

**» Etapes R91 à R107**

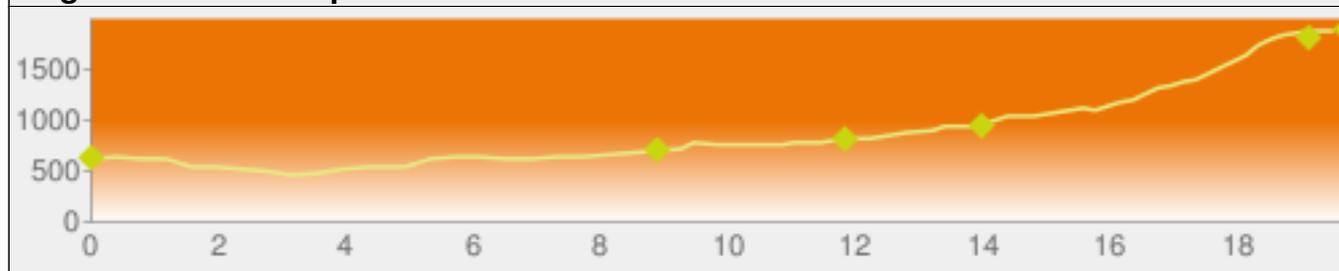
Résumé de la randonnée : R91 Fontana (Val Bovana) à R107 Vernayaz  
 Jours : Temps de marche : 109h50 Distance : 293.4 km ↗16052 m ↘16222 m  
 17

**Jour 1 Fontana (Val Bovana) » Robiei - R91**

Difficulté 	Temps de marche 7h10	Distance 19.7 km	↗1448 m	↘182 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	---------	--------	----------------------------------

**Description**

Depuis Fontana, quitter le village sur le côté droit de la vallée dans la direction du nord-ouest. Suivre le fond du Val Bavona, passer par plusieurs groupes de maisons ou hameaux pour arriver à San Carlo. C'est là que commence la montée pour Robiei, destination de l'étape. Il est aussi possible de prendre la télécabine.

**Diagramme altimétrique**

**Descriptif détaillé**

Quittez Fontana en direction de San Carlo, soit en voiture postale, soit à pieds. La deuxième option est recommandée car les routes suivent les chemins autrefois utilisés par les bergers qui guidaient leurs troupeaux d'un alpage à un autre, d'une prairie à une autre. Ce genre d'élevage alpin s'appelait la transhumance. Il en reste de nombreux hameaux aux noms poétiques comme Mondada, Fontana, Alned, Sabbion, Ritort, Foroi, Roset, Fontanaleda, Faed, Bola, Sonlert ou Gannariet – ces groupes d'habitations appartiennent tous à la commune de Caveragno, mais ont tous une identité propre avec chacun son église ou sa chapelle et ses propres saints du village. Prendre le téléphérique ou marcher le long du chemin de montagne à partir de San Carlo pour atteindre Robiei, où il est possible de dormir soit à l'hôtel de la centrale électrique, soit au refuge SAC. La région de Robiei transporte loin du monde minier vers celui de la modernité et de l'électricité du 20ème siècle. Les travaux du barrage de Robiei ont duré de 1950 à 1956 et il fut complété de 1962 à 1970 par la construction des centres de Robiei et de Bavona.

(ATSE)

**Patrimoine naturel et culturel**

Robiei Blenio Kraftwerke AG (société de centrale électrique) utilise la puissance hydroélectrique de la rivière Brenno et de ses affluents depuis 1956. La centrale, située dans le haut du Val Bavona et alimentée par la retenue de Cavagnoli-Naret, est équipée de quatre groupes de pompes à turbine « Francis » : elle utilise une pente moyenne de 338m. L'eau coule ensuite dans le réservoir de régularisation de Robiei.

(Schweizer Wanderwege)

**Commentaires des randonneurs**

» Daniel - 01/10/2014

In San Carlo there is a cute little hotel, named Basodino CHF 70. Taking the cable car from San Carlo saved lots of precious time, you can do San Carlo to Riale in one day.

\* \* \*

A San Carlo, il ya un charmant petit hôtel, nommé Basodino CHF 70 Prendre le téléphérique de San Carlo sauvé beaucoup de temps précieux, vous pouvez le faire à San Carlo Riale en une seule journée. [Google]

» John from bath - 22/07/2014

There's a special welcome for via alpiners at the Rifugio Basodino and the cakes are really special.

\* \* \*

*Il ya un accueil spécial pour par alpiners au Rifugio Basodino et les gâteaux sont vraiment spécial.* [Google]

» Elisabeth - 20/03/2014

Nouvelle erreur sur le topo : 50 mn pour faire 9 km ? Je suis déjà fière d'avoir mis 1h40 par le chemin de transhumance ! Ce n'est sûrement pas 9 km mais ce n'est pas 3 km non plus...

» Mountain Girl - 19/10/2012

Albergo Robiei (the only lodging at Robiei), may be an ugly concrete block from the outside, but its rooms are clean & comfortable, with views that can't be beat. SFr 50 for a single, with breakfast. (Rif Basodino also wanted SFr 50 for a depressing little room.) An added bonus was the 'resident' fox who appeared at dusk, scavenging around the hotel for food.

\* \* \*

*Albergo Robiei (le seul logement à Robiei), peut être un bloc de béton moche de l'extérieur, mais ses chambres sont propres et confortables, avec une vue qui ne peut pas être battu. 50 francs suisses pour un seul, avec petit déjeuner. (Rif Basodino voulait aussi SFr 50 pour une petite chambre déprimante.) Un avantage supplémentaire était le renard du résident »qui est apparu au crépuscule, balayage autour de l'hôtel pour la nourriture.* [Google]

» Mountain Girl - 19/10/2012

It's roughly 5km / +122m from Fontana to San Carlo. A bus also covers this stretch, though the walk through this rustic valley that has rejected electrification is enjoyable.

\* \* \*

*C'est à peu près 5 km / 122 m de Fontana à San Carlo. Un bus couvre également ce tronçon, mais la promenade à travers cette vallée rustique qui a rejeté l'électrification est agréable.* [Google]

» Janek - 21/07/2011

The distance from Fontana to Foroglio is incorrect. Should be about 3km, which is manageable with the indicated 50 minutes. No way you could walk the shown 9 km in 50 minutes. There is a restaurant in Foroglio.

\* \* \*

*La distance de Fontana à Foroglio est incorrect. Devrait être d'environ 3 km, ce qui est gérable avec les 50 indiqués minutes. Pas question que vous pourriez marcher sur la montre de 9 km en 50 minutes. Il ya un restaurant dans Foroglio.* [Google]

» Martin Schreiber - 02/01/2011

There's also an accommodation in San Carlo: Ristorante Basodino, 091/7551192. Instead of going on to (the quite ugly looking) Robiei to stay there in a hotel you can also spend a night at Rif. Basodino.

\* \* \*

*Il ya aussi un hébergement à San Carlo: Ristorante Basodino, 091/7551192. Au lieu d'aller à (le laid tout à fait à la recherche) Robiei d'y rester dans un hôtel, vous pouvez également passer une nuit au Rif. Basodino.* [Google]

» ROUSSELLE - 30/09/2010

Une seule auberge à Fontana, "Grotto di Baloi" avec 4 chambres

Point		Tronçon	
Nom	Services	Information	Balisage
 Fontana (Val Bovana)		D 8.9 km / 2h30	



623 m

Foroglio



D 3 km /



698 m

0h50



Sonlèrt

A 2 km /



809 m

0h40



San Carlo



D 5.2 km /



937 m

3h00

#### Hébergements

##### **Basodino Ristorante**

Adresse : Schwarz Cécile

6690 S. Carlo Val Bavona

Tél. : +41 91 755 11 92 /

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : mai - octobre

Prix de la nuitée : 31-50 EUR

Réductions et restauration :



Rifugio



D 0.6 km /



Basodino

0h10

1819 m

#### Hébergements

##### **Capanna Basòdino**

Adresse : Marzia & Dario Martinoli

Tél. : +41 (0)91 753 27 97 /

E-mail : infobasodino@bluewin.ch

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juin - octobre

Prix de la demi-pension : 30-50 EUR

Prix de la nuitée : 15-30 EUR

Réductions et restauration :

-  Associations de montagne
-  Familles / enfants
-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir



Robiei



D 0.6 km /



1891 m

0h10

#### Hébergements

##### **Albergo Robiei**

Adresse : Ascar Bruno

6690 Robiei

Tél. : +41 91 756 50 20 /

E-mail : info@robiei.ch

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juin - octobre

Prix de la demi-pension : 51-75 EUR

Prix de la nuitée : 31-50 EUR

Réductions et restauration :

- ✓ Familles / enfants
- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir

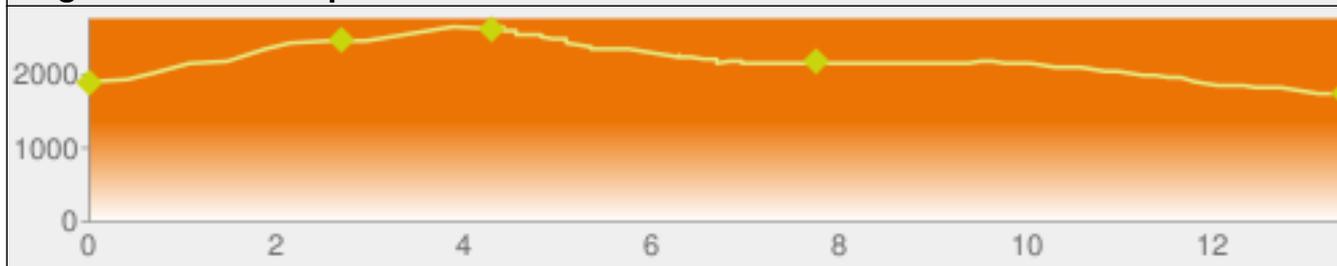
## Jour 2 Robiei » Riale - R92

Difficulté 	Temps de marche 4h15	Distance 13.4 km	 803 m	 966 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	---	---	----------------------------------

### Description

Quitter Robiei et avancer vers l'ouest. Monter par le lac Matörgrn en direction de la brèche de Val Maggia. Traverser la frontière italienne. Le sentier descend en pente raide vers les lacs Boden, au-delà desquels il rejoint la route pour le pas de San Giacomo. Suivre celle-ci pour arriver à Riale.

### Diagramme altimétrique



### Descriptif détaillé

Seul le barrage long de 360 mètres laisse deviner que juste après l'Hôtel Robiei le chemin de randonnée passe au-dessus d'un dense réseau de tunnels hydrodynamiques. Le sentier de montagne se dirige vers l'ouest, longeant le flanc de la montagne Pizzo dell Arzo jusqu'au lac Matörgrn. Ce lac est l'un des plus hauts lacs où l'on trouve des poissons – la truite canadienne. En plus du superbe paysage rocailleux avec ses différents minéraux, la vue sur le glacier du Basòdino oblige à faire une première halte. Puis le chemin continue en une légère montée qui longe les rochers et les pentes d'éboulis pour arriver au col de Bocchetta di Val Maggia. Ici s'offre une vue sur le val Toggia et ses nombreux lacs. Après avoir traversé la frontière italienne, il y a une descente raide à travers un champ d'éboulis jusqu'au plateau enchanteur du lac de Boden. D'ici, le sentier descend vers un cours d'eau issu du lac Toggia, qu'il faut traverser puis longer sur la rive droite. Juste avant le lac Castel, tourner à droite. On aperçoit alors la fin de l'étape, le refuge Maria-Luisa CAI sur le Toggia.

(ATSE)

### Commentaires des randonneurs

» Daniel - 01/10/2014

Not far from Riale, below the Dam is Rifugio Bim-Se. Rooms 46 Euro HP. No dorms.

\* \* \*

*Non loin de Riale, en aval du barrage est Rifugio Bim-Se. Chambres 46 Euro HP. Pas de dortoirs.*

[Google]

» Clemens - 07/07/2014

Janek hat recht: Die Entfernung von der Refugio Maria Luisa nach Riale ist weniger. Die Abstiegszeit stimmt, wenn man den Wanderweg geht.

\* \* \*

*Janek est juste: La distance de l'Refugio Maria Luisa après Riale est moins. Le temps de descente est juste, quand*

*vous marchez le sentier.* [Google]

» *Secrétariat international Via Alpina - 21/03/2014*

@Elisabeth : en effet il s'agissait d'une imprécision mal interprétée par la traduction (on passe au-dessus et non à l'intérieur de ces tunnels, qui sont bien sûr inaccessibles). Désolés, c'est corrigé.

» *Elisabeth - 20/03/2014*

La description prête à confusion : la Via Alpina ne passe pas par les tunnels ! De Robiei, il faut 2h pour atteindre le lac Magögrn. Comme l'avait noté Janek en 2011, on escamote la distance entre le refuge Maria-Luisa et Riale : rajouter 1h minimum.

» *Mountain Girl - 29/10/2012*

Another lodging option in Riale is: B&B "Schtebli", +39 328 3391368 schtebli@libero.it (2 doors down from the pricey "Walser Stube" as you're coming into town, well before Rif Bimse) Daniele has just two cozy rooms for rent. She's a very kind hostess. 35 euros in 2012. Only drawback is: no dinner, and the Walser Stube is 'haute cuisine'! I would go to Rif Bimse for dinner.

\* \* \*

*Une autre option d'hébergement dans Riale est: B & B "Schtebli", 39 328 3391368 schtebli@libero.it (2 doors down du cher "Walser Stube" que vous venez en ville, bien avant Rif Bimse) Danièle a seulement deux confortable chambres à louer. Elle est une hôtesse très gentille. € 35 en 2012. Seul inconvénient, c'est: pas de dîner, et le Stube Walser est «haute cuisine»! Je voudrais aller à Rif Bimse pour le dîner.* [Google]

» *Jean-Louis GIRAUD - 28/03/2012*

J'ai cherché mon chemin sur l'ALPE TOGGIA...Le balisage est nettement insuffisant, pour ne pas dire absent, sur la deuxième partie de l'étape. Arrivé à RIALE, j'ai pris la direction du RIFUGIO "BIM-SE" situé sous le barrage du Lac MORASCO. Possibilité B and B. Chambres avec douche Tel cell : 339-5953393 www.rifugio-bimse.it Nourriture correcte sans plus... Endroit tranquille et bien situé sur l'itinéraire de l'étape suivante R92 .

» *Janek - 21/07/2011*

In the detailed description, it is said that the Mari-Luisa hut at the Toggia Alp is the stage destination, but the stage seem to end further - in Riale. Also there is a footpath cutting over most of the serpentines. And covering the indicated 5,6km in 45 minutes is highly suspicious although it's downhill. I would suggest the distance from Alpe Toggia to Riale is about 2km. And there is also a restaurant in Riale.

\* \* \*

*Dans la description détaillée, il est dit que le hutte Mari-Luisa à l'Alp Toggia est arrivée de l'étape, mais la scène semblent se retrouver davantage - en Riale. Il ya aussi un sentier coupe sur la plupart des serpentines. Et couvrant l'indiqués 5,6 km en 45 minutes est très suspect même si c'est en descente. Je dirais que la distance de l'Alpe d'Toggia Riale est à environ 2km. Et il ya aussi un restaurant à Riale.* [Google]

» *Helga Bleml - 15/07/2011*

Fuer Riale gibt es eine sehr schoene und neue Uebernachtungsmoeglichkeit: Rifugio BIMSE bietet Zimmer mit Bad und leckerer Halbpension. www.rifugio-bimse.it Die Huette liegt direkt unter der Staumauer des Lago Morasco - grosses Hinweisschild und ist seit zwei Jahren geoeffnet!

\* \* \*

*Pour Riale il ya un débarquement très agréable et nouveau: Rifugio ponces dispose d'une salle de bains privative et un délicieux demi-pension. www.rifugio-bimse.it Le lodge est situé juste en aval du barrage du lac Morasco - grand panneau et est ouvert depuis deux ans!* [Google]

» *ROUSSELLE - 30/09/2010*

3 hôtels assez chers à RIALE mais aussi le refuge gardé Maria Luisa (CAI) situé à l'Alpe Toggia (2162m) à une heure de Riale

» *Liebl Georg - 10/08/2009*

VA-Wegweiser sahen wir auf dieser Etappe leider nur einen, von der Bocchetta di Val Maggia sahen wir keinen Wegweiser nach Riale.

\* \* \*

VA signes que nous avons vu à ce stade, malheureusement, un seul de la Maggia Bocchetta di Val nous n'avons vu aucune Wegweiser après Riale. [Google]

Point		Tronçon		
Icone	Nom	Services	Information	Balisage
	Robiei 1891 m		D 2.7 km / 1h40	
<b>Hébergements</b>				
<b>Albergo Robiei</b>				
Adresse : Ascar Bruno 6690 Robiei Tél. : +41 91 756 50 20 / E-mail : info@robiei.ch				
Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude				
Période d'ouverture : juin - octobre				
Prix de la demi-pension : 51-75 EUR				
Prix de la nuitée : 31-50 EUR				
Réductions et restauration :				
✓ Familles / enfants				
✓ Petit-déjeuner				
✓ Repas de midi				
✓ Repas du soir				
	Lago dei Matörgrn 2460 m		D 1.6 km / 0h50	
	Bocchetta di Val Maggia 2631 m		D 3.5 km / 1h00	
	Rifugio Maria Luisa 2168 m		5.6 km / 0h45	
	Riale 1733 m		5.6 km / 0h45	

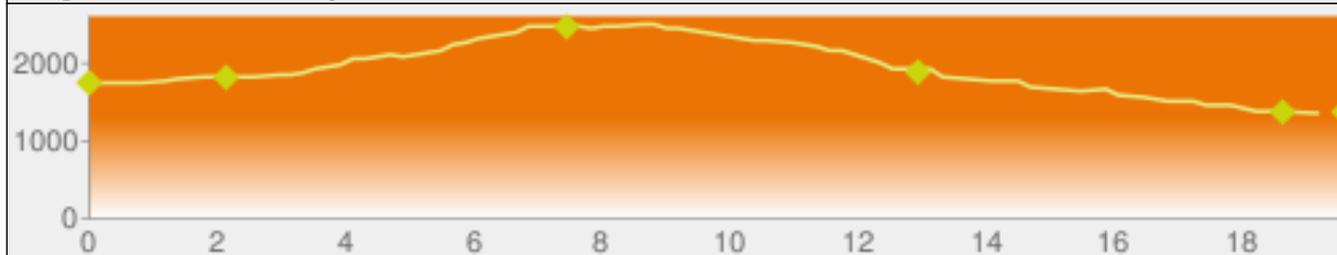
### Jour 3 Riale » Ulrichen - R93

Difficulté 	Temps de marche 6h50	Distance 19.6 km	 802 m	 1188 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	---	--	----------------------------------

#### Description

Depuis Riale, atteindre le lac de Morasco ; continuer ensuite le long de la vallée de Morasco, d'abord sur la route puis sur sentier. On arrive alors au pas de Gries, où l'on entre en territoire suisse. Passer le lac Griessee et descendre sur Ladstafel, puis descendre la vallée d'Ägenetal à pied ou en bus jusqu'à Ulrichen, destination de l'étape.

