

Grindelwald - Perle de la Suisse

du lundi 22 juillet 2024 au samedi 27 juillet 2024

Organisateur : [Bernadette P.](#)

Niveau : **Moyen+** ▲▲

Avec accord : **Oui**

En étoile

Effectif maximum : **12**

Auberge de jeunesse

Je vous propose une randonnée pour découvrir l'Oberland Bernois, face aux 4000 de la chaîne bernoise (Eiger, Munch, Jungfrau)

Cette randonnée sera adaptée aux personnes qui souhaitent découvrir la randonnée en montagne aussi bien qu'aux randonneurs qui veulent découvrir cette prestigieuse région de la Suisse.

Nous serons en étoile, c'est à dire que nous ne changerons pas d'hébergement mais nous utiliserons les transports en commun pour rejoindre les départs des randonnées.

Nous serons logés dans le charmant village de Grindelwald.

Les billets de train seront en vente à partir du 6 mars 2024 ou peut être avant pour la Suisse mais je vais le préciser dans la fiche technique.



Niveau et esprit

Nous randonnerons sac léger puisque nous laisserons nos affaires de rechange à l'auberge. Chaque jour nous choisirons et adapterons notre itinéraire à la météo. Grâce à un excellent réseau de transport la

Suisse offre de nombreuses possibilités.

Les sorties iront de l'après midi quasiment touristique de la première journée aux alentours du lac de Thoune ou de Interlaken à des circuits de randonnée en montagne avec 1000 m à 1200 m de dénivelé. L'allure de montée sera de 350 m/h.

Participation aux frais

520 € (295 € à l'inscription, 225 € le 05/06/2024)

Incluant : les frais de demi-pension à Grindelwald (auberge de jeunesse), la nuit et le petit déjeuner à Interlaken (premier soir), les frais d'organisation (cartes et topos), les transports locaux dans la limite de 90 €, **la compensation carbone de nos nuits sur place**, les frais administratifs du Club.

N'incluant pas : le repas de midi pris en pique-nique à la charge de chacun, les en-cas et boissons, les transports locaux au-delà du montant précité, l'aller-retour à Grindelwald depuis votre lieu de départ.

Le taux de change utilisé lors du calcul du prix de la sortie est de 1,05 € pour 1 CHF en cas de grosse variation du cours, le supplément serait à votre charge.

Transport

Le transport est libre. Je vais vous donner cependant quelques indications, au départ de Paris, mais je ne serais pas nécessairement dans ces transports là !

Le RV est fixé en gare de Interlaken Ost à 13h00 le lundi 22 juillet 2024.

Aller : Pour être à 13h00 à Interlaken Ost, on peut partir de Paris en TGV via la gare de Paris-Est à 6h52 ou de la gare de Paris-Lyon à 7h22, il y a quelques changements dont un à Basel (Bâle)

Retour : Depuis Grindelwald, en partant à 16h17 on arrive à Paris Gare de Lyon à 22h42.

Les horaires ne sont pas encore disponibles sur les trains français à la date de rédaction de la fiche. ils devraient être mis en vente le 6 mars, mais actuellement les trains suisses sont déjà proposés. Vous pourrez les trouver sur SNCF Connect, sur Trainline et aussi sur le site suisse <https://www.sbb.ch/fr>

Pour ceux qui ne seraient pas pressés de rentrer ou qui continueraient sur mon circuit [Voralberg \(24-RW54\)](#) j'ai prévu de dormir à l'auberge de jeunesse de Zürich le 27 juillet au soir, faites moi signe si vous êtes intéressé, on pourrait réserver de concert. (nuit et dîner en plus bien sûr)

Hébergement et repas

Nuits et petits déjeuners en auberge de jeunesse. Première nuit à Interlaken et nuits suivantes à Grindelwald.

Nous serons logés en deux chambres de 4 personnes mixtes sauf si nous sommes 4 hommes et 4 femmes.

Le repas du premier soir sera pris en ville ou à l'auberge de Interlaken (pas encore décidé et non compris, je verrai avec les inscrits), les autres repas seront pris (à 18h !) à l'auberge de jeunesse de Grindelwald.

Tous les petits déjeuners sont inclus.

Les pique-niques sont à la charge de chacun, je vous conseille de venir avec vos 3 premiers pique-niques dont celui à consommer le jour de l'arrivée pour être tranquille. Nous pourrons faire des courses à Grindelwald et même aussi à Interlaken mais sur les moments de liberté, cela ne doit pas retarder le départ du groupe le matin par exemple.

Les draps et couettes sont inclus mais pas le linge de toilette ni les produits nettoyants.

