama complet sur les 6 jours précédents. La descente s'accroît à l'approche et dans la forêt puis s'adoucit en rejoignant les cours de la Gérine et de la Sarine coulant jusqu'à notre hébergement en hôtel.

**Vendredi 28 : Rossinière > Cabane Jaman +1400m,-800m, 18 km, 9h de marche.**

Train pour rejoindre Rossinière. Le barrage du lac du Vernex annonce une montée relativement boisée sous la Dent de Corjon durant 5 km. S'ouvre la vue vers les Rochers de Naye puis sur le vallon de l'Hongrin à franchir pour remonter le ruisseau des Cases jusqu'au col de Jaman où se situe une cabane autonome avec vue sur le lac Léman.

**Samedi 29 : Cabane Jaman > Montreux +650m,-1800m, 15 km, 6h de marche.**

On grimpe sous la Dent de Jaman jusqu'au col de Bonaudon. Passage dans les grottes de Naye et parcours en crête panoramique jusqu'aux rochers de Naye. Quelques kilomètres en arête, avant de plonger sur le lac Léman et la ville de Montreux avec le dernier kilomètre de dénivelé négatif par le versant forestier succédant à l'arête des rochers de Naye. Hébergement en auberge de jeunesse.

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.*

## Transport

Le transport est libre. Les inscrits recevront des propositions d'horaires. Voici une idée des horaires envisagés :

Samedi 15 juillet : 7h15 Paris gare de Lyon, 13h43 Sisikon

Dimanche 30 juillet : 10h27 Montreux, 15h45 Paris gare de Lyon

## Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés. Les places seront attribuées à partir du 2 mars 2023 selon les règles de priorité du club. Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les conditions d'annulation et de remboursement. À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.



© Photos Fabian Béboux; FotoPate SchweizMobil

Rédigé en février 2023