### Diagramme altimétrique



### Descriptif détaillé

Quitter le refuge CAI Maria-Luisa en prenant le chemin alpin qui descend en épingles à cheveux jusqu'à Riale, aussi appelé le Z' Chärbärbch. Le hameau vaut le détour bien que de nombreuses anciennes habitations et étables aient été transformées en maisons de vacances. Après le hameau, le sentier mène au barrage de Lago di Morasco. Au bout du barrage, suivre le vieux chemin des mules jusqu'au Bättelmatt. Ce chemin des mules était probablement déjà utilisé à l'âge de bronze et au temps des romains comme chemin des marchands. Il a joué un rôle important dans la migration de Valsler, puisqu' au 13ème siècle un nombre croissant de personnes de Goms (dans la région de Oberwallis – ou haut Valais - en Suisse) est venu s'installer, en passant par le col de Gries, dans les environs de Pomatt. Aujourd'hui, il reste encore les noms de certains lieux, comme le Z' Chärbärbch par lequel passe le sentier, pour en témoigner. Tout au bout de la vallée de Gries, le chemin des mules devient très raide jusqu'au col de Gries. D'ici, continuez sur les pentes d'éboulis, au dessus du lac de la Griessee, jusqu'au Mändeli, le point culminant de cette étape. Après le Mändeli, le vieux chemin des mules, dont le pavage est apparent par endroit, descend sur une route en zigzags jusqu'à Altstafel et puis à Ladstafel. Ici, il y a un pont de pierre très spécial qu'il faut prendre le temps d'admirer, il fut construit en 1761. Dans la vallée, continuez sur le chemin de mule, qui est maintenant bien visible, jusqu'à Hosand, où l'on croise une fois encore la route menant au col de Nufenen. Le chemin de mule longe la rive droite de l'Ägenen jusqu'au pont de Bodmerbrücke. Ce large pont à suspension, à la structure audacieuse, apporte un contraste de modernité face aux pierres de pavage du chemin de mule médiéval que l'on peut apercevoir à plusieurs occasions. De l'autre côté de la vallée, prendre la direction du hameau de Zum Loch, via Kitt, de ses vieilles bergeries et de sa charmante chapelle de Ste Anna. Passer les maisons de vacances, les casernes militaires, les étables modernes pour arriver à Ulrichen. *(Schweizer Wanderwege)*

### Patrimoine naturel et culturel

Ulrichen Ulrichen se trouve pratiquement en haut de la vallée de Goms à 1 346m d'altitude, aux pieds des cols de Nufenen et de Gries et à proximité des cols alpins de Furka et de Grimsel. Ulrichen a été mentionné pour la première fois dans un document datant de 1235 sous le nom d'Ulrichingen. Une chapelle a été construite en l'honneur de Saint Nicholas en 1334. En 1815, un incendie majeur détruisit le centre du village, qu'il a fallu ensuite reconstruire. Non loin de là se trouve le hameau de Zum Loch, où se trouve le centre de transbordement, sur l'ancienne route, importante à l'époque, du col de Grimsel-Gries. Le col de Gries était utilisé avec fréquence jusqu'au 14ème siècle, même en hiver. Pendant l'été, une centaine de chevaux y passaient chaque jour. Avec la construction du funiculaire de Gotthardbahn en 1882, cette liaison internationale devint plus discrète.

*(Schweizer Wanderwege)*

### Commentaires des randonneurs

» *de noray - 23/08/2015*

A Ullrichen on trouve une zimmer a 43 euro a 100 m du camping(situee sur parcours en allant a zum loch)

» *Daniel - 01/10/2014*

The private room mentioned below (2011-08-18) is now closed. That leaves the three hotels at CHF 75+ the only alternatives to stay in. Southbound hikers, at the train station is the last shop up until Prato-Sornico

\* \* \*

*La chambre privée mentionnée ci-dessous (2011-08-18) est maintenant fermé. Cela laisse les trois hôtels à CHF 75 ans et plus les seules alternatives pour rester. Randonneurs vers le sud, à la gare est le dernier magasin jusqu'à Prato-Sornico* [Google]

» *Elisabeth - 23/03/2014*

L'alpagiste du Bättelmatt n'aime pas les randonneurs : non seulement sa clôture électrifiée n'est pas signalée comme

telle mais il n'y a pas de passage aménagé (par exemple : poignée avec ressort) évitant de recevoir une forte décharge électrique !!

» *Andreas - 12/09/2012*

Eine Alternative zu einer Übernachtung in Ulrichen ist die Galmihornhütte, ca. 2 Stunden von Ulrichen, oberhalb von Münster. Sehr freundliche und gute Bewirtung und man hat von der nächsten langen Etappe bereits etwas eingespart, da man wieder zügig auf den Gomser Höhenweg kommt. [www.galmihornhuette.ch/](http://www.galmihornhuette.ch/)

\* \* \*

*Une alternative à une nuit à Ulrichen est Galmihornhütte, environ 2 heures au départ de Ulrichen, au-dessus de Münster. Très sympa et un bon service, et vous devez l'étape suivante longtemps déjà sauvé quelque chose, parce que vous rapidement revenir à la piste Gomser. [www.galmihornhuette.ch/](http://www.galmihornhuette.ch/)* [Google]

» *Daniel - 18/08/2011*

In Ulrichen all hotels are \*\*\*-rated, and prices 70+. Try the house behind Hotel Alpina opposite the Post-office. It has a sign saying "Zimmer". The old lady prefers long-stay guests, but a single night stay is OK. CHF 38, no breakfast. Kitchen, shop nearby. In the evening visit the village with its old wooden farmhouses. There is also a camping for the ones who like carrying tents and cooking-gear across passes.

\* \* \*

*En Ulrichen tous les hôtels sont \*\*\*-évalué, et les prix de 70 +. Essayez la maison derrière l'Hôtel Alpina en face de la poste. Il a une pancarte disant "Zimmer". La vieille dame préfère les longs séjours, mais une seule nuit est OK. CHF 38, pas de petit déjeuner. Cuisine, shopping à proximité. Dans la soirée, visite du village avec ses vieilles fermes en bois. Il ya aussi un camping pour ceux qui aiment la réalisation des tentes et des engins de cuisson à travers passes.*

[Google]

Point		Tronçon		
	Nom	Services	Information	Balisage
	Riale 1733 m		D 2.1 km / 0h25	
	Lago Morasco 1832 m		D 5.3 km / 2h45	
	Griespass 2477 m		D 5.6 km / 1h50	
	Ladstafel 1901 m		D 5.6 km / 1h30	
	Zum Loch 1370 m		A 1 km / 0h20	
	Ulrichen 1346 m	 	A 1 km / 0h20	

#### Jour 4 Ulrichen » Fieschertal - R94

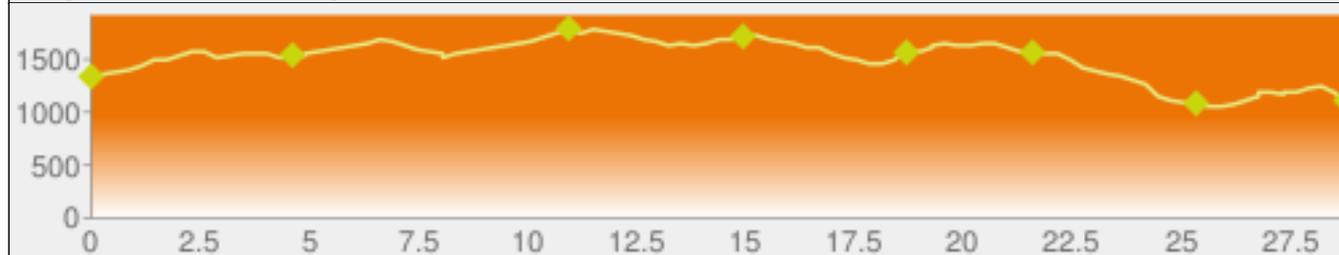
Difficulté 	Temps de marche 11h00	Distance 28.8 km	 1163 m	 1394 m	Qualité des données GPS : +++
--	-----------------------	------------------	--	--	----------------------------------

#### Description

Depuis Ulrichen, monter vers l'ouest sur 200m de dénivelé environ. Suivre le sentier balcon Gommer-Höhenweg

jusqu'au village de Bellwald. Ici, le sentier de crête descend sur le village de Fiesch. Continuer sur le côté ouest de la vallée de Fieschertal vers le village du même nom, destination de l'étape. Il est aussi possible de prendre le bus.

### Diagramme altimétrique



### Descriptif détaillé

Passer par l'église d'Ulrichen et quitter le petit village Obergoms de Ulrichen, ses granges marron foncé et ses spycher (graineries à la structure entretoisée), et grimper jusqu'à Obergadmen : on arrive sur le chemin de haute altitude des Goms qui commence à Fiesch et se termine à Oberwald. Sans même croiser une seule route, ce sentier traverse les pentes ensoleillées des Goms, dévoilant le paysage de l'Oberwallis dans toute sa splendeur. Après la traversée de la forêt de Birchwald, on arrive aux dépendances des fermes de Lööwenen, d'où l'on peut apercevoir Münster, la principale ville de la région de l'Obergoms. Ici, avancer vers une des trois vallées profondes qui sont encore à traverser lors de cette randonnée, le Minstigertal. Une fois sur les flancs de la vallée principale, continuer bien au-dessus de Reckingen, traverser les bois et les prairies jusqu'à la vallée de l'autre côté. Après avoir traversé le torrent au Guferschmatt, le sentier forestier passe par la clairière forestière de Binne, et mène à un grand tronçon érodé du flanc de la vallée. Le glacis, ou talus, vaut le coup d'oeil car c'est ici que se dresse la Chapelle Sainte-Marie-Mère-de Dieu dans le domaine de Ritzinger. Prendre ensuite la direction du Bieligertal, un autre flanc de la vallée. Le sentier continue sur un terrain plus ou moins plat sur le flanc de montagne de Obergoms, avec des cours d'eau comme seule interruption de la cadence. Juste avant Bellwald, on atteint la chapelle consacrée à Saint Apollinia. C'était une destination prisée par les gens qui souffraient de rages de dent. À la première maison de Bellwald, continuer votre descente, passer la corniche jusqu'au centre du village de Bellwald. Suivre le sentier en balcon pour arriver à Fiesch, une ville industrielle avec beaucoup de circulation et des tramways. D'ici, le Fieschertal peut être atteint de deux différentes manières : soit en prenant le bus, soit en prenant le sentier en balcon sur le flanc ouest de la vallée.

(Schweizer Wanderwege)

### Patrimoine naturel et culturel

La vallée de Goms

Si, par temps clair, on se poste sur le col de Furka en regardant vers l'ouest, il est possible de voir, juste en dessous du premier bassin de vallée autour de Gletsch, le fond de vallée plat des Goms. Non loin du col, la rivière Rotten trouve sa source au glacier du Rhône. Le fond de vallée commence près d'Oberwald et s'étend jusqu'à la région du Reckingen. De belles forêts et prairies s'étalent sur les versants des deux côtés du Rhône. Sur le côté gauche, il n'y a pas de village à découvrir mais sur le côté droit de la rivière Rotten se trouvent de nombreux villages intéressants. Ils témoignent des méthodes traditionnelles de constructions des Walsers, qui utilisaient du bois et le décoraient d'une manière très artistique. Ces villages, typiquement amassés, avec leurs granges, entrepôts et inscriptions, sont reconnus pour leur apport culturel, d'autant plus que les églises y occupent une place prédominante. La plupart de ces imposants bâtiments baroques ont à l'intérieur des autels intéressants, qu'ils soient de l'époque baroque ou gothique. Les nombreuses chapelles sont tout aussi pittoresques, parfois entourées de maisons, parfois seules dans une prairie. Les amateurs d'histoire et d'art pourront de plus visiter le musée d'histoire locale ou les archives, deux façons de se plonger dans des temps révolus. La vallée de Goms est la maison de diverses personnalités. Le cardinal Matthäus Schiner naquit en 1456 à Mühlebach bei Ernen. La région de Wallis lui doit plusieurs églises de grande taille. Johann Ritz se démarque quant à lui par ses sculptures d'autels baroques. Les hôteliers ne sont pas non plus en reste, avec Cäsar Ritz, originaire de Niederwald, qui mourut en 1918. D'un point de vue du transport, la vallée de Goms est facile d'accès aujourd'hui, avec les routes des cols de Grimsel, Furka et Nufenen. Ces routes sont toutefois fermées en hiver alors que le tunnel ferroviaire de Furka permet une liaison permanente avec le centre de la Suisse. Durant ces dernières décennies, la vallée de Goms s'est faite connaître comme une région touristique agréable.

(Schweizer Wanderwege)

### Commentaires des randonneurs

» Clemens - 08/07/2015

Unterkünfte gibt es in Bellwald - gleich am Weg, Burghütte und natürlich die Gletscherstube. Da der Weg sehr weit ist, besteht die Möglichkeit zur Übernachtung vor Bellwald nur im Abstieg oder mittels Zelt. Doch leider gibt es sehr wenige Plätze zum Campieren, die geeignet sind. Empfehlung: Versucht es bis Burghütte und lasst Fiesch und Fieschertal aus. Und wer Kraft hat, könnte auch noch zur Gletscherstube, was den Riesenvorteil hätte, dass man den Weg am Arletsch entlang für sich hätte.

\* \* \*

*Il ya des logements à Bellwald - droit à l'entrée, le château lodge et bien sûr le Gletscherstube. Depuis la route est très large, il est possible de passer la nuit avant Bellwald seule ascendance ou par une tente. Malheureusement, il ya très peu d'endroits vers le camp qui conviennent. Recommandation: Une tentative de Burg cabane et laisser Fiesch et Fieschertal. Et qui a le pouvoir, ne pouvait même pour Gletscherstube ce que le gros avantage serait que vous auriez sur la façon Arletsch long pour eux-mêmes.* [Google]

» Elisabeth - 05/12/2014

Petit problème : si le terminus de l'étape est Fieschertal, pourquoi faire l'aller-retour jusqu'à Fiesch, soit 6 km de plus ? On traverse Fieschertal en premier et non Fiesch, comme indiqué dans le topo...

» SPYD - 17/09/2012

Comme Martine et Martin, nous sommes allés jusqu'à Burghütte, accueil très sympathique. Par contre comme 1ère étape de notre périple, c'est un peu long surtout la remontée finale de 400m ! Les dénivelés donnés sont faux (comme les quelques étapes suivantes) : jusqu'à Burghütte nous avons enregistré 1500m de montée et 1100m de descente !

» Martine keller - 19/09/2011

De Bellwald, plutôt que d'aller à Fiesch et Fieschertal, on peut aller directement à Burghütte pour y passer la nuit. Pour cela, à Bellwald, prendre direction d'Egga. remonter un joli sentier assez sauvage qui passe près de l'arrivée d'un vieux téléphérique et d'un baraquement. Continuer à monter. Le refuge de Burghütte se trouve dans un cadre enchanteur et Konrad, le gardien est adorable.

» Janek - 21/07/2011

The time indicated to cover the distance between Selkingerchälller and Willere is wrong. According to the local signs it should be 1h10

\* \* \*

*Le temps indiqué pour couvrir la distance entre Selkingerchälller et Willere est erroné. Selon les signes locaux, il devrait être 1h10* [Google]

» Martin Schreiber - 09/01/2011

Instead of staying in Fieschertal, you can go on 2 more hours and spent the night at the 'Burghuette' (Castle-hut). It's a really convenient place and they offer half-board and an accommodation for a really cheap price. Tel.: 0041279714027 [My best regards to Konrad, the hut warden and Hubertus, a mountain guide and the hut owner!]

\* \* \*

*Au lieu de rester dans Fieschertal, vous pouvez aller sur 2 autres heures et a passé la nuit à l'"Burghuette" (Château-cabane). C'est un endroit vraiment pratique et ils offrent la demi-pension et un logement pour un prix vraiment pas cher. Tél.: 0041279714027 [Mes meilleures salutations à Konrad, le gardien de la cabane et Hubertus, un guide de montagne et le propriétaire cabane!]* [Google]

» Daniel - 17/10/2010

In Fiesch, halfway from the trainstation and the Cable-car station there is friendly clean pension Hirsch (CHF 40), which serves a filling Rösti Bratwurst that will easily bring you all the way up the Aletsch Glacier

\* \* \*

*À Fiesch, à mi-chemin de la gare et la station de télécabine il est sympathique pension propre Hirsch (CHF 40), qui sert une Bratwurst remplissage Rösti qui sera facilement vous apporter tout le chemin jusqu'à le glacier d'Aletsch*

[Google]

Point		Tronçon	
Nom	Services	Information	Balisage
 Ulrichen 1346 m	 	D 4.6 km / 1h40	
 Löuwene 1543 m		D 6.3 km / 2h10	
 Guferschmatte 1786 m		D 4 km / 1h50	
 Selkingerchäl- ler 1707 m		D 3.9 km / 1h10	
 Willere 1564 m		D 2.9 km / 1h40	
 Bellwald 1562 m	 	D 3.6 km / 1h10	
 Fiesch 1085 m	   	D 3.5 km / 1h20	
 Fieschertal 1112 m	   	D 3.5 km / 1h20	

#### Hébergements

##### **Hotel Alpenblick**

Adresse : Fabian & Martin Holzer  
 3984 Fieschertal  
 Tél. : +41 27 970 16 60 /

E-mail : [info@hotelalpenblick.ch](mailto:info@hotelalpenblick.ch)

Catégorie : E: auberge, pension, hôtel

Période d'ouverture : -

Prix de la demi-pension : 51-75 EUR

Prix de la nuitée : 31-50 EUR

Réductions et restauration :

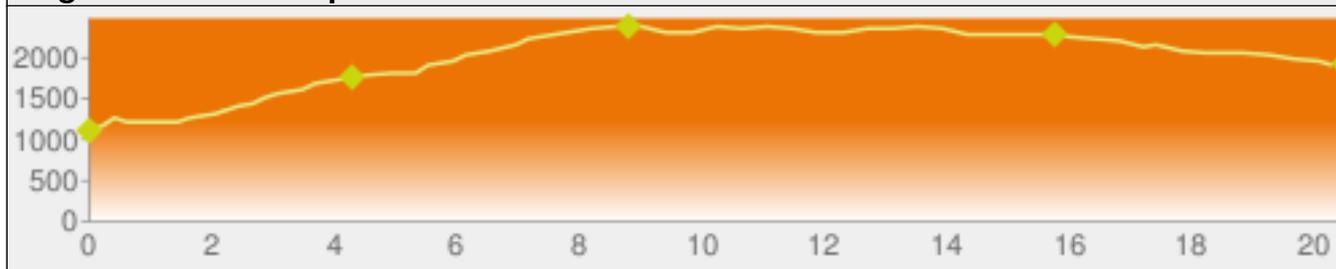
-  Familles / enfants
-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir

**Jour 5 Fieschertal » Riederalp - R95**

Difficulté 	Temps de marche 7h30	Distance 20.5 km	↑1432 m	↓621 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	---------	--------	----------------------------------

**Description**

Quitter Fieschertal par le nord. Monter par le refuge Burg en direction du lac Märjelesee, d'où l'on peut voir le glacier d'Aletsch pour la première fois. Une réserve naturelle unique en son genre, la forêt d'Aletschwald, est située sur sa moraine sud. Le sentier d'altitude passe par la brèche de Riederfurka et mène finalement à la station de Riederalp, destination de l'étape.