Programme

J1 - 22 juillet 2024 - Interlaken 12 km +400m -400m

RV à 13h à la gare de Interlaken Ost. Nous irons poser le sac à l'auberge de jeunesse de Interlaken puis

en bus ou train nous rejoindrons Leissigen au bord du lac de Thoun et nous ferons une petite randonnée à proximité ou alors nous monterons avec le funiculaire à Harder Kulm pour y effectuer une petite boucle, choix suivant la météo du jour et la température.

Choix du lieu de dîner avec le groupe, à décider en fonction de la marche, de la météo et de l'horaire du dîner à l'auberge !

Les journées x, y, z, t suivantes sont interchangeable et à adapter et concernent les journées du 23 juillet au 26 juillet ou 27 juillet.

Dépendent aussi des horaires des bus locaux pas encore connus à ce jour mais surtout de la météorologie.

Le 23 juillet nous quitterons Interlaken juste après le petit déjeuner pour rejoindre Grindelwald et une première randonnée.

Mon objectif est de piocher parmi tous les itinéraires suivants, en évitant de me répéter et en m'adaptant à la météorologie et aux transports : <https://grindelwald.swiss/fr/experiences/activites-d-ete/randonnees.html>

Jx : Grindelwald. 16 km +800m -900m en 6h30 de marche

Bus - Grosse Scheidegg - First - Faulhorn (2681 m) - Bussalp - Bus

Jy : Grindelwald. 16 km +1150m -1150m en 7h de marche.

Téléphérique - Pfingstegg - Schreckhornhütte - Pfingstegg - Téléphérique. Uniquement par temps sec et non orageux.

Jz : Grindelwald. 16 km +1000m -1000m en 7h de marche.

Bus - Grosse Scheidegg - Wildgerst (2892 m) - First - Waldspitz - Bus

Jt : Grindelwald. De 10 km à 21 km +1000m -1000m en 7h de marche.

Grindelwald - Alpiglen - Kleine Scheidegg - Eiger Trail (ou l'inverse) - Grindelwald (dénivelés suivant option de transport). Autre possibilité en rejoignant Wengen.

Jw : Grindelwald. 15 km +600m -1200m en 6h de marche.

J6 - 27 juillet - Grindelwald.

Nous devons prendre le train à 16h17 au plus tard si l'on veut rejoindre Interlaken puis Paris donc la randonnée ne doit pas être trop longue ou raccourcie grâce à un téléphérique.

L'auberge de jeunesse étant un peu loin de la gare nous étudierons la possibilité d'une consigne à la gare même.

Pour ceux qui voudraient s'échapper vers l'est le dernier jour au lieu de rentrer vers Paris à l'ouest, Il y a une combinaison de bus (j'ai demandé les horaires) qui permet de rejoindre Meiringen et de là un autre bus via le col du Grimsel qui permet de rejoindre Oberwald et la vallée du Rhône et donc le Valais et le sud des Alpes.

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.

Équipement

Papiers

- Carte CAF, pièce d'identité,
- **Carte européenne d'assurance-maladie**
- **Carte bancaire internationale ou espèces,**
- 1 chèque pour régler un éventuel solde,
- **Coordonnées téléphoniques de l'encadrant.**

Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche,
- Bâtons recommandés,
- Sac à dos de 30 à 40 litres, avoir un sac à dos pour la journée est indispensable.
- Gourde ou poche à eau à tuyau de 2 litres.

Alimentation

- 3 pique-niques, encas, eau pour la première

matinée (courses possibles à Grindelwald)

- Couteau pliant, fourchette, cuillère, gobelet.

Hygiène

- Effets de toilette, serviette.de toilette

Vêtements

- Chemisette ou tee-shirt,
- Pantalon ou short,
- Tenue de rechange,
- Chapeau ou casquette.

Pluie ou froid

- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant,
- Vêtement de pluie,
- Surpantalon de pluie,

- Guêtres "stop tout" si c'est votre usage.
- Housse de pluie du sac à dos,
- Bonnet, gants, tour du cou ou écharpe,.

Sécurité

- Petite pharmacie personnelle, pastilles pour purifier l'eau,
- Sifflet, couverture de survie,
- Téléphone mobile et chargeur,
- Crème et lunettes de soleil,
- Lampe frontale.

Nuitées

- Bouchons d'oreille (selon le confort recherché),
- Sandales.

Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de s'aligner sur les règles sanitaires en vigueur au moment de la sortie.

En cas d'accident grave

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles avec le lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.

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 **vendredi 1 mars 2024** 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.