**Diagramme altimétrique**

**Descriptif détaillé**

Quitter Fieschertal en direction du nord et suivre la rivière du Wysswasser. À Unnerberg, le chemin se divise : il faut soit monter et passer par la corniche pour atteindre la cabane de Burg, soit emprunter le sentier forestier qui longe le cours d'eau du Glingulwasser. La première option permet d'avoir une vue sur le glacier de Fieschergletscher ; pour les randonneurs expérimentés, un chemin alpin longe le bord du glacier jusqu'à un chemin de montagne qui mène au Märjelewang. La seconde option offre seulement une vue sur le glacier de Alteschgletscher, mais c'est si impressionnant que ceux qui choisiront cette route n'auront aucune raison de se sentir déçus : elle longe le cours d'eau de Glingulwasser jusqu'au fond de la vallée. Un sentier de montagne passe à côté de rochers jusqu'au Märjelewang, où deux routes se rencontrent. Passer par le lac de Vordersee pour rejoindre le petit restaurant de montagne Zur Gletscherstube, puis continuer en direction du lac Märjelensee. D'ici, on a une première vue sur l'impressionnant glacier Grosse Aletschgletscher. Avec le massif de Jungfrau, qu'il est possible d'apercevoir à l'arrière-plan, et le Breithorn, site classé Patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 2001. Après avoir contourné la crête de l'Eggihorn et bifurqué sur les pentes du Bettmerhorn, on atteint bientôt Roti Chumma où il est possible de faire l'expérience des couches de glace du glacier : l'érosion des rochers donne une idée de la puissance que ce glacier avait lorsqu'il était plus important. Le sentier mène à Alte Stafel. Ici, pénétrer progressivement dans le bois de Aletschwald, un autre phénomène naturel unique : au milieu de mélèzes et de pins nouveaux, le sentier arrive à la Riederfurka. Une courte descente mène alors à Rieder, la fin de l'étape.

*(Schweizer Wanderwege)*

**Patrimoine naturel et culturel**

Patrimoine mondial de l'UNESCO, Jungfrau-Aletsch-Bietschhorn Le glacier Grosse Aletsch est le plus grand de la région alpine. À la plaine de Konkordiaplatz, où des profondeurs de 900 mètres de glace ont été mesurées, les trois glaciers se rejoignent au massif de Jungfrau. Le glacier s'appelle le Grosse Aletsch et s'étend sur 23 kilomètres, couvrant une surface d'environ 86km<sup>2</sup> et avançant à une vitesse de 180 mètres par an dans la direction de la vallée de Rhonet. Après des milliers d'années, le glacier créa un paysage unique autour de lui. Sous la pression de la glace, s'élevant à environ 27 milliards de tonnes, le glacier descend en direction de la vallée, creusant une tranchée encore plus profonde dans ce paysage alpin. Le glacier déplace également d'énormes quantités de blocs rocheux et d'éboulis devant lui, provoquant la formation de bosses et laissant des moraines derrière lui. Des processus écologiques intéressants se produisent avec une succession végétale et une dynamique forestière dans les régions avoisinantes les glaciers : en quelques décennies à peine, de la mousse et les premières plantes à graine telles que la saxifrage jaune des montagnes ou le linaira alpin poussent sur le terrain nouvellement gagné. Ensuite, elles sont rejointes par d'autres plantes herbacées puis, environ 25 ans après, les premiers arbres et arbustes font leur apparition.

Le 13 décembre 2001, la région de Jungfrau-Aletsch-Bietschhorn fut classée Patrimoine mondial de l'UNESCO.

*(Schweizer Wanderwege)*

**Commentaires des randonneurs**

» Clemens - 08/07/2015

Der Weg zur Hängebrücke biegt ca. 1 Stunde vor Riederfurka rechts ab. Und ist dann leider nicht mehr gut ausgeschildert. Laufft nicht rechts sondern links, bis der Hinweis kommt "Hängebrücke". Achtung: Der Arletschwald ist ziemlich trocken. Man kommt an einen kleinen Bach vorbei, dessen Wasser nicht unbedingt gut ist. Ansonsten gibt's neben der Hängebrücke Wasser. Empfehlung: Am Brunnen bei der Gletscherstube 2 Liter Wasser fassen.

\* \* \*

*Le chemin vers le pont suspendu fléchit environ 1 heure avant Riederfurka droite. Et est alors plus clairement balisé. Ne courez pas le droit, mais la gauche jusqu'à ce que la note est "suspendu pont". Attention: Le Arletschwald est assez sec. Vous passez un petit ruisseau dont l'eau est pas nécessairement bon. Sinon, il ya à côté de l'eau de pont suspendu. Recommandation: A la fontaine dans les Gletscherstube 2 litres d'eau prise.* [Google]

» Elisabeth - 05/12/2014

Le sentier qui suit la moraine du Fieschergletscher au départ de Burghütte est vraiment vertigineux : ce serait bien de le mentionner dans le topo de l'étape.

» SPYD - 23/09/2012

Comme pour l'étape R94, les dénvelés fournis ne sont pas corrects. En démarrant de Burghütte et nous arrêtant à Riederfurka nous avons + 900m et - 600m Accueil très sympa à Riederfurka (et qui évite de descendre sur Riederalp)

» Daniel - 17/10/2010

When I was at the newly renovated and pleasant Märjela hut (4 dorms), there was a party of hunters, proudly showing their prey piled up near the entrance.

\* \* \*

*Quand j'étais à l'hôtel récemment rénové et agréable cabane Märjela (4 dortoirs), il y avait un groupe de chasseurs, montrant fièrement leurs proies entassés près de l'entrée.* [Google]

Point		Tronçon		
Nom	Services	Information	Balisage	
 Fieschertal 1112 m		D 4.3 km / 1h35		

#### Hébergements

##### **Hotel Alpenblick**

Adresse : Fabian & Martin Holzer  
 3984 Fieschertal  
 Tél. : +41 27 970 16 60 /

E-mail : [info@hotelalpenblick.ch](mailto:info@hotelalpenblick.ch)

Catégorie : E: auberge, pension, hôtel

Période d'ouverture : -

Prix de la demi-pension : 51-75 EUR

Prix de la nuitée : 31-50 EUR

Réductions et restauration :

-  Familles / enfants
-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir



Burghütte  
1752 m

D 4.6 km /  
2h35



Hébergements

**Burghütte**

Adresse : Hubert Volken  
Klettergarten Burghütte - 3984 Fiesch  
Tél. : +41 27 971 40 27 +41 27 971 11 82 /

E-mail : info@burghuette.ch

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juin - octobre

Prix de la demi-pension : 30-50 EUR

Prix de la nuitée : 15-30 EUR

Réductions et restauration :

Associations de montagne

Familles / enfants

Petit-déjeuner

Repas de midi

Repas du soir



Märjela  
2373 m



D 6.8 km /  
2h05



Hébergements

**Gletscherstube**

Adresse : Volken Hubert  
3984 Fiesch  
Tél. : +41 27 971 40 27 /

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juillet - octobre

Prix de la demi-pension : > 44 EUR

Réductions et restauration :

Petit-déjeuner

Repas du soir



Biel  
2269 m

D 4.8 km /  
1h15



Riederalp  
1926 m



D 4.8 km /  
1h15



**Jour 6 Riederalp » Mund - R96**

Difficulté	Temps de marche 7h35	Distance 20.1 km	749 m	1481 m	Qualité des données GPS : +++
------------	----------------------	------------------	-------	--------	----------------------------------

**Description**

Après une brève montée vers la brèche de Riederfurka, entamer la descente à travers la forêt d'Aletsch vers le lac Grünsee. Après la traversée du pont suspendu de 124m au-dessus de la Massa, remonter la pente jusqu'à l'hôtel Belalp. De là, un large sentier balcon conduit à Belalp puis à Nessel. De cette terrasse, descendre à travers bois

pour arriver à Mund, destination de l'étape, connue pour sa production de safran.

### Diagramme altimétrique



### Descriptif détaillé

Au départ du lotissement de vacances de Riederalp, rejoindre par une courte montée la brèche Riederfurka. Ici débute la descente à travers la forêt d'Aletsch, qui n'est plus exploitée depuis 1933 et est protégée. Le sentier de randonnée continue en terrain ouvert, longe le Grünsee, qui était autrefois un lac glaciaire et se transforme lentement en tourbière. La traversée de la Massa s'effectue par le pont suspendu d'une longueur de 124m construit en 2008. Grâce à ce pont, le sentier, qui empruntait autrefois un passage glaciaire et avait été en partie interrompu par le recul du glacier, est de nouveau praticable. Continuer dans un terrain ouvert où l'action de polissage du glacier est clairement visible sur les pierres et les roches. Remonter ensuite par un sentier étroit à flanc jusqu'à l'hôtel Belalp. Un large sentier conduit à la station haute de la télécabine reliant le hameau de Belalp au village de Blatten. De Belalp, on arrive rapidement à la bourgade de Bäll, où l'on se doit de visiter l'église de la Trinité. En quittant la bourgade alpine, traverser le torrent de Chelchebach. En dessous du Foggenhorn, traverser une vaste étendue de prairie pour atteindre le Nessjeri suone (ancien bisse – canal d'irrigation en Suisse), qui est approvisionné par le torrent de Chelchebach. Les Suonen sont d'étroits courts d'eau artificiels qui furent construits là avec des chenaux en bois – le long des faces rocheuses abruptes – et des tunnels. Le sentier rejoint rapidement l'alpe de Nessel, qui a su garder son style intact et est resté le même depuis 100 ans. Suivre la lisière du bois, puis pénétrer dans la forêt de Birgisch. Le sentier forestier traverse des prairies arborées et très vite descend au milieu des arbres touffus jusqu'à l'orée du bois, y croisant deux suones, avant d'arriver au hameau de Oberbirgisch. De là, longez le Grossa suone jusqu'à Mundchi. Après avoir traversé la rivière de Mund, suivre un autre suone de l'autre côté de la vallée menant au village de Mund. Mund est le seul endroit de Suisse où le safran est cultivé et récolté à des fins commerciales. En plus du safran, le village offre d'autres centres d'intérêt : le lieu de pèlerinage de Gstein et le hameau de Warbflie.  
(Schweizer Wanderwege)

### Patrimoine naturel et culturel

**Safran von Mund** Le village de Mund se trouve sur les versants ensoleillés du Lötschberg à 1 200m d'altitude. Il apparaît dans des annales du 13ème siècle sous le nom latin de Mons, qui signifie montagne. Au-dessus de Mund se trouve un immense bloc menaçant, le Mundstei. On dit que le diable aurait un jour voulu pousser ce roc sur le village car les villageois commençaient à construire une nouvelle église. Pour le décourager de commettre cet acte diabolique, les habitants de Mund y placèrent une croix.

Pendant longtemps les habitants de Mund durent se rendre à pieds dans la vallée, jusqu'à ce que le premier télécabine ne soit construit. Après l'ouverture de la première route, la circulation s'ajusta en fonction.

Aujourd'hui, Mund est connu en Suisse pour sa production de safran. Le safran, épice apprécié pour le riz, a été introduit en Espagne par les arabes. Plus tard, la culture du safran se répandit dans le sud de la France et monta, probablement grâce aux mercenaires, le long du Rhône, jusqu'à Mund. Il était cultivé dans des champs de seigle. Durant les deux guerres mondiales, les habitants de Mund cherchèrent du travail dans les environs et la culture du safran cessa pratiquement. Le 4 mai 1979, la guilde du safran fut fondée dans la salle des réunions citoyennes de Mund pour empêcher le déclin de cette activité. Près de 9 000 bulbes furent importés du Cachemire. Au début, il était possible de récolter 200 grammes de safran par an après la floraison, qui a lieu entre la mi-octobre et le début novembre. Aujourd'hui, la récolte oscille entre 2 et 4 kilogrammes.  
(Schweizer Wanderwege)

### Commentaires des randonneurs

» *auf-guten-wegen* - 18/08/2015

Achtung: Das Restaurant Salwald (mit Schlafsaal) liegt nicht im Zentrum von Mund, sondern auf rund 1600 m.ü.M.! Zu Fuss wären das nochmals 1.5 Stunden Aufstieg - wir wurden aber freundlicherweise mit dem Auto im Dorf abgeholt. Die Halbpension beinhaltet ein sehr gutes Menü mit Safranspezialitäten.

\* \* \*

*Attention: Le restaurant Salwald (avec dortoir) est pas dans le centre de la bouche, mais à environ 1.600 mètres au*

dessus du niveau de la mer! Distance de marche de l'serait à nouveau 1,5 heures ascension - mais nous avons été aimablement ramassé en voiture dans le village. Demi-pension comprend un très bon menu avec des spécialités de safran. [Google]

» Elisabeth - 05/12/2014

Il serait bon de préciser si le temps de marche comprend la remontée à pied ou en téléphérique de Blatten à Bäll. Dans le doute, je ne suis pas allée jusqu'à Riederalp, mais je suis passée par le pont suspendu, très spectaculaire, pour me rendre directement à Belalp.

» Simon - 07/08/2013

Super Unterkunft im "B&B Eyholzer": Man hat mich ins Nachbardorf zum Dinner gefahren und wieder abgeholt. Gute Gastgeber und sehr fairer Preis (keyholzer48@bluewin.ch)

\* \* \*

Great place to stay in "B & B Eyholzer" Vous me conduisait au village voisin pour le dîner et a repris. Bons hôtes et le prix très raisonnable (keyholzer48@bluewin.ch) [Google]

» SPYD - 23/09/2012

Attention, le temps du topo est donné avec l'option téléphérique Blatten-Belalp. L'option par le pont suspendu sur semble intéressante (mais là pas de téléphérique...) Le dénivelé fourni est "pessimiste"... Nous confirmons que les Eyholzer sont très gentils et accueillants. Nous avons fait les courses dans le magasin du village et ils nous ont permis de "pique niquer" dans leur cuisine.

» Jean-Louis GIRAUD - 04/03/2012

A Mund, la seule possibilité d'hébergement est le "B and B" .." Zimmer mit Frühstück " chez EYHOLZER Klaus und Viktorin .Leur chalet est situé au niveau de l'Eglise, au dessous de la route. Les hotes sont très agréables. Le soir de mon arrivée, Klaus m'a conduit à un restaurant à 2/3 kms au dessous du village... tel +41 (0)79 321 30 74 Le départ pour l'étape suivante R97 s'effectue d'abord en traversant ce vieux village Valaisan. Le balisage est présent des le premier croisement de ruelles.

» Martin Schreiber - 25/01/2011

According to a restaurant in Mund, the "Massenlager Mund" is closed on Monday. I spent the night at a really nice B&B in the center of Mund close to the church: Eyholzer Klaus 079/3213074 ca. 40 CHF There's also a supermarket in the village.

\* \* \*

Selon un restaurant à Mund, le "Massenlager Mund" est fermé le lundi. J'ai passé la nuit dans un B & B très agréable dans le centre de Mund près de l'église: Eyholzer Klaus 079/3213074 ca. 40 CHF Il ya aussi un supermarché dans le village. [Google]

» Daniel - 17/10/2010

You can easily skip ugly Blatten. Its hotels are expensive. Instead go from Riederalp directly to Belalp, passing the miraculous 124m hanging bridge across the Aletsch-river.

\* \* \*

Vous pouvez facilement sauter laid Blatten. Ses hôtels sont chers. Au lieu de Riederalp aller directement à Belalp, en passant le pont de 124m miraculeux accroché dans la région d'Aletsch-fleuve. [Google]

» Daniel - 17/10/2010

The only hotel at Mund closed down. But don't worry: below the church there is a sign saying 'Zimmer' and you will be welcomed by a friendly couple. CHF 50. 46.3154,7.9428

\* \* \*

Le seul hôtel à Mund fermé. Mais ne vous inquiétez pas: en dessous de l'église il ya une pancarte disant «Zimmer» et vous serez accueilli par un couple sympathique. CHF 50. 46.3154,7.9428 [Google]

Point		Tronçon		
Nom	Services	Information	Balisage	
 Riederalp 1926 m	 	D 8 km / 3h50		
 Hotel Belalp 2133 m		B 1.9 km / 0h30		
<b>Hébergements</b>				
<b>Hotel Belalp</b>				
<u>Adresse :</u> Aletschbord 20 - 3914 Belalp Tél. : +41 27 924 24 22 /				
E-mail : <a href="mailto:info@hotel-belalp.ch">info@hotel-belalp.ch</a>				
Longitude : 7.99127 / Latitude : 46.38068				
<u>Catégorie :</u> E: auberge, pension, hôtel				
<u>Période d'ouverture :</u> juin - octobre				
<u>Prix de la demi-pension :</u> > 75 EUR				
<u>Prix de la nuitée :</u> > 50 EUR				
<u>Réductions et restauration :</u>				
 Petit-déjeuner				
 Repas de midi				
 Repas du soir				
 Belalp 2099 m		B 1 km / 0h15		
<b>Hébergements</b>				
<b>Hotel Aletschhorn</b>				
<u>Adresse :</u> Hotel Aletschhorn - Tél. : +41 27 923 29 80 /				
E-mail : <a href="mailto:info@aletschhorn.ch">info@aletschhorn.ch</a>				
<u>Catégorie :</u> E: auberge, pension, hôtel				
<u>Période d'ouverture :</u> -				
<u>Prix de la nuitée :</u> 31-50 EUR				
<u>Réductions et restauration :</u>				
 Petit-déjeuner				
 Repas de midi				
 Repas du soir				
 Bäll 2004 m		D 3.3 km / 1h00		
 Nessel 2001 m		D 5.9 km / 2h00		
 Mund 1193 m	  	D 5.9 km / 2h00		
<b>Hébergements</b>				

**Massenlager Salwald Mund**

Adresse : Heinzmann Dominique  
 3903 Mund  
 Tél. : +41 27 923 08 12 /

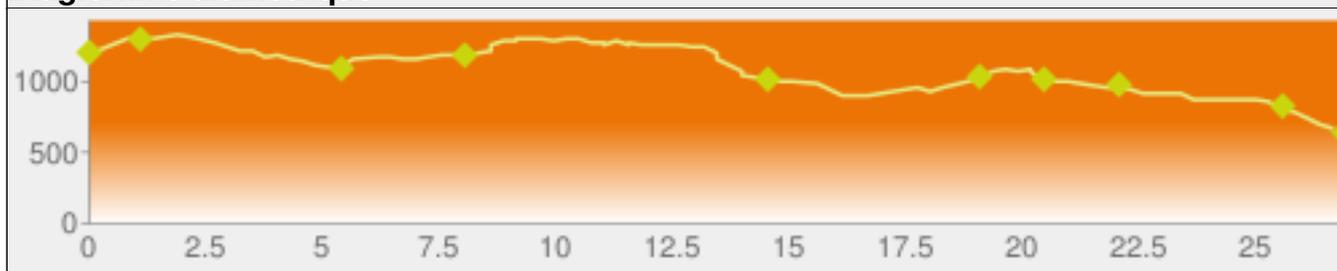
Catégorie : C: gîte d'étape, refuge de bord de route  
 Période d'ouverture : -  
 Réductions et restauration :

**Jour 7 Mund » Gampel / Steg - R97**

Difficulté 	Temps de marche 9h55	Distance 26.9 km	▲645 m	▼1200 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	--------	---------	-------------------------------

**Description**

Depuis Mund, descendre dans la vallée en direction d'eggerberg. De là, monter sur une courte distance pour suivre la bisse de Gorperi (canal ouvert). A sa source dans le Baltschiedertal, suivre la bisse de Niwärch jusqu'à Niwärch. A Ausserberg, le sentier balcon longe la voie ferrée du Lötschberg, passe par Hochtenn et mène à Gampel/Steg, destination de l'étape.

**Diagramme altimétrique**

**Descriptif détaillé**

Quitter Mund en prenant vers l'ouest. Passer Färchu, un hameau avec une petite chapelle, et continuer sur le chemin de ferme jusqu'à Ober Birch. Juste avant se trouve un des nombreux jardins de plantes médicinales et aromatiques qui bordent le chemin de cette étape. Ici, quitter les prairies et les pâturages et descendre à travers bois pour arriver au hameau de Brand, puis à celui de Eggen. Le sentier longe le Gorperi suone (un bisse historique) pour pénétrer dans la vallée de Baltschiedertal, où se trouvent de nombreux suones. De l'autre côté de la vallée, suivre le Niwärch suone, le précipice vertigineux incite à une prudence particulière et inspire également le respect et l'admiration face à la structure audacieuse du suone. Pour ceux qui souffrent de vertige, une lampe torche est nécessaire car l'itinéraire bis représente une marche d'1,6km dans un long tunnel non éclairé qui dure environ 20 minutes. Après avoir franchis le vertigineux précipice ou le tunnel, continuer l'ascension bien au-dessus de la vallée en suivant les sinuosités du Niwärch suone dans la direction de Niwärch, d'où commence la descente vers Ausserberg. D'ici, la route continue sur le chemin des crêtes en suivant la partie sud de l'itinéraire du tramway de Lötschbergbahn. Ce chemin de randonnée est très populaire car il passe à côté de torrents qui coulent le long des flancs de la vallée et d'imposants viaducs du tramway de Lötschbergbahn, qui sont des monuments de l'histoire du chemin de fer. Mais les nombreuses et extraordinaires graminées de steppe et autres plantes qui profitent des conditions climatiques sèches attirent les randonneurs dans cet environnement ensoleillé unique qu'offre la vallée du Rhône. Puis, de la gare de Hochtenn, descendre au village de Hochtenn et ensuite à Gampel/Steg, qui se niche dans la vallée du Rhône.

*(Schweizer Wanderwege)*

**Patrimoine naturel et culturel**

Voies à eau de « Suone »

Il y a 1 000 ans déjà, les habitants de la région de Wallis faisaient détourner l'eau de montagne à l'aide d'étroits canaux en bois, appelés les voies de « Suone », et la dirigeait vers leurs terres arables. Les habitants de la région de Wallis ont toujours soufferts de la sécheresse. En pente raide, de nombreuses voies sont stabilisées avec des rives plantées. Sur les murs rocheux, de gros crochets en bois étaient fixés dans la pierre, sur lesquels étaient ensuite

placés des « chaînes », des canaux creusés dans des troncs. Ce travail était très dangereux et beaucoup de jeunes hommes y laissèrent la vie. La précieuse eau devait être rationnée et distribuée exactement selon les besoins de chacun, ce qui était ensuite inscrit sur des documents officiels. De tels documents remontent au 14<sup>ème</sup> siècle, quand un système d'encoches était utilisé, qui étaient taillées dans des morceaux de bois, appelés « Tasseln ». La durée d'irrigation d'une ration d'eau était de 2 à 3 semaines. Aujourd'hui, l'eau d'irrigation des prairies dans la région de Wallis est encore une ressource de grande valeur, mais les habitants ont trouvé les moyens pour la capter et la canaliser de manière sûre. De nombreuses voies d'eau de « Suone » passent maintenant par des tuyaux et même des tunnels, comme le Niwärch Suone d'Ausserberg qui, dans les endroits particulièrement exposés, passe par un tunnel de 1 680 mètres de long. De plus en plus, l'eau est à présent acheminée par un réseau d'irrigation par aspersion.

(Schweizer Wanderwege)

## Commentaires des randonneurs

» Clemens - 08/07/2015

Zum Kommentar von Elisabeht: Das ist wahr. Quert man den Bach und denkt jetzt geht es wieder links herum, muss man aber rechts laufen ins Tal hinein für ca. 5-10 Minuten. Man sieht einen tollen Wasserfall, und kommt zu Hütten und einer weiteren Brücke. Man geht aber nun links hoch zu den linken Hütten und trifft auf die Niwärch-Suone

\* \* \*

*Pour commenter Elisabeht: Cela est vrai. Vous traverser le ruisseau et pense maintenant il va à gauche à nouveau autour, mais vous avez à courir à droite dans la vallée pendant environ 5-10 minutes. Nous voyons une grande chute d'eau, et en vient à huttes et un autre pont. Cependant, il est maintenant laissé à la gauche et frappe les huttes Niwärch-Bisse* [Google]

» Clemens - 08/07/2015

Achtung: Der Weg ist aus Ausserberg hinaus am Bahnhof schlecht ausgeschildert. Man läuft schnell Richtung St. German also nach unten, man muss aber rechts bei den Bahngleisen hoch.

\* \* \*

*Attention: La route est de plus Ausserberg à la station mal balisé. Un court rapidement vers St. German si bas, mais vous devez tourner à droite jusqu'à à la voie ferrée.* [Google]

» Elisabeth - 05/12/2014

Hélas, au fond de Blatschiederatal, il n'y a aucune indication pour le bisse Niwärch ! J'ai suivi le bisse Undra qui est aussi un bisse historique.

» Martine - 01/09/2014

Steg/Gampel - Il semblerait que le seul hébergement possible soit l'hôtel du Pont et il n'y a personne sur place. Porte fermée et un numéro de téléphone à appeler.

» SPYD - 23/09/2012

Dénivelé erroné... Nous avons eu +510m et -1010m ! Les suonon valent vraiment le détour. Plutôt que d'aller jusqu'à Naturbrücke, nous avons coupé par le pont de chemin de fer. Après Bräggi, nous avons suivi l'indication du pont suspendu, très jolie descente dans la gorge et nous avons continué jusqu'à Hohen par Lüggiu. A Steg, très bon accueil à l'hôtel du Pont (+41279321129 - info@hotel-dupont.ch)

» Daniel - 17/10/2010

The 1.5km long watertunnel with footpath cuts off a very fantastic part of the route. Steep slopes along a at parts very narrow path along the Suonen (water-canals). Beautiful views. I saw some mountain-goats here. Imagine the amount of labor those 14th century mountain people had to do and the dangers they had to face, just to bring water to their village.

\* \* \*

*Le watertunnel 1,5 km de long avec des coupes hors sentier une partie très fantastique de la route. Les pentes abruptes le long d'un chemin dans des parties très étroite le long des bisses (canaux d'eau). Belles vues. J'ai vu des chèvres de montagne-là. Imaginez la quantité de travail ces gens 14<sup>ème</sup> siècle montagne avait à faire et les dangers auxquels ils ont dû faire face, juste pour apporter de l'eau au village.* [Google]

» Daniel - 17/10/2010

In Aussenberg near the train station there is a hotel with dormitories. In the center of town at Pension Lötschberg there are some rooms for CHF 65.

\* \* \*

*En Aussenberg près de la gare il ya un hôtel avec dortoirs. Dans le centre de la ville à la Pension du Lötschberg il ya des chambres pour CHF 65.* [Google]

» Daniel - 17/10/2010

In Gampel the Hotel Garni du Rhone (CHF 68) has a very friendly warden who even knew about the Via Alpina!

\* \* \*

*En Gampel l'Hôtel Garni-du-Rhône (CHF 68) présente un très sympathique gardien qui connaissait même la Via Alpina!* [Google]

Point		Tronçon		
Nom	Services	Information	Balisage	
 Mund 1193 m		D 1 km / 0h20		
<b>Hébergements</b>				
<b>Massenlager Salwald Mund</b> <u>Adresse</u> : Heinzmann Dominique 3903 Mund Tél. : +41 27 923 08 12 /  <u>Catégorie</u> : C: gîte d'étape, refuge de bord de route <u>Période d'ouverture</u> : - <u>Réductions et restauration</u> :				
 Färchu 1301 m		D 4.3 km / 1h25		
 Eggerberg 1090 m	 	D 2.9 km / 1h30		
<b>Hébergements</b>				
<b>Hotel Bergsonne</b> <u>Adresse</u> : 3939 Eggerberg Tél. : +41 27 946 12 73 +41 27 946 10 86 / info@hotel-bergsonne.ch  <u>Catégorie</u> : E: auberge, pension, hôtel <u>Période d'ouverture</u> : - <u>Prix de la demi-pension</u> : 30-50 EUR <u>Prix de la nuitée</u> : 15-30 EUR <u>Réductions et restauration</u> :  Petit-déjeuner  Repas de midi				

 Repas du soir

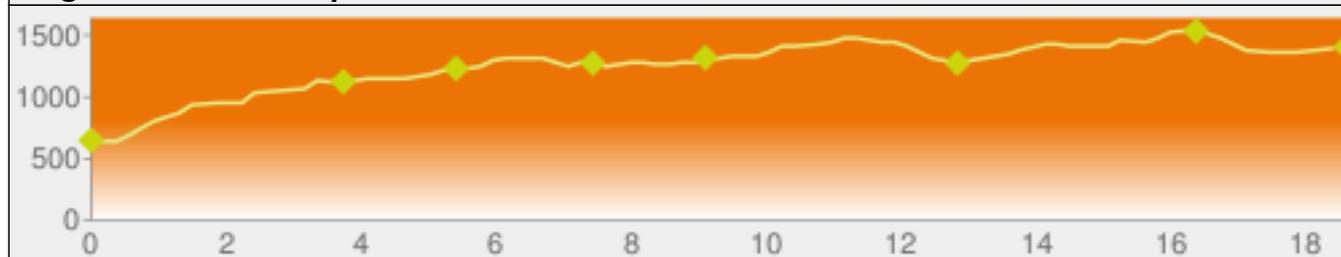
	Baltschiedertal 1189 m		D 6.3 km / 1h50	
	Ausserberg 1015 m	 	D 4.7 km / 1h50	
	Bietschtal/Naturbrücke 1028 m		D 1.3 km / 0h30	
	Rarnerchumma 1010 m		D 1.5 km / 0h35	
	Bräggi 985 m		D 3.5 km / 1h25	
	Hohtenn 832 m		D 1.4 km / 0h30	
	Gampel / Steg 640 m	  	D 1.4 km / 0h30	

**Jour 8 Gampel / Steg » Leukerbad - R98**

Difficulté 	Temps de marche 7h10	Distance 18.6 km	 1281 m	 526 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	--	---	----------------------------------

**Description**

Depuis Gampel/Steg, situé en fond de vallée du Rhône, monter à Bratsch. Continuer à la même altitude pour atteindre les villages d'Erschmatt, Feschel, Guttet et d'Albinen. Les "échelles d'Albinen" mènent à Leukerbad, destination de l'étape, dont les nombreux thermes invitent à la relaxation.

**Diagramme altimétrique**

**Descriptif détaillé**

Quitter Gampel/Steg en direction du nord pour se rendre rapidement dans la partie nord de la vallée du Rhône. Juste après, le sentier passe à côté d'une chapelle, puis monte à travers bois et des rochers jusqu'à Bratsch. De là, le sentier est plat jusqu'à Erschmatt, un village où l'on trouve beaucoup de maisons de vacances. Derrière la frontière administrative à l'est, prendre les pistes pentues du flanc de la vallée pour rejoindre Feschel. Un chemin traversant des prairies et des pâturages mène au prochain village avec ses maisons de vacances caractéristiques. Depuis Guttet, traverser les bois pour atteindre Albinen. Le village d'Albinen a été classé dans l'inventaire fédéral des sites

d'importance nationale. Ce village aux maisons agglutinées est charmant, son emplacement sur une pente raide au-dessus du ravin de Dala est impressionnant. Au milieu de ces habitations étroitement massées se dresse l'église de forme ovale. Elle se distingue par ses superbes vitraux et ses splendides fresques. De retour sur le chemin de ferme, avancer dans la vallée de Dalatal. Depuis le chemin de ferme, il est possible d'apercevoir le hameau de Dorbu avec sa petite chapelle. D'ici, on est plus très loin des échelles d'Albinen. Une face rocheuse d'environ 100m de hauteur est franchissable grâce à huit échelles. Autrefois, c'était le moyen le plus rapide de rallier Leukerbad depuis Albinen. De nos jours, ce passage a été intégré au réseau d'itinéraires de randonnées – mais il n'est praticable que par ceux qui ne souffrent pas de vertige. Si vous êtes sujet au vertige, prenez plutôt la voiture postale de Flaschen à Leukerbad. Après les échelles, traverser les bois jusqu'à Leukerbad, qui se situe sous l'imposant talus de Gemmi. À Leukerbad, il est recommandé de visiter un des bains d'eau thermale à 51 °Celsius. Ceci n'est qu'un des nombreux plaisirs qu'offre Leukerbad pour délasser les pieds fatigués des randonneurs.

(Schweizer Wanderwege)

## Patrimoine naturel et culturel

Leukerbad

Le plus ancien document mentionnant Leukerbad remonte à l'an 1315. Toutefois, de nombreuses découvertes historiques comme les tombes à ciste, les céramiques et les pièces de monnaie indiquent que Leukerbad était déjà peuplé à l'époque romaine. Au 15ème et 16ème siècle, Leukerbad connut pour la première un âge d'or en tant que station thermale. En hiver 1518, une énorme avalanche s'abattit sur le village sans protection depuis les versants est, détruisant toutes les habitations jusqu'à l'église et tuant 61 personnes. Après quelques décennies sans mouvement d'avalanche, Leukerbad fut de nouveau frappé par des catastrophes similaires aux 16ème et au 17ème siècles. En 1829, plusieurs barrières furent placées au-dessus du village, sur le pic Torrenthorn. Depuis, le village et ses thermes n'ont plus été détruits. Ces développements permirent une relance économique. À partir de 1896, de grands hôtels furent construits et la gestion des thermes fut assurée par la bourgeoisie de Leukerbad, même si elle connut une banqueroute en 2000. En 1915, Leukerbad fut relié par le train à la gare Susten/Leuk SBB dans la vallée de Rhonetal, mais cette liaison fut abandonnée le 27 mai 1967 au profit du transport routier.

L'eau, qui jaillit d'une vingtaine de sources à une température de 48-51 °C, totalise environ trois millions de litres par jour. Avant de faire surface, elle se charge en divers minéraux. En raison de sa forte teneur en calcium et en ions sulfate, cette eau aurait des propriétés curatives spéciales. Le centre thermal, avec ses grandes piscines couvertes et découvertes et ses Jacuzzis est une attraction majeure. À peine 14 mois après son inauguration, le centre accueillait déjà son 500 000ème visiteur ! Aujourd'hui, les nombreux bains thermaux couverts et découverts de Leukerbad et son infrastructure améliorée savent combler toutes les attentes.

(Schweizer Wanderwege)

## Commentaires des randonneurs

» *auf-guten-wegen* - 18/08/2015

Hinweis zu den Albinenleitern: Wenn man von Gampel her kommt, steigt man über die Leitern ab. Ein spannendes Erlebnis! Die Gegenrichtung wäre etwas einfacher.

\* \* \*

*Remarque à Albinenleitern: Si vous venez de Gampel il ya, vous descendez sur les échelles. Une expérience passionnante! Le sens inverse serait un peu plus facile.* [Google]

» *Clemens* - 08/07/2015

Die Bahnfahrt kostet gerade mal 10,- CHF bzw. 5,-CHF für Halbtaxler. Der Weg nach Bratsch ist eigentlich nur Schinderei, da ohne Schatten und trocken. Bei dieser Etappe wird man noch genug gefordert, denn sie ist lang und geht hoch und runter, oder man läuft die Strassen. Empfehlung: Unterkunft in Flachen nehmen, ist besser (Mo/Die Ruhetag). Zu den Leitern: Mansche Sprossen drehen sich oder man zieht sie leicht raus, also aufpassen. Ich war froh, dass ich konzentriert am Morgen war und nicht noch am Abend da runter bin. Aber machte Spass.

\* \* \*

*Les coûts RIDE juste à 10, - CHF ou 5, -CHF pour Halbtaxler. La Voie Bratsch est effectivement il suffit de glisser parce que sans l'ombre et au sec. A ce stade, vous serez invité suffisant, car il est long et monte et descend, ou vous marchez dans les rues. Recommandation: prendre un hébergement en eau peu profonde, est mieux (Mo / Le jour de repos). Parmi les leaders: choux Mausche tournent ou les tirer facilement, alors attention. Je suis content que je me concentrais le matin et je ne suis même pas dans la soirée là-bas. Mais était amusant.* [Google]

» Elisabeth - 05/12/2014

Les échelles d'Albinen sont de vieilles échelles en bois : il est déconseillé d'y passer par temps de pluie.

» Martine - 01/09/2014

Hotel Weisses Rössli à Leukerbad centre village tel +41 (0)27 570 33 77 et info@roessli-leukerbad.ch Prix 44 chf chambre 1 personne avec magnifique petit dej inclus. Très bon accueil comme pour SPYD en 2012

» SPYD - 23/09/2012

Petit coup de fatigue, nous avons pris le téléphérique Gampel-Jeixinen, et avons rejoint la via un peu après Erschmatt. Après Albinen (très joli village) nous avons pris le sentier parallèle et au dessus de la route jusqu'à Flaschen. Les échelles sont à faire ! Très bon accueil à l'hotel Weisses Roskli (+41274703377) en plein centre de Leukerbad.

Point		Tronçon		
	Nom	Services	Information	Balisage
	Gampel / Steg 640 m	   	3.7 km / 1h45	
	Bratsch 1107 m		D 1.7 km / 0h35	
	Erschmatt 1230 m	  	D 2 km / 0h45	
	Feschel 1286 m	 	D 1.8 km / 0h30	
<b>Hébergements</b>				
<b>Sonnenberg</b>				
<u>Adresse :</u>				
Tél. : +41 27 473 35 15 /				
<u>Catégorie :</u> E: auberge, pension, hôtel				
<u>Période d'ouverture :</u> -				
<u>Réductions et restauration :</u>				
	Guttet 1317 m	 	D 3.7 km / 1h25	
	Albinen 1278 m	  	E 3.4 km / 1h15	
	Flaschen 1540 m	 	D 2.3 km / 0h55	

**Hébergements**
**Hotel Restaurant Flaschen**
Adresse : Briand René

3955 Albinen

Tél. : +41 27 470 17 55 /

E-mail : info@restaurant-flaschen.ch

Catégorie : E: auberge, pension, hôtel

Période d'ouverture : -

Prix de la demi-pension : 51-75 EUR

Prix de la nuitée : 31-50 EUR

Réductions et restauration :

- ✓ Familles / enfants
- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir


 Leukerbad  
 1402 m

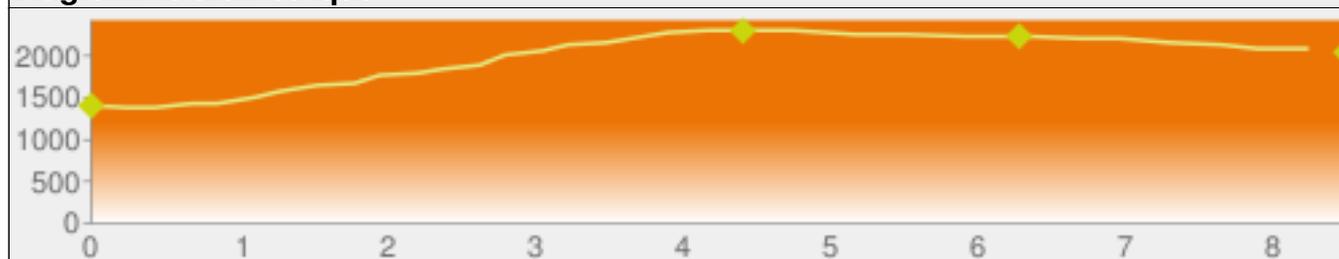
 D 2.3 km /   
 0h55

**Jour 9 Leukerbad » Schwarnbach - R99**

Difficulté 	Temps de marche 3h40	Distance 8.5 km	 934 m	 284 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	-----------------	---	---	----------------------------------

**Description**

Quitter Leukerbad vers le nord et prendre la montée raide vers le col de Gemmi. Possibilité de prendre une télécabine. Continuer sur la rive droite du lac Daubensee pour arriver à Schwarnbach, destination de l'étape.

**Diagramme altimétrique**

**Descriptif détaillé**

En admirant le paysage depuis la station thermale de Leukerbad, on pourrait se demander où peut bien mener le sentier de montagne en voyant les contreforts rocheux verticaux de la Gemmi. Mais ces doutes disparaissent rapidement car le sentier est très bien construit. Il est certes pentu et éprouvant, mais en arrivant au col de la Gemmi on est récompensé par une vue splendide sur les sommets du Valais. Toutefois, pour ceux qui ne voudraient toujours pas prendre le sentier de Gemmiweg, il y a aussi un téléphérique.

Le col de la Gemmi est un ancien col de passage historique entre les cantons de Berne et du Valais et relie les villes de Kandersteg et de Leukerbad. L'été, cette randonnée est une des randonnées traditionnelles en Suisse. Depuis le col de la Gemmi, suivre tranquillement la piste jusqu'aux rives du lac de Daubensee. Au bout du lac, la piste devient un large chemin de montagne et traverse un vallon rocheux pour arriver à l'auberge de Schwarnbach, la fin de l'étape.

(Schweizer Wanderwege)

### Patrimoine naturel et culturel

Col de Gemmi Le nom de Gemmi est apparu pour la première fois sur une carte suisse en 1495. « Gemmi » vient du latin « gemitus », qui veut dire soupirer ou gémir, ce que pourrait bien avoir envie de faire le randonneur en voyant cette face rocheuse abrupte. Le col de Gemmi (2 314m), situé entre le Daubenhorn et les pics Plattenhörnern, est depuis des siècles un passage bien connu entre Leukerbad et Kandersteg. Il forme également la ligne de partage des eaux entre le Rhône et le Rhin, mais pas la frontière politique entre les cantons de Berne et de Wallis. Le lac Daubensee, alimenté par un large cours d'eau de la région de Lämmeren, n'a pas d'effluent visible. L'eau disparaît dans des fissures dans la roche calcaire et alimente une importante source au-dessus de Salgesch. Le canton de Wallis, et donc la commune de Leukerbad, s'allonge loin au nord. La région de Gemmi est devenue une destination d'excursion appréciée. En été, les sentiers de randonnée pour Kandersteg et Adelboden sont ouverts et peuvent être rejoints par télécabine et par télésiège.

(Schweizer Wanderwege)

### Commentaires des randonneurs

» *Clemens - 08/07/2015*

Läuft man an der Talstation vorbei, sollte man spätestens für genug Wasser gesorgt haben. Es gibt bei ca. 1900 hm einen kleinen Rinnsal mit trinkbarem Wasser, aber es ist ein Risiko zu dem zu gelangen. Wer noch genug Power hat, läuft links um den Daubensee und nimmt den direkten Weg nach Adelboden, doch es geht hier nochmal 500 hm hoch und man muss ein einsames Tal queren. Auf der Engstlistenalp kann man gut unterkommen.

\* \* \*

*Si vous passez devant la station de la vallée, vous devez avoir effectué au moins pour assez d'eau. Il ya environ 1 900 hm un petit ruisseau à l'eau potable, mais il est un risque pour la portée. Qui a encore assez de puissance à gauche pour exécuter le Daubensee et prend le chemin le plus direct à Adelboden, mais il va ici encore 500 hm élevé et vous avez une traversée de la vallée solitaire. Sur le Engstlistenalp peut bien venir.* [Google]

» *SPYD - 23/09/2012*

Dénivelé fourni un peu pessimiste, nous avons +960m et -310m. La montée se fait très bien. Nous avons révé sur la plus grande via ferrata de Suisse (8h de parcours...). Le gîte est très agréable. Petite surprise car à table on paye l'eau...

» *Mountain Girl - 27/10/2011*

Nice lodging at Schwarenbach. Check out the TRUE story of the amazing athlete-cat, "Tomba der Gipfelstuermer" who lived there some years ago and accompanied climbers on their treks to 3000m peaks!

\* \* \*

*Beau gîte à Schwarenbach. Découvrez la véritable histoire de l'incroyable athlète-cat », gipfelstuermer Tomba der" qui a vécu il ya quelques années et accompagné grimpeurs sur leurs randonnées vers sommets de 3000m!*

[Google]

Point		Tronçon		
Nom	Services	Information	Balisage	
 Leukerbad 1402 m		D 4.4 km / 2h30		
 Gemmipass 2314 m		B 1.9 km / 0h40		
<b>Hébergements</b>				
<b>Berghotel Wildstrubel</b>				
Adresse : Claudia und Bernhard Rupf				

3954 Leukerbad

Tél. : +41 27 470 12 01 /

E-mail : info@gemmi.ch

Catégorie : E: auberge, pension, hôtel

Période d'ouverture : janvier - décembre

Prix de la demi-pension : 51-75 EUR

Prix de la nuitée : 31-50 EUR

Réductions et restauration :

-  Groupes
-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir



Daubensee

2229 m

B 2.2 km /



0h30



Schwarenbach

2039 m



B 2.2 km /



0h30

#### Hébergements

##### **Berghotel Schwarenbach**

Adresse : Peter Stoller-Wehrli

3718 Kandersteg

Tél. : +41 33 675 12 72 /

E-mail : info@schwarenbach.ch

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juin - octobre

Prix de la demi-pension : 51-75 EUR

Prix de la nuitée : 15-30 EUR

Réductions et restauration :

-  Familles / enfants
-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir

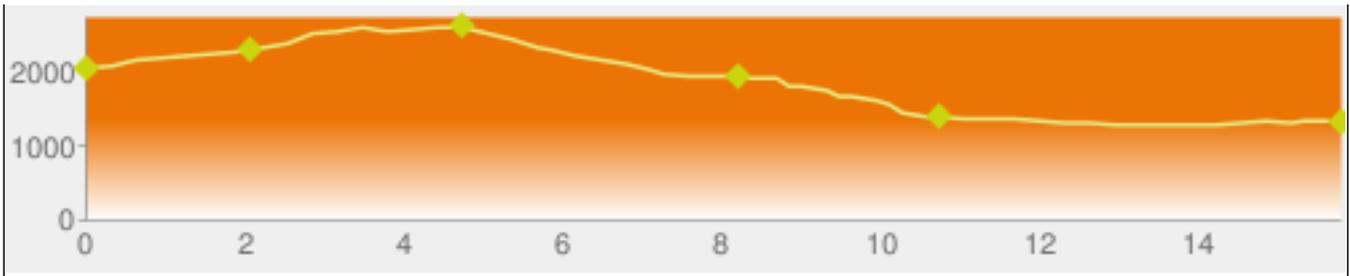
#### Jour 10 Schwarenbach » Adelboden - R100

Difficulté 	Temps de marche 6h10	Distance 15.8 km	 680 m	 1379 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	---	--	----------------------------------

#### Description

Quitter Schwarenbach vers le sud-ouest. Suivre la base du pic Felsenhorn et monter par le ravin de Rote Chumme jusqu'au col de Chindbetti. Descente à vue sur la destination intermédiaire du plateau d'Engstligen. Continuer par les cascades d'Engstligen jusqu'à Adelboden, destination de l'étape située en fond de vallée.

#### Diagramme altimétrique



### Descriptif détaillé

Depuis l'auberge de Schwarenbach, avancer vers le sud, sous les versants est du Felsenhorn, sur une légère déclivité pendant à peu près 1,5 km. Tourner ensuite dans le couloir de la Rote Chumme et grimper jusqu'à l'arête entre la Rote Totz et le Felsenhorn. Continuer sur le sentier de montagne, franchir les hauteurs et les rochers sur une petite pente jusqu'au bord du glacier du Tälligletscher, qui est recouvert d'une épaisse couche d'éboulis. Monter à un rythme tranquille, passer par Engstligengrat jusqu'au col de Chindbetti. D'ici, descendre au lac de Tossenseeli, environ 300m plus bas, afin d'atteindre le bord d'un impressionnant plateau qui domine des pâturages alpins aux pentes abruptes. Continuer la traversée des pâturages de l'alpe d'Engstligen pour atteindre les maisons de montagne. Ceux qui préféreront descendre à pieds plutôt que de choisir la facilité en prenant le téléphérique seront récompensés par un spectacle naturel unique : la cascade d'Engstligen. Au niveau des pensions, prendre vers la gauche. Après avoir traversé la rivière Engstlige, on arrive directement via la vallée de Chumi aux chutes d'Obere Engstligen. Une passerelle solide permet une traversée sans danger pendant laquelle on peut sentir la brume de la cascade rugissante. La chute de 600 mètres de la cascade d'Engstligen dans la vallée est un spectacle naturel à couper le souffle. Ces chutes, les deuxièmes plus hautes de Suisse, sont un site protégé depuis 1948. Une fois à la gare du téléphérique, le chemin longe le ruisseau de l'Engstligebach passant vers des habitations dispersées autour d'Adelboden avec ses chalets de vacances si caractéristiques de l'Oberland bernois au centre du village. L'église, qui date de 1433, avec sa tour en pierre plus ancienne, a été bien préservée et fait étalage de ses superbes fresques ainsi que de ses vitraux.

*(Schweizer Wanderwege)*

### Patrimoine naturel et culturel

#### Adelboden

Le nom d'Adelboden est mentionné pour la première fois dans des documents en 1409 et semble indiquer qu'un noble y disposait de terres. Toutefois, une légende raconte que ce nom vient d'un berger qui, ayant perdu ses chèvres à Frutigen, ne les retrouva qu'après de longues recherches jusqu'au bout de la vallée dans une région recouverte de plantain des Alpes (« Adelgras »). N'étant à l'origine qu'un pâturage d'été, Adelboden fut peuplé de manière permanente par des familles de Frutigen à une époque relativement tardive. On les appelait les « gens des bois » à cause de la forêt dense du fond de vallée. Au 14ème siècle, Adelboden et Frutigen appartenaient aux seigneurs de Thun. Des difficultés financières les poussèrent à vendre leur propriété en l'an 1400 à Berne. Le tourisme apparut en 1873 et l'année 1901 vit l'arrivée des premiers touristes d'hiver. L'actuelle route de la vallée a été construite entre 1875 et 1884. L'intérieur de l'église St Anthony, construite en 1433, se compose de vitraux modernes d'Augusto Giacometti (1936) et, à l'entrée, d'une grande fresque murale (1471) représentant le Jugement dernier. En 1973, l'église fut restaurée et classée (protection fédérale).

*(Schweizer Wanderwege)*

### Commentaires des randonneurs

» *Alpinisten - 16/08/2015*

Wir haben in Adelboden im B&B bei Christian und Emilie Oester, Stigelschwandstrasse 60, Tel. 033 673 26 46 oder Natel 078 746 16 02 gewohnt. Sehr nette Gastgeber und tolles Frühstück (60 CHF). Ab Adelboden Post fährt der Bus 236 bis Schermtanne (hier auch gutes Abendessen). Von hier kann man direkt weiter wandern.

\* \* \*

*Nous avons séjourné à Adelboden dans le B & B à Christian et Emilie Oester, Stigelschwandstrasse 60, Tél. 033 673 26 46 ou 078 746 16 Natel 02. Hôtes très agréables et excellent petit déjeuner (60 CHF). De Adelboden Poster le bus 236 à Schermtanne (aussi bon dîner). De là, vous pouvez continuer à marcher droit.* [Google]

» *Clemens - 08/07/2015*

Bestätige Elisabeth: Die "Rote Chumme" ist erst bei 2600 hm. Das ist aber nicht schlimm, denn man steigt danach nur höchsten 80 hm ab und läuft dann leicht aufsteigend rüber zum Chindbettipass. Das hier angezeigte Höhenprofil

stimmt soweit. Ich war nicht in Schwarenbach sondern habe auf der Engstligenalp übernachtet. Als ich am nächsten Tag nach Adelboden kam, war ich froh darüber. Adelboden ist doch etwas gross...

\* \* \*

*Proposez Elisabeth: Le "Red Chumme" est seulement à 2600 hm. Cela ne veut pas mauvaise, car elle augmente après seulement 80 hm plus élevé hors tension, puis tourne légèrement ascendant vers Chindbettipass. La véritable ampleur ici Höhenprofil affichée. Je ne suis pas dans Schwarenbach mais suis allé sur le Engstligenalp. Quand je suis arrivé à Adelboden, le lendemain, je suis heureux. Adelboden est quelque chose de grand ...* [Google]

» Elisabeth - 05/12/2014

Erreur sur le topo : "Rote Chumme" est un point de passage sur une crête, à 2618m et non à 2294m ! De là, il faut plus de 45 mn pour atteindre le col Chindbetti, le seul mentionné dans le topo... Par ailleurs, le premier saut de la cascade d'Engstligen n'est qu'un amuse-gueule. Pour voir la grande et belle chute, il faut quitter le sentier principal (aucune indication !) et prendre un petit sentier qui, en longue traversée, rejoint le pied de la cascade.

» SPYD - 23/09/2012

A partir de cette étape (jusu'à R103) les dénivelés fournis correspondent à nos relevés. Nous confirmons la remarque de Jean-Louis, mais nous étions en chambre.

» Jean-Louis GIRAUD - 28/03/2012

ADELBODEN est un centre de villégiature chic et cher ...J'ai trouvé un hébergement à prix "budget" fréquenté par de nombreux randonneurs . Suivant disponibilités et en réservant à l'avance il est possible d'avoir une place en dortoir : B and B BERNERHOF 68 Dorfstrasse 3715 ADELBODEN Tel 00 41 (0) 33 673 14 31 Fax 00 41 (0) 33 673 41 10 Pas de repas mais bon petit déjeuner . C'est une alternative aux "bunkers" anti-atomique" avec en plus une belle vue sur les cascades et le plateau d'Engstligenalp ...

» Martin Schreiber - 05/03/2011

I was not able to find a cheap accommodation in Adelboden. About half hour in the direction of the next day-trail you can walk to "Gilsbach". There's the hotel "Hotel des alpes": +41(0)336731224

\* \* \*

*Je n'étais pas en mesure de trouver un hébergement pas cher à Adelboden. Demi-heure à propos de la direction de la prochaine journée sentier, vous pourrez rejoindre à pied "Gilsbach". Il ya l'hôtel "Hôtel des alpes": +41 (0) 336 731 224* [Google]

» Daniel - 17/10/2010

The tourist information in Adelboden is very helpful finding accommodation. Try Bernerhof first. They have dorms. Watch that sometimes Chindbettipass is written as Kindbettipass.

\* \* \*

*L'office de tourisme d'Adelboden est très utile de trouver un hébergement. Essayez Bernerhof premier. Ils ont dortoirs. Watch que parfois Chindbettipass est écrit comme Kindbettipass.* [Google]

Point		Tronçon		
Nom	Services	Information	Balisage	
 Schwarenbach 2039 m		D 2 km / 1h00		
<u>Hébergements</u>				
<b>Berghotel Schwarenbach</b>				
<u>Adresse</u> : Peter Stoller-Wehrli 3718 Kandersteg Tél. : +41 33 675 12 72 /				
E-mail : info@schwarenbach.ch				
<u>Catégorie</u> : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude				

Période d'ouverture : juin - octobre  
 Prix de la demi-pension : 51-75 EUR  
 Prix de la nuitée : 15-30 EUR  
 Réductions et restauration :

-  Familles / enfants
-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir



Rote Chumme  
2294 m

D 2.7 km /   
1h20



Chindbettipass  
2636 m

D 3.5 km /   
1h30



Engstligenalp  
1936 m



D 2.5 km /   
1h00

#### Hébergements

##### **Berghotel Engstligenalp**

Adresse : Urs Buchli

3715 Adelboden

Tél. : +41 33 673 22 91 /

E-mail : [berghotel@engstligenalp.ch](mailto:berghotel@engstligenalp.ch)

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juin - octobre

Prix de la demi-pension : 51-75 EUR

Réductions et restauration :

-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir

##### **Berghaus Bärtschi**

Adresse : Isabelle Egger

Engstligenalp - 3715 Adelboden

Tél. : +41 33 673 13 73 /

E-mail : [berghaus@bluewin.ch](mailto:berghaus@bluewin.ch)

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juin - octobre

Prix de la demi-pension : 51-75 EUR

Prix de la nuitée : 31-50 EUR

Réductions et restauration :

-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir



Unter dem Birg  
1406 m

B 5.1 km /   
1h20



Adelboden  
1347 m



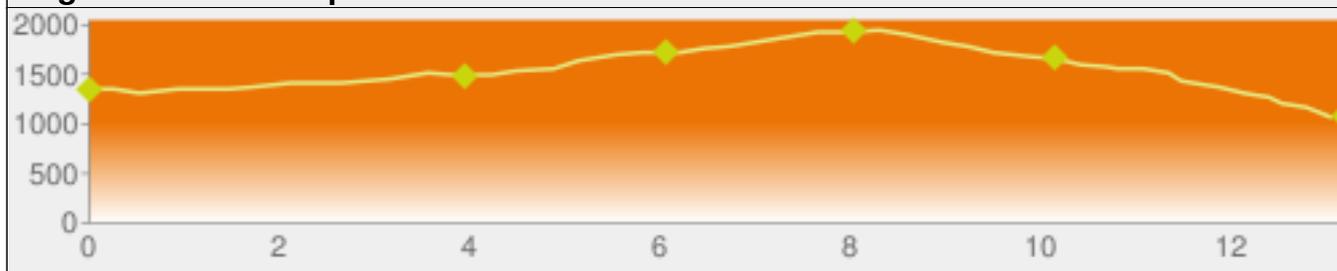
B 5.1 km /   
1h20


**Jour 11 Adelboden » Lenk - R101**

Difficulté 	Temps de marche 4h30	Distance 13.2 km	 629 m	 906 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	---	---	----------------------------------

**Description**

Quitter Adelboden et avancer vers le sud-ouest, le long des torrents de l'Allebach puis du Gilsbach. Durant la montée entre Geilsbüel et le col de Hahnenmoos, emprunter la route sur une courte distance. Au col, continuer par une descente douce vers le Büelberg jusqu'à Lenk, destination de l'étape.

**Diagramme altimétrique**

**Descriptif détaillé**

Quitter Adelboden en passant l'église et en suivant les rues du village ornées de bâtiments principalement construits en bois pour atteindre la vallée. Au-dessus de l'hôtel Waldhaus-Huldi, là où la rue commence à monter un peu, l'emplacement avantageux du village devient évident. Il est possible d'embrasser la vallée du regard, en commençant par Wildstrubel, puis Steghorn et Tschingellochtighorn ; et enfin les Gross et Chly Lohner, qui sont séparés par la faille de Bunderchrinde. Laissez le village derrière vous pour rejoindre le carrefour où la route de Hahnenmoosstrasse traverse des pentes boisées et conduit au-dessus du torrent déchaîné de Tossenseeli, qu'il faut traverser plus loin. Un peu plus bas coule le torrent de Gilsbach. La route grimpe jusqu'à la terrasse de Gilbach. Ce merveilleux paysage incita les gens à y construire des chalets de vacances. Continuer à suivre la route en légère montée, passant à côté de maisons qui affichent des dictons pleins d'humour sur leurs façades. Au pont près de Bergläger, sur lequel la route tourne à gauche, prendre le chemin interdit à la circulation automobile sur la rive gauche du ruisseau de Gilsbach. Plus loin, traverser des bois et des prairies tout en grim pant, toujours sur la rive droite du ruisseau, jusqu'à atteindre à nouveau la route juste avant Geilsbüel. Avancer vers la prairie de montagne de Geilsmäder, grimper jusqu'au col de Hahnenmoos et son hôtel éponyme. Ce décor de campagne est agrémenté de plusieurs installations de sports d'hiver. Pour descendre à Büelberg, utiliser le vieux chemin de mule d'où l'on peut admirer une vue sur la vallée ainsi que sur les hauteurs du Wildstrubel jusqu'au Wildhorn. Le chemin de montagne passe par le Brandegg, traverse une frontière administrative à l'ouest et s'ouvre juste au-dessus de la vallée sur la route de Büelbergstrasse, qui mène directement au village de Lenk.

*(Schweizer Wanderwege)*

**Patrimoine naturel et culturel**

Lenk

Le nom de Lenk vient de l'ancienne référence à son emplacement sur le Lengi Egg, la crête descendant vers le nord depuis le pic Laubhorn. Les premiers villages se fixèrent sur le versant droit de la vallée, là où les cols de Rawil et Hahnenmoos se divisent. En tant que dernier village avant le col de Rawil, Lenk était le premier lieu de repos en terre bernoise pour les marchands itinérants transportant du vin dans la vallée de Rhonet. À l'époque, Berne et Wallis étaient fréquemment en désaccord. Par exemple, une histoire relate l'événement suivant : un jour, quand les hommes de Lenk étaient partis faire leur service militaire, les Walsers montèrent par le col pour voler le bétail dans les prairies de Langmatte. En arrivant de l'autre côté du col de Rawil, ils burent de grandes quantités de vin de Fendant pour célébrer leur coup. Les parias de Lenk les avaient cependant suivis, en douce. Ils enlevèrent les cloches des cous des bêtes et continuèrent à les faire sonner jusqu'à ce que le bétail soit reconduit par le col. Furieux, les Walsers voulurent prendre leur revanche sur le village de Lenk. Sans attendre, les femmes de Lenk s'armèrent de faux et de

fourches à foin et décidèrent d'affronter les Walsers sur la prairie de Langmatte, où elles les repoussèrent. L'épée et le pivot sur les armoiries locales rappellent cet événement mémorable. Depuis le 13ème siècle, Lenk appartenait au domaine de divers nobles. En l'an 1441, la majeure partie des terres appartenait aux seigneurs de Bubenbergr. En 1504/05, les habitants de Lenk construisirent une nouvelle église. Ils opposèrent tout d'abord une résistance à la Réforme, mais finirent par l'accepter en 1529. En 1828, la route de la vallée fut ouverte et un service postal journalier fut assuré à partir de 1865. En 1878, une grande partie du village, y compris l'église, a été détruite par le feu. Le tourisme à Lenk commença en 1688 avec l'ouverture de petits thermes sulfureux. Toutefois, la station thermale ne se fit véritablement connaître qu'à partir du 19ème siècle. Les bains sulfureux de Lenk sont parmi les plus forts d'Europe. La ligne de train MOB Zweisimmen-Lenk, ouverte en 1912, contribua sans l'ombre d'un doute au renom international de Lenk comme station thermale d'hiver et d'été.

(Schweizer Wanderwege)

### Commentaires des randonneurs

» Tentorini Chantal - 28/09/2015

Camping de Lenk très bien avec salle pour manger équipée (micro-ondes, réchaud, accès Internet gratuit,...) et le tout pour 9 FS.

» Alpinisten - 16/08/2015

In Lenk gibt es das Hotel&Restaurant Waldrand, Aegartenstrasse, Tel.033/7368282. Gutes Essen, freundliche Wirtsleute. Liegt günstig am Weg.

\* \* \*

*En volant, il ya l'Hôtel & Restaurant Waldrand, Aegartenstrasse, Tel.033 / 7368282e La nourriture est bonne, très chaleureux. Stratégiquement situé sur le chemin.* [Google]

» Thierry M - 27/12/2013

Monaco - Trieste Lenk - Hahnenmoospass about 1h30, restaurant about half way in between. Ski area here, wide trail (ugly construction to improve skiing facilities) Hahnenmoospass - Adelboden about 2h10 going down, also a restaurant half way down Adelboden have 2 camping places. One is in the village lower part nearby Via Alpina trail. Campingplatz Albo 18,1CHF for camping place + washing machine and drying + electricity + wifi.Hot shower cost 1CHF extra

\* \* \*

*Monaco - Trieste Lenk - Hahnenmoospass environ 1h30, restaurant à mi-chemin entre les deux. Pistes de ski ici, un large chemin (de la construction laid pour améliorer les installations de ski) Hahnenmoospass - Adelboden sur 2h10 de descendre, un restaurant mi-chemin Adelboden avoir 2 places de camping. On est dans la partie inférieure village à proximité Via Alpina. Campingplatz Albo 18,1 CHF pour le camping endroit machine à laver et sécher électricité wifi.Hot 1 CHF de coûts de douche supplémentaire* [Google]

» SPYD - 23/09/2012

A Lenk, bon accueil à Okohof Schoenegrund (+41337333957)

» Daniel - 17/10/2010

For the lazy among us, From Adelboden you could take the cable-car all the way up and down to Büehlberg, and from there take the bus to Lenk.

\* \* \*

*Pour les paresseux d'entre nous, De Adelboden, vous pouvez prendre le téléphérique sur toute la hauteur et vers le bas pour Büehlberg, et de là, prendre le bus pour Lenk.* [Google]

» Daniel - 17/10/2010

In Lenk, Hotel Garni Alpenruh (SF57) is OK, friendly young warden.

\* \* \*

*En Lenk, Hôtel Garni Alpenruh (SF57) est OK, jeune et sympathique gardien.* [Google]

Point

Tronçon

	Nom	Services	Information	Balisage
	Adelboden 1347 m	      	D 3.9 km / 1h10	
	Bergläger 1490 m		D 2.2 km / 0h50	
	Geilsbüel 1714 m		A 2 km / 0h50	
	Hahnenmoosp ass 1947 m	     	B 2.1 km / 0h30	
<b>Hébergements</b>				
<b>Berghotel Hahnenmoospass</b>				
Adresse : Bernhard & Marianne Spori-Beutter 3715 Adelboden Tél. : +41 33 673 21 41 / E-mail : spori@hahnenmoos.ch				
Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude Période d'ouverture : juin - octobre Prix de la demi-pension : 51-75 EUR Réductions et restauration :				
<ul style="list-style-type: none"> <li> Familles / enfants</li> <li> Petit-déjeuner</li> <li> Repas de midi</li> <li> Repas du soir</li> </ul>				
	Büelberg 1653 m		D 3 km / 1h10	
	Lenk 1071 m	      	D 3 km / 1h10	

**Jour 12 Lenk » Lauenen - R102**

Difficulté 	Temps de marche 5h10	Distance 13.9 km	 972 m	 796 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	---	---	----------------------------------

**Description**

Quitter Lenk et avancer vers l'ouest. Continuer par la crête du Wallegg jusqu'à la ravine de Wallbachgraben. De l'autre côté de la vallée, passer via Lochberg pour arriver au col de Trütlisberg, d'où une descente à travers bois et le

long du torrent mène à Lauenen, destination de l'étape.

### Diagramme altimétrique



### Descriptif détaillé

Depuis la gare ferroviaire de Lenk, descendre la rue principale, traverser le pont de Simmenbrücke et aller en direction de l'église. Avant l'église, tourner vers l'ouest et grimper jusqu'aux remontées mécaniques en passant à côté des chalets de vacances. Suivre la route jusqu'à l'abri de montagne de Wallbach. Dans le virage à gauche sur la route, avancer dans le si romantique ravin de Wallbachschlucht. Au bout du chemin du ravin, le sentier zigzague le long de pentes boisées jusqu'à la prairie d'In der Sitten. Ce chemin alpin passe à côté d'Under Lochberg et d'Ober Lochberg, puis longe la vallée du côté du Wistätthorn jusqu'au col de montagne de Trüttlis, qui offre un panorama magnifique sur le Wildstrubel, le Wildhorn et sur la région de Saanenland. L'important dépôt de gypse au sud du col contraste avec le reste du paysage par ses couleurs claires, donnant une impression de neige. Depuis le col, progresser en diagonale vers la gauche, descendre les pentes de prairies jusqu'aux cabanes dans le Vordere Trüttlisberg à la lisière de la forêt, puis suivre un sentier qui descend tout droit en passant une corniche jusqu'à un chemin alpin. Le prendre pour traverser des prairies, des bois et la rivière de Schwarzbächli à Zwüschbäche pour rejoindre Rüttschli. Le sentier romantique du ruisseau de Mülilbach mène à Lauenen.

*(Schweizer Wanderwege)*

### Patrimoine naturel et culturel

Lauenen

Le village tranquille de Lauenen fut mentionné en 1312 sous le nom de Louwina, qui fut peuplé par l'ouest via le col de Gelten, qui n'est plus utilisé aujourd'hui. Avec Saanen et Gsteig, Lauenen appartenu au comté de Greyerz jusqu'en 1555. Il fut ensuite rattaché à Berne. L'église de St Petrus a été construite en 1520/21, dans le style de la fin du gothique. La nef comporte des gravures plates et remonte à l'an 1524. Le chœur est de Leo Steck (1593). Cet édifice religieux est tout spécialement apprécié des solistes, chorales et orchestres pour sa bonne acoustique. Sur la place du village se trouve la Mühlehaus (maison du moulin), construite en 1765. Richement décorée de gravures et de peintures, elle est considérée comme l'un des exemples les plus raffinés de l'ancienne architecture de Saanenland. En 1803, Gsteig et Lauenen devinrent des communes indépendantes au niveau politique et ecclésiastique. En allant vers le très fréquenté lac Lauenensee au sud du village, on croiera également la tout aussi intéressante Jägerhaus (maison de chasse, construite en 1796) dans le « Schupfe ». Elle est peinte avec des scènes de chasse. En face du bureau de poste se trouve un joli puits en bois. Lauenen est placé sur la liste fédérale des localités protégées.

*(Schweizer Wanderwege)*

### Commentaires des randonneurs

» *auf-guten-wegen - 19/08/2015*

Von Lenk nach Lauenen sollte man sich nicht von den Via-Alpina-Wegmarkierungen verwirren lassen. Während der grüne Weg der offiziellen Via Alpina in Lenk endet, wird der Nationale Wanderroute Nr. 1 der Schweiz, bisher identisch, mit den entsprechenden Wegmarkierungen noch bis Montreux weitergeführt. Siehe <http://www.wanderland.ch/de/routen/route-01.html> Beim Trüttlisbergpass biegt die Nr. 1 über Tube / Türlü in Richtung Gstaad ab, während der rote Weg hinunter nach Lauenen führt. Sehr schöne Unterkunft in Lauenen: B&B Panorama.

\* \* \*

*De la direction de Lauenen Il ne faut pas se laisser berner par les panneaux de la Via Alpina situés. Bien que le virage vert de la Via Alpina officielle se termine à Lenk, la randonnée pédestre Nr nationale. 1 en Suisse, pour autant identiques, continuer avec la signalisation appropriée jusqu'à Montreux. Voir*

*<http://www.wanderland.ch/de/routen/route-01.html> Lorsque le col du Trüttlisbergpass pas. 1 virages plus Tube / Türlü route vers Gstaad, au cours de la chemin rouge mène à Lauenen. Logement très agréable à Lauenen: B & B Panorama.*

[Google]

» *Tof - 02/02/2015*

Trieste-Monaco le 7/9/14 Une épicerie est ouverte dans le centre-village. Bivouac possible en s'écartant du bourg, en continuant sur l'étape du lendemain.

» *Thierry M - 27/12/2013*

Monaco-Trieste Lauenen - Trutlisbergpass about 2h30 Catching up Via Alpina Green trail here Trutlisbergpass - Walleg (upper Lenk) about 2h

\* \* \*

*Monaco-Trieste Lauenen - Trutlisbergpass environ 2h30 Rattraper Via Alpina piste verte ici Trutlisbergpass - Walleg (Lenk supérieure) environ 2h* [Google]

» *Dom Lalot - 01/09/2013*

N'oublions pas que la Suisse est chère. Pas de camping sur Lauenen, mais on peut sauter l'étape. Camping sur Gsteig ou Lenk

» *SPYD - 25/09/2012*

De Lenk nous avons pris la Rütistrasse pour continuer le long du Wallbach avec sa très jolie cascade avant de rejoindre Wallegg à la cote 1327m. De plus ceci évite de prendre la route.

» *SPYD - 25/09/2012*

A Lauenen pas moyen de tirer de l'argent liquide (pas de distributeur d'argent et pas de possibilité au guichet de la banque). Par contre service régulier (toutes les heures) de bus pour Gstaad (20'). Très bon accueil au Gasthof Geltenhorn

» *Mountain Girl - 27/10/2011*

It's worth a stroll around Launen to admire its lovely old church and the abundant vegetable gardens of the residents. Careful observers might also spot the pot plants among the flowers in more than one garden... Right on Launen!

\* \* \*

*Il vaut bien une promenade autour Launen pour admirer sa belle église ancienne et les jardins potagers abondants des résidents. Les observateurs attentifs peuvent également repérer les plantes en pot parmi les fleurs dans plus d'un jardin ... À droite sur Launen!* [Google]

» *Mountain Girl - 27/10/2011*

Launen has a "Turistlager" (hostel) located across from its church that opens at 18:00. (Tourist office in Launen can provide number to reserve.) For a step "up", Hotel Wildhorn nearby offers cozy rooms and EXCELLENT cuisine. The hotel was acquired by two Swiss actors in 2011, who are giving it their heart & soul. Ambiance is an amusing mix of local farmers holding their 'Stammtisch' over beers, and the well-heeled crowd from Gstaad that come to dine.

\* \* \*

*Launen a un "Turistlager" (auberge) situé en face de l'église qui ouvre à 18h00. (Office de tourisme dans Launen peut fournir le numéro de réserve.) Pour une étape "up", Wildhorn Hôtel offre à proximité des chambres confortables et une excellente cuisine. L'hôtel a été acquis par deux acteurs suisses en 2011, qui lui confèrent son cœur et l'âme. L'ambiance est un mélange amusant des agriculteurs locaux tiennent leur «Stammtisch» sur les bières, et la foule bien nantis de Gstaad qui viennent de dîner.* [Google]

» *Janek - 21/07/2011*

the time indicated to cover the 1,4km from Obere Lochberg to Trütlibergpass is greatly over estimated. It takes only about 30 minutes.

\* \* \*

*l'heure indiquée pour couvrir les 1,4 km de Obere Lochberg à Trütlibergpass est grandement surestimé. Cela prend seulement environ 30 minutes.* [Google]

» *Martin Schreiber - 09/03/2011*

I spent the night in Hotel Geltenhorn for 50 CHF for a single bed room. The Food was excellent! +41337653022

\*\*\*

*J'ai passé la nuit à l'Hôtel Geltenhorn pour 50 CHF pour une chambre simple. La nourriture était excellente!*

+41337653022 [Google]

» *Daniel - 17/10/2010*

In Lauenen, the Wildhorn Hotel there is a spare room which will cost CHF 65. Ask for it because the other rooms are sold first. I was told that the Geltenhorn hotel would be cheaper.

\*\*\*

*À Lauenen, l'Hôtel du Wildhorn il ya une pièce de rechange qui coûtera CHF 65. Demandez-ce parce que les autres pièces sont vendues en premier. On m'a dit que l'hôtel Geltenhorn serait moins cher.* [Google]

» *Lou Papé - 28/07/2009*

Un conseil pour les "fauchés": aller dormir à l'auberge de jeunesse de Saanen (accès par car)

Point		Tronçon		
	Nom	Services	Information	Balisage
	Lenk 1071 m	      	B 2.2 km / 1h00	
	Wallegg 1333 m		D 4.2 km / 1h05	
	Obere Lochberg 1903 m		D 1.4 km / 1h20	
	Trütlisbergpass 2033 m		D 2.7 km / 0h55	
	Saferet 1583 m		B 3.4 km / 0h50	
	Lauenen 1242 m	      	B 3.4 km / 0h50	

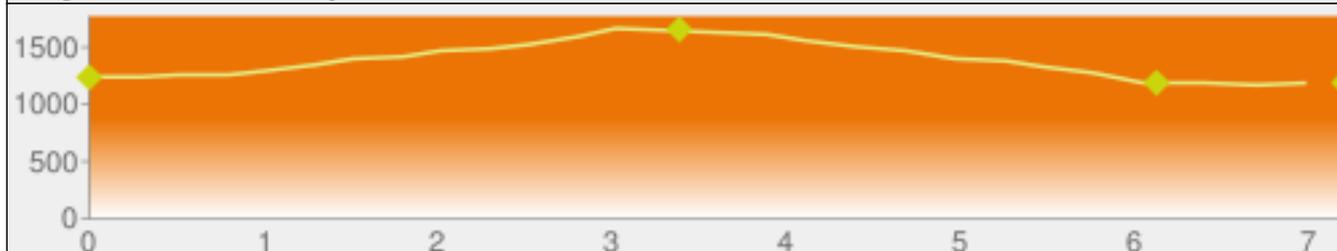
### Jour 13 Lauenen » Gsteig - R103

Difficulté 	Temps de marche 2h40	Distance 7.2 km	 427 m	 484 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	-----------------	---	---	----------------------------------

#### Description

Quitter Lauenen par la route principale en direction du sud. Bifurquer bientôt vers le sud-ouest vers le col de Chrine. Après le col, le sentier descend par la ravine de Saaligraben jusqu'à Gsteig, destination de l'étape.

### Diagramme altimétrique



### Descriptif détaillé

Depuis la poste de Lauenen, prendre la route principale qui mène à la vallée sur environ 500m. Au panneau signalant la direction de Kapeli, tourner à droite et traverser le ruisseau de Louibach sur une étroite passerelle. Suivre d'abord un sentier, puis une route en pente douce. Un chemin de prairie mène à la cabane des remontées mécaniques sur le col. Une route part à droite, franchissant le ruisseau. Tourner ensuite à gauche et continuer l'ascension sur un sol marécageux et sur une piste de montagne, en partie recouverte de planches. Dans le bois clairsemé, le sentier pentu mène au col boisé de Chrine entre Höhi Wispile et Walliser Wispile. Une vue magnifique s'ouvre sur la vallée de Gsteig et sur la chaîne de montagne entre le col de Sanetsch et le col de Pillon. Depuis le col, traverser les prairies pour arriver à la plus haute cabane alpine. Ici, le chemin alpin tourne sur la gauche à la faille d'Usser Saaligraben et descend sur une pente raide. Loin en bas, le sentier se transforme en route. Prendre cette route pendant quelques mètres seulement avant de tourner à gauche pour arriver sur une piste qui longe la lisière du bois et la faille d'Inner Saaligraben jusqu'à Gsteig.

(Schweizer Wanderwege)

### Patrimoine naturel et culturel

Gsteig

De taille égale, les deux villages de Gsteig et Feutersoey appartiennent à la commune de Gsteig, ainsi que les régions habitées environnantes. Gsteig fut mentionné pour la première dans un document de 1312 sous le nom de Châtelet, qui signifie tour d'observation/de défense. La tour a été érigée par les Seigneurs de Raron pour protéger le sentier Sanetsch. Sur l'ancien site du château, il ne reste aujourd'hui plus que des ruines. Toutefois, les armoiries de Gsteig montre la tour de Raron et la grue de Greyerzer, les seigneurs qui succédèrent.

L'église construite en 1453 est consacrée à Saint Theodul. Dans la tour se trouve la cloche Joderglöcklein, un cadeau de l'évêque de Sitten. À l'intérieur de l'église, on trouve un plafond avec des moulures, des fonts baptismaux gothiques et une chaire baroque richement décorée (1713). Des citations de la Bible sont peintes sur les murs.

L'auberge Bären, construite en 1756, est une construction droite sur une base en pierre. Ses façades comportent des gravures et des frises peintes. La partie centrale de Gsteig est sur la liste fédérale des localités protégées.

(Schweizer Wanderwege)

### Commentaires des randonneurs

» *auf-guten-wegen* - 19/08/2015

Da die Etappe sehr kurz ist, lohnt es sich, von Lauenen auf dem Höhenweg zum schönen Lauenensee zu wandern, diesen im Gegenuhrzeigersinn zu umrunden und dann vom Südende des Sees zur Chrine aufzusteigen. In Gsteig haben wir ein Zimmer im grossen Blockhaus des Campingplatzes Heiti gefunden. Sehr schöne Unterkunft!

\* \* \*

*Comme la scène est très court, il est utile de migrer de Lauenen sur la piste du magnifique lac de Lauenen, ceux-ci le tour dans le sens antihoraire, puis montent de l'extrémité sud du lac pour Chrine. Dans Gsteig nous avons trouvé une chambre à la grande cabane en rondins Camping Heiti. Très bel endroit pour rester!* [Google]

» *Tof* - 02/02/2015

Trieste-Monaco le 7/9/14 Petite étape peu difficile. Beau coin de bivouac sur la première partie de l'étape suivante (cf.R104). A Gsteig, toutes commodités.

» *Thierry M* - 27/12/2013

Monaco - Trieste Tourist office/grocery shop in cute Gsteig Gsteig - Lauenen : about 2h20 Chrinepass is in the trees, trail goes to Gstaad from there

\* \* \*

Monaco - boutique bureau Trieste Tourisme / épicerie mignon Gsteig Gsteig - Lauenen: environ 2h20 Chrinepass est dans les arbres, sentier passe à Gstaad à partir de là [Google]

» SPYD - 25/09/2012

Nous avons fusionné cette étape avec une partie de la suivante (jusqu'à Sanetsch)

» Mountain Girl - 28/11/2011

Gsteig has an old school building that serves as bunkhouse to groups, but it must be reserved. Tourist office in Gsteig can help. There are 3 hotels in town, 2 of which were closed on the Tuesday I was there in Aug 2011. I continued to the Hotel de Sanetsch at the pass (see following stage) and was glad I did. Hotel: +41(0) 27 395 56 56

\* \* \*

Gsteig est un ancien bâtiment scolaire qui sert de dortoir à des groupes, mais il doit être réservé. Office de tourisme à Gsteig peut vous aider. Il ya 3 hôtels de la ville, dont 2 ont été fermés le mardi j'étais là-bas en août 2011. J'ai continué à l'Hôtel de Sanetsch au col (voir ci-après scène) et était content que j'ai fait. Hôtel: +41 (0) 27 395 56 56

[Google]

» Janek - 21/07/2011

There's a grocery store in Gsteig

\* \* \*

Il ya une épicerie à Gsteig [Google]

Point		Tronçon		
	Nom	Services	Information	Balisage
	Lauenen 1242 m	  	D 3.4 km / 1h30	
	Chrinepass 1643 m		D 2.7 km / 0h30	
	Rohr 1194 m		A 1.1 km / 0h40	
	Gsteig 1187 m	 	A 1.1 km / 0h40	

#### Hébergements

##### Bären

Adresse : Simon Hauswirth  
3785 Gsteig

Tél. : +41 33 755 10 33 /

E-mail : hotel@baerensteig.ch

Catégorie : E: auberge, pension, hôtel  
Période d'ouverture : janvier - décembre  
Prix de la demi-pension : > 75 EUR  
Prix de la nuitée : 31-50 EUR  
Réductions et restauration :

 Familles / enfants

- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir

**Hotel Viktoria**

Adresse : H. & R. Kübli  
Gsteigerstrasse 35 - 3785 Gsteig  
Tél. : +41 33 755 10 34 /

E-mail : hotel\_viktoria@bluewin.ch

Catégorie : E: auberge, pension, hôtel  
Période d'ouverture : janvier - décembre  
Prix de la nuitée : > 50 EUR  
Réductions et restauration :

- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir

**Hotel Sanetsch**

Adresse : Beratrice und Otto Seewer  
3785 Gsteig  
Tél. : +41 33 755 10 10 /

E-mail : o.seewer@bluewin.ch

Catégorie : E: auberge, pension, hôtel  
Période d'ouverture : janvier - décembre  
Prix de la demi-pension : > 75 EUR  
Prix de la nuitée : > 50 EUR  
Réductions et restauration :

- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir

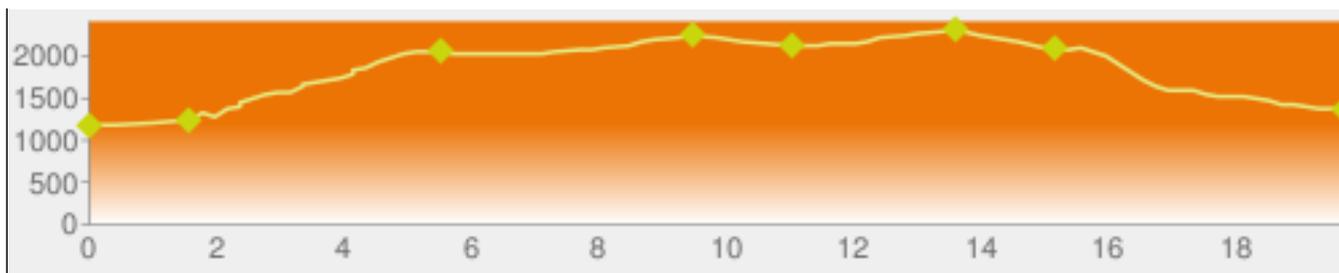
**Jour 14 Gsteig » Godey - R104**

Difficulté 	Temps de marche 7h30	Distance 19.7 km	 1288 m	 1104 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	--	--	----------------------------------

**Description**

Quitter Gsteig par la route vers le sud. Au bout de la route commence un sentier raide passant par la ravine de Roter Graben et menant à l'Auberge du Sanetsch. Il est aussi possible de prendre une télécabine. Suivre la rive gauche du lac Sanetsch jusqu'au col de Sanetsch. Continuer par le Sex Rouge jusqu'à Mié. Le sentier descend fortement sur Godey, destination de l'étape.

**Diagramme altimétrique**



### Descriptif détaillé

Quitter Gsteig sur la route d'alpage en direction du sud-est jusqu'à la rivière Saane. Longer ensuite la rive droite du cours d'eau jusqu'à la station du téléphérique dans la vallée. L'ascension par la faille de Rote Graben vaut le coup, car elle fait faire un petit détour par la cascade de Sanetsch. Après une pause, continuer sur une pente raide en lacets jusqu'à la cabane du Sanetsch et sa chapelle. Une vaste plaine où se trouve le barrage du Lac du Sanetsch s'ouvre ici. Longer le lac sur sa rive gauche en direction du col du Sanetsch, ce chemin était autrefois un chemin de mule entre Gsteig et Sitten. Ce col, tapissé de pâturages, est assez large, et à l'ouest les prés du Lapis de Tsanfleuron recouverts d'éboulis se tiennent devant le glacier de Tsanfleuron. Près de l'arrêt de bus de Tsanfleuron, le chemin longe le bord des champs d'éboulis jusqu'au Sex Rouge. Le sentier de montagne passe par le col au nord de la pointe de la Tête Noire et descend au haut plateau de Mié. Ici, le sentier bifurque à l'ouest et passe par les cabanes alpines de Mié pour aller au passage rocheux du Poteu des Etales. La descente très raide par le passage rocheux est sécurisée par des cordes et des poignées, mais elle requiert une attention particulière. Juste avant La Lizerne, le sentier continue à cette altitude jusqu'au-dessus du barrage de Godet. C'est ici que commence la descente en direction du barrage et de Godet, la fin de cette étape.

*(Schweizer Wanderwege)*

### Patrimoine naturel et culturel

Col de Sanetsch Pendant des siècles, le col de Sanetsch était la plus importante liaison entre Berne et Wallis. Depuis le 11<sup>ème</sup> siècle, les habitants de Savièse conduisent leur bétail dans les prairies autour de Gsteig. Ils utilisèrent également le col pour vendre des fruits et des légumes et d'autres marchandises dans la région de Saanenland. Le col ne servit toutefois pas qu'à des fins commerciales mais aussi pour diverses guerres de croisades. En 1418, les Bernois marchèrent vers le sud avec leurs alliés, les seigneurs de Raron, pour aider les barons assoiffés de pouvoirs contre les Walsers et en 1475 ils volèrent à la rescousse des habitants de Sitter, qui étaient attaqués par les Savoyards.

*(Schweizer Wanderwege)*

### Commentaires des randonneurs

» *Tof - 06/02/2015*

Erreur de date ci-dessous: 8/9/14

» *Tof - 02/02/2015*

Trieste-Monaco le 8/9/15 Bivouac possible dans la première partie de l'ascension à côté d'une cabane, au lieu dit "rotegrabe" sur la carte (1425m). Beau cadre de montée. Après la descente du Col du Sanetsch, on arrive à une ferme d'alpage: ravitaillement en fromage possible et en eau. Bon accueil. A partir de ce point, le balisage est défaillant pour rejoindre le chemin qui navigue entre le lapiaz du Transfleuron et du Genies. Après on retrouve un bon balisage. Le poteu des Etales demande toute votre attention. Faut garder concentration et énergie pour ce passage. 1/2 pension à auberge de Godey. Voulant partir tôt le lendemain matin, j'ai du manger dehors. La salle n'étant pas ouverte à cette heure matinale...

» *Joc - 28/10/2014*

Le passage du Poteu des Etales n'est pas facile: assez long. A éviter sous la pluie ou après une forte pluie. J'ai eu du mal à trouver le sentier depuis Tsanfleuron pour le Col du Sanetsch. Pas de panneau ni balisage. Il faut suivre la piste qui part tout de suite à gauche après la maison d'alpage de gauche. On retrouve ensuite un ancien balisage blanc-rouge-blanc un peu effacé. Auberge du Sanetsch: à éviter. Accueil très peu sympathique. Tarifs élevés pour les boissons et desserts. A Gsteig j'ai logé à l'hôtel Heiti, à 5-10 min. à pied depuis le centre de Gsteig le long de la route pour le Col du Pillon. Grandes chambres (CHF 97.- avec petit-déj.). Restaurant. Camping. L'Office du Tourisme au centre du village m'a bien aidée, très serviable.

» *Thierry M - 27/12/2013*

Monaco - Trieste Le godey - Poteu des étales 1h45 going up, lines and ladder make it safe (avoid passing there in bad weather condition tho) At Mie it can reach Cabane du Prarochet 2530m (off via alpina) in 1h20. Bed is 29CHF 9CHF for 1.5L of water Cabane Prarochet - Col Sanetsch 1h slightly down Avoid Auberge du Sanetsch (mad man running this place) Col Sanetsch - Barrage Sanetsch is about 1h down, telepheric here..took me 1h20 to go down to cute Gsteig

\* \* \*

Monaco - Trieste Le godey - Poteu des étales 1h45 monter, lignes et échelle rendre sécuritaire (éviter de passer là-bas dans les mauvaises conditions Tho) Au Mie il peut atteindre Cabane du Prarochet 2530m (hors via alpina) en 1h20. Le lit est 29CHF 9CHF pour 1.5L d'eau Cabane Prarochet - Col du Sanetsch 1h en légère baisse Eviter Auberge du Sanetsch (de fou courir cet endroit) Col du Sanetsch - Barrage du Sanetsch est d'environ 1h vers le bas, téléphérique ici .. m'a fallu 1h20 pour descendre à mignon Gsteig [Google]

» Jacques - 15/10/2013

Pour plus d'informations sur le parcours Sanetsch - Godey et le "Poteu des étales" : [www.contheyregion.ch](http://www.contheyregion.ch) et [www.derborence.ch](http://www.derborence.ch) Descriptifs et photos sur les pages "randonnées"

» Jean-Louis GIRAUD - 19/05/2013

En fonction de l'organisation et du timing des étapes, il est possible de dormir à l'Hotel Restaurant du SANETSCH...au dessous du Col du SANETSCH et après avoir suivi la trace sur le bord du lac de barrage.Trés bon accueil et tarifs corrects en dortoir ! Le plus : Paysage magnifique sur le CERVIN , la DENT BLANCHE et les deux COMBIN . tel : 00 41(0)27 395 56 56 email : [dumoulin@hotel-restaurant-sanetsch.ch](mailto:dumoulin@hotel-restaurant-sanetsch.ch) La trace vers GODEY se retrouve entre, puis derriere, les deux batiments de la fromagerie du Col.On retrouve ensuite le balisage peint sur les rochers .Je confirme que le sentier vers GODEY est sécurisé mais peu fréquenté.Il passe par une vire avant de poursuivre dans une cheminée .. Il est préférable de l'emprunter par beau temps ! Cela reste un bel itinéraire avec le site de DERBORENCE à ses pieds !

» SPYD - 25/09/2012

Durant la nuit passé à l'hotel de Sanetsch la météo s'est complètement dégradée (pluie et neige à partir de 2000m). Le bus ne fonctionne qu'en été, et le WE jusqu'en octobre ! Nous sommes donc descendus à pied directement dans la vallée vers Chandolin, mais attention : à la cote 1754m le torrent (à l'est) avec la pluie est infranchissable, il faut prendre le sentier à flanc vers l'ouest et comme le second torrent est infranchissable lui aussi, il faut descendre 20m avant sur un sentier qui longe dans un 1er temps le torrent et qui rejoint la piste de Tsarein vers 1605m. La pluie était telle que la route (à 1000m) vers le pont du Diable était interdite, même aux piétons ! Le détour allait être très long... heureusement une camionette nous a pris tous les 4 en stop.

» SPYD - 25/09/2012

De Lauenen nous sommes allés jusqu'à l'hotel de Sanetsch (Tsanfleuron). La prévision météo étant mauvaise nous avons pris le téléphérique pour éviter d'arriver au col sous la pluie ou dans le brouillard. Hotel de Sanetsch agréable, joli panorama, un peu cher, accueil sans "plus".

» hubelise - 10/07/2012

Attention de ne pas confondre "auberge du Sanetsch" vers le barrage et télécabine et "Hôtel du Sanetsch" à tsanfleuron.....

» Mountain Girl - 27/10/2011

As noted below, avoid the Auberge de Sanetsch. A nice alternative is the HOTEL DE SANETSCH at Tsanfleuron. This is an old-style (1885) mountain hotel that's been carefully renovated. It has both rooms and dortoir for every budget. Nice views too. I also heartily agree with Lou Pape that hike to Godey should NOT be attempted in poor weather. Cables, short ladder section and very steep trail will unnerve anyone with vertigo.

\* \* \*

Comme il est indiqué ci-dessous, éviter l'Auberge de Sanetsch. Une alternative intéressante est l'HÔTEL DE Sanetsch à Tsanfleuron. Il s'agit d'un hôtel traditionnel de style montagnard (1885) qui a été soigneusement rénové. Il a deux chambres et dortoir pour tous les budgets. Belles vues aussi. J'ai aussi entièrement d'accord avec Lou Pape cette randonnée à Godey ne doit PAS être tenté par mauvais temps. Câbles, section courte échelle et une piste très raide va énerver toute personne ayant le vertige. [Google]

» *Martin Schreiber - 10/03/2011*

I agree with the other hikers, that Auberge de Sanetsch is really expensive. Also the waitress was not friendly. It's not easy to find the way to Sex Rouge since direction signs are missing (Summer 2010): The hiking path is continuing to the right at the farm Tsanfleuron. After a while, you'll see way markers again drawn on some rocks.

\* \* \*

*Je suis d'accord avec les autres randonneurs, que l'Auberge de Sanetsch est vraiment cher. Aussi la serveuse n'était pas très sympathique. Il n'est pas facile de trouver le moyen de Sex Rouge depuis des panneaux de direction sont absents (été 2010): Le sentier de randonnée se poursuit vers la droite à l'Tsanfleuron ferme. Après un certain temps, vous verrez des marqueurs sens nouveau tiré sur des rochers.* [Google]

» *Jacques - 29/11/2010*

Pour plus de précisions sur le parcours et la vallée de Derborence, consultez le site officiel [www.derborence.ch](http://www.derborence.ch)

» *dotilaso - 10/08/2010*

Berggasthaus Godey: Sehr freundlich-guter Service-günstig-einfach super!

\* \* \*

*Berggasthaus Godey: Très sympa, bon service, faible tout simplement génial!* [Google]

» *dotilaso - 10/08/2010*

Wenn Sie einmal so richtig abgezockt werden möchten, dann sollten Sie in der Auberge de Sanetsch Halt machen.

\* \* \*

*Si jamais vous voulez être arraché si bien, vous devriez faire à l'entretien Auberge de Sanetsch.* [Google]

» *Lou Papé - 02/08/2009*

Attention: la portion Mié - Godey peut présenter, par temps de pluie, qqs difficultés pour les personnes peu expérimentées ( échelles et mains courantes)

» *Lou papé - 28/07/2009*

Eviter absolument l'auberge du Sanetsch comme étape: hébergement très cher et peu confortable, repas à la carte uniquement.....

Point		Tronçon		
	Nom	Services	Information	Balisage
	Gsteig 1187 m	 	B 1.5 km / 0h20	
<b>Hébergements</b>				
<b>Bären</b>				
<u>Adresse</u> : Simon Hauswirth 3785 Gsteig Tél. : +41 33 755 10 33 / E-mail : <a href="mailto:hotel@baerensteig.ch">hotel@baerensteig.ch</a>				
<u>Catégorie</u> : E: auberge, pension, hôtel				
<u>Période d'ouverture</u> : janvier - décembre				
<u>Prix de la demi-pension</u> : > 75 EUR				
<u>Prix de la nuitée</u> : 31-50 EUR				
<u>Réductions et restauration</u> :				
	Familles / enfants			

- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir

**Hotel Viktoria**

Adresse : H. & R. Kübli  
Gsteigerstrasse 35 - 3785 Gsteig  
Tél. : +41 33 755 10 34 /

E-mail : hotel\_viktoria@bluewin.ch

Catégorie : E: auberge, pension, hôtel  
Période d'ouverture : janvier - décembre  
Prix de la nuitée : > 50 EUR  
Réductions et restauration :

- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir

**Hotel Sanetsch**

Adresse : Beratrice und Otto Seewer  
3785 Gsteig  
Tél. : +41 33 755 10 10 /

E-mail : o.seewer@bluewin.ch

Catégorie : E: auberge, pension, hôtel  
Période d'ouverture : janvier - décembre  
Prix de la demi-pension : > 75 EUR  
Prix de la nuitée : > 50 EUR  
Réductions et restauration :

- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir

	Allmi 1237 m		D 4 km / 2h30	
	Barrage du Sanetsch 2049 m		D 4 km / 1h20	
	Col du Sanetsch 2240 m		D 1.6 km / 0h30	
	Tsanfleuron 2113 m		D 2.4 km / 0h50	

Hébergements

**Hotel Restaurant du Sanetsch**

Adresse : Mme Guy-Noel Dumoulin  
Rte du col du sanetsch - 1965 Savièse  
Tél. : +41 27 395 56 56 +41 27 395 56 57 /  
dumoulin@hotel-restaurant-sanetsch.ch

E-mail :

Longitude : 7.3034 / Latitude : 46.3221  
 Catégorie : E: auberge, pension, hôtel  
 Période d'ouverture : juin - octobre  
 Prix de la demi-pension : 51-75 EUR  
 Prix de la nuitée : 31-50 EUR  
 Réductions et restauration :

- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir



**Sex Rouge**  
2304 m

D 1.7 km /   
1h00



**Mié**  
2091 m

D 4.5 km /   
1h00



**Godey**  
1369 m



D 4.5 km /   
1h00

#### Hébergements

##### Auberge du Godey

Adresse : Ana Nicollier-Cardoso  
1976 Erde-Conthey  
Tél. : +41 27 346 31 41 /

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : mai - octobre

Prix de la demi-pension : 30-50 EUR

Prix de la nuitée : 15-30 EUR

Réductions et restauration :

- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir

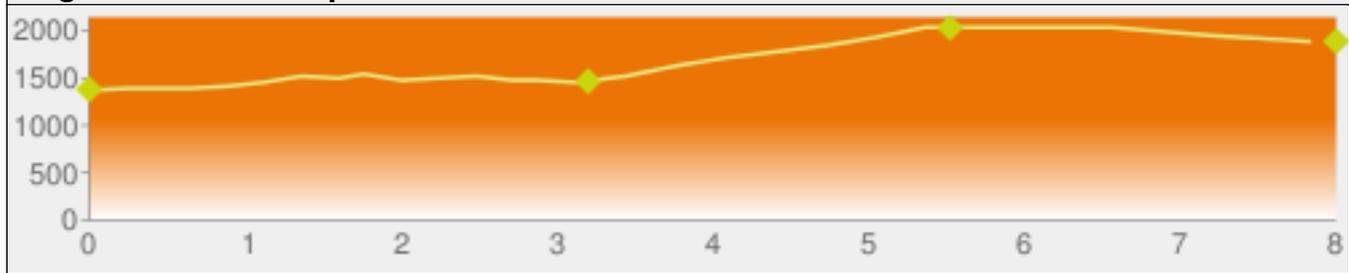
### Jour 15 Godey » Anzeindaz - R105

Difficulté 	Temps de marche 3h00	Distance 8 km	 732 m	 215 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	---------------	---	---	----------------------------------

#### Description

Quitter Godey et avancer vers l'ouest dans la forêt primitive de Derborence. Dans le village du même nom commence une montée raide au Pas de Cheville. Continuer au pied du massif des Diablerets pour arriver à Anzeindaz, destination de l'étape.

#### Diagramme altimétrique



### Descriptif détaillé

Prendre la route qui monte en lacets depuis Godet jusqu'aux maisons de La Tour. Ici, le chemin de montagne est plat et mène aux champs d'éboulis formés par des avalanches de rochers au 18ème siècle, celles-ci sont également à l'origine de la formation du lac de Derborence et d'une forêt presque intacte. Juste avant Derborence, suivre une légère pente descendante jusqu'au hameau. Ici, la réserve naturelle est une des dernières forêts primitives de Suisse.

Derborence a été immortalisé par le roman du même nom de C.F. Ramuz, qui raconte l'histoire d'un producteur laitier local qui fut enseveli sous l'avalanche de pierres en 1749, et dont le corps ne fut retrouvé que plusieurs mois plus tard.

Un sentier sinueux traverse le bois et monte dans la vallée de Chevilletal. Aux cabanes du Grenier, traverser le ruisseau et grimper sur le sentier en lacets. Passer par une faille pour arriver au plateau. D'ici, le Pas de Cheville n'est plus très loin. Les pentes rocheuses des Diablerets sont très impressionnantes. Le sentier mène à l'ouest à travers des prairies pour atterrir à Anzeindaz, la fin de l'étape.

*(Schweizer Wanderwege)*

### Patrimoine naturel et culturel

Derborence Le 23 septembre 1714, l'une des tours rocheuses sud du pic de Diableret s'écroula. Près de 50 millions de mètres cubes d'éboulis et de rochers dévalèrent dans le fond de vallée de Derborence, enterrant au passage 14 refuges alpins avec leurs habitants et le bétail. Des rochers tombèrent ensuite de temps à autre, la dernière fois en 1944. L'éboulement de 1714 créa une obstruction sur le fond de vallée, bloquant le cours d'eau Derbonne et créant un lac. Aujourd'hui, un petit barrage assure que le lac ne s'assèche pas complètement en été. La chute de pierres ayant aussi bloqué l'accès aux bois sur le versant opposé, la région n'a plus été cultivée pendant 250 années. Les arbres arrachés pourrissent sur le sol et des arbrisseaux poussèrent là où les anciens géants étaient tombés. Les plus anciens ont environ 350 ans et ont atteint une taille de 45 mètres et un tronc de 160 centimètres. Grâce aux conservationnistes, cette forêt est maintenant protégée. Le développement végétal peut être observé dans la forêt, où l'intervention humaine est minime, ce qui est rare en Suisse. En 1990, un orage qui causa des ravages dans toutes les forêts suisses arracha également des arbres ici. Il est aussi intéressant d'observer comment la nature se rétablit après de tels dommages.

*(Schweizer Wanderwege)*

### Commentaires des randonneurs

» *Tof - 06/02/2015*

Trieste-Monaco le 9/9/14 Superbe cadre de Derborence, vaches d'Hérens avant la montée à la Cheville. Paysage de plateaux, vallées cotoyant la haute montagne. Dans ce pays où Gros Sex, Grand Sex et Sex des Branlettes se côtoient, il n'est pas utile de prononcer le X de Sex, au risque de faire rire tous les locaux! Les refuges croisés (Anzeindaz, Giacomini, La Vare) sont ouverts mais attention en cette période ils sont a priori sollicités par les classes découvertes des scolaires suisses, quelle chance! Discussion intéressante avec l'alpagiste du Le Richard, produit du fromage. Avec les deux compagnons partageant le même chemin, nous poussons jusqu'au pont de Nant. Bivouac possible avant le hameau dans une cabane ouverte au vent mais protectrice de la pluie. Petit-déjeuner excellentissime à l'auberge du pont de Nant (merci Odile et Guy!).

» *Elisabeth - 05/12/2014*

En réalité, le bivouac autorisé n'est pas du tout près du lac de Derborence, où je l'ai cherché, mais en bas dans la vallée !

» *Joc - 28/10/2014*

A Derborence le refuge du Lac est très simple. Dortoir à l'ancienne. Pas de douche, mais lavabo-WC. Repas à la carte (pas de demi-pension). Accueil sympa.

» *Thierry M - 27/12/2013*

Monaco - Trieste Anzeindaz - Pas de la cheville 30min, smooth way up Pas de la cheville - Derborence lake 50min down. one possible place to eat in between those 2 There is an authorized bivouac place in the Derborence lake vicinity (check out my blog for location) Derborence - Le Godey 45min flat, 2 possible way, trail goes right, otherwise follow boring road (GPX file does)

\* \* \*

Monaco - Trieste Anzeindaz - Pas de la cheville 30min, façon lisse jusqu'à Pas de la cheville - Derborence lac 50min vers le bas. un lieu possible de manger entre les 2 Il est un lieu autorisé de bivouac dans le vicinity du lac de Derborence (consulter mon blog pour l'emplacement) de Derborence - Le Godey 45min plat, 2 façon possible, sentier

monte à droite, suivre autrement ennuyeux route (fichier GPX t) [Google]

» Jean-Louis GIRAUD - 20/05/2013

Lors de mon passage sur l'alpage d'ANZEINDAZ, seul le Refuge GIACOMINI était ouvert .Accueil très cordial, tarifs relativement élevés mais avec douches et petits dortoirs ... Tel : 00 41 (0)24 498 22 95 Email : refuge@anzeindaz.com

» Jacques Sauthier - 29/11/2010

Pour plus d'informations sur la vallée de Derborence, consultez le site officiel [www.derborence.ch](http://www.derborence.ch)

» Daniel - 17/10/2010

Privately owned Auberge de Derborence has one big dorm, but is overpriced at CHF 35 per night. Dinner a la carte, but will be served with gaslight.

\* \* \*

Propriété privée Auberge de Derborence a un grand dortoir, mais il est très cher à CHF 35 par nuit. Dîner à la carte, mais sera servi avec bec de gaz. [Google]

» Lou Papé - 28/07/2009

Auberge du Godey très accueillante. Faire l'étape en 3h??????

Point		Tronçon		
	Nom	Services	Information	Balisage
	Godey 1369 m		D 3.2 km / 0h50	
<b>Hébergements</b>				
<b>Auberge du Godey</b>				
<u>Adresse</u> : Ana Nicollier-Cardoso 1976 Erde-Conthey Tél. : +41 27 346 31 41 /				
<u>Catégorie</u> : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude				
<u>Période d'ouverture</u> : mai - octobre				
<u>Prix de la demi-pension</u> : 30-50 EUR				
<u>Prix de la nuitée</u> : 15-30 EUR				
<u>Réductions et restauration</u> :				
 Petit-déjeuner				
 Repas de midi				
 Repas du soir				
	Derborence 1458 m		D 2.3 km / 1h30	
<b>Hébergements</b>				
<b>Refuge du Lac de Derborance</b>				
<u>Adresse</u> : 1976 Derborence Tél. : +41 27 346 14 28 /				
<u>Catégorie</u> : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude				
<u>Période d'ouverture</u> : juin - octobre				
<u>Réductions et restauration</u> :				

- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir



Pas de  
Cheville  
2025 m

D 2.5 km /   
0h40



Anzeindaz  
1877 m



D 2.5 km /   
0h40

#### Hébergements

##### Refuge Giacomini

Adresse :

1882 Gryon

Tél. : +41 24 498 22 95 /

E-mail : refuge@anzeindaz.com

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : mai - octobre

Prix de la demi-pension : 51-75 EUR

Prix de la nuitée : 31-50 EUR

Réductions et restauration :

- ✓ Familles / enfants
- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir

##### Refuge de la Tour

Adresse : Pierre-Louis Normand

Case Postale 26 - 1882 Les Posses sur Bex

Tél. : +41 24 498 11 47 /

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : mai - octobre

Prix de la demi-pension : 30-50 EUR

Prix de la nuitée : 15-30 EUR

Réductions et restauration :

- ✓ Familles / enfants
- ✓ Petit-déjeuner
- ✓ Repas de midi
- ✓ Repas du soir

### Jour 16 Anzeindaz » Col du Demècre - R106

Difficulté 	Temps de marche 10h15	Distance 25.3 km	 1903 m	 1433 m	Qualité des données GPS : +++
--	-----------------------	------------------	--	--	----------------------------------

#### Description

Quitter Anzeindaz via le Col des Essets, en direction du sud. Le sentier descend sur Pont de Nant. De là, plonger

dans le Vallon de Nant et monter au Col des Perris Blancs jusqu'à l'Alpe la Tourche. Continuer sur le sentier balcon vers l'Alp Rionda puis sur le flanc sud de la Dent des Morcles jusqu'au Col du Demècre, destination de l'étape.

### Diagramme altimétrique



### Descriptif détaillé

Quitter Anzeindaz en traversant les deux zones marécageuses en direction du sud. Le chemin, en légère pente descendante, passe par des prairies aux nombreux blocs de rocs. Arrivé au col des Essets, passer par des affleurements rocheux et descendre vers le creux du Bouis. Le chemin de montagne traverse la vallée pour arriver aux cabanes de La Vare. D'ici, descendre dans la vallée en suivant le chemin alpin, passer par l'alpe Richard pour arriver au Pont de Nant, c'est une destination populaire pour les excursions, avec son jardin alpestre La Thomasia. Tourner ici dans le vallon de Nant, qui est un site naturel protégé et où l'on trouve de nombreux panneaux explicatifs relatant les particularités de ce vallon, puis suivre le cours du ruisseau jusqu'à atteindre le Nant. Après environ 1,5km, l'ascension vers le col des Perris Blancs commence : tout d'abord vient l'ascension vers le plateau des Martinets, suivie d'une marche à travers les moraines jusqu'au passage du col. On est récompensé de cette ascension par un panorama unique qui va du Mont Blanc au lac Léman (Genfersee). La descente du col des Perris Blancs à La Tourche demande des précautions, car des portions du sentier de montagne ont été détruites par des chutes de rochers. Après la traversée du terrain rocheux, descendre une crête verdoyante jusqu'à la Cabane de La Tourche. Le sentier alpin continue sur un terrain plat jusqu'à la Rionda. D'ici, le sentier rocheux mène au col du Demècre ; il faut avoir le pied sûr et ne pas souffrir du vertige. Cette partie éprouvante du circuit peut être contournée en prenant la route qui va de la Rionda, via L'Au d'Arbignon et le Chalet Neuf, au col du Demècre. Ces deux routes se retrouvent à Dzéman. Il faut une autre ascension raide pour atteindre le col du Demècre, la fin de cette étape. Une vue exceptionnelle sur le Unterwallis et le Oberwallis (Bas et Haut Valais) fait vite oublier les difficultés de la journée.  
(Schweizer Wanderwege)

### Patrimoine naturel et culturel

Vallée de Nant La petite vallée de Nant est une réserve naturelle cantonale depuis 1969 et figure parmi la liste des paysages et monuments naturels d'importance nationale depuis 1996. Le climat rude et les glaciers Martinets influencent la végétation de cette étroite vallée. Près de 1 000 espèces différentes de plantes poussent sur cette terre calcaïque. Il s'agit de plantes particulièrement pionnières étant donné que les rochers et le terrain pierreux créent des niches protégées du vent. Cette abondance végétale était la raison pour laquelle la vallée fut placée sous protection environnementale en 1969. Le jardin alpin Thomasia au Pont de Nant permet de découvrir la diversité florale. Il se compose de plus de 3 000 espèces. Des cours d'eau passent par les alpes miniatures et, entre les collines rocheuses, on peut observer toutes les fleurs de montagne qui se trouvent au naturel dans la vallée de Nant. Dans les années 60, l'armée voulu créer une zone d'entraînement pour ses tanks. Mais les conservationnistes firent valoir la grande diversité florale de la vallée et réussirent à empêcher la vente de la zone convoitée par l'armée.  
(Schweizer Wanderwege)

### Commentaires des randonneurs

» Tentorini Chantal - 28/09/2015

La montée au Col des Perris blancs est très glissante par temps de pluie (glaise). Il y a eu 2 chutes cet été dont une mortelle.

» Alpinisten - 16/08/2015

Man kann sehr gut ab Godey bis zur Alpage La Ware laufen und am nächsten Tag dann bis La Tourche- beide Ziele bieten eine angenehme Unterkunft. Sehr gemütlich ist es bei Bernard in La Ware. Karin Moix von La Tourche ist eine fantastische Hüttenwirtin!

\* \* \*

*Vous pouvez marcher jusqu'à l'Alpage La marchandise et puis le lendemain à La Tourche- deux buts offrir un hébergement agréable très bon de Godey. Temps très confortable à Bernard à La marchandise. Karin Moix de La Tourche est un gardien fantastique!* [Google]

» *Tof - 06/02/2015*

Trieste-Monaco le 10/9/14 A pont de Nant il y a un jardin botanique des espèces alpines. Il est conseillé de prendre du temps pour lire les panneaux explicatifs sur le chemin afin de savoir à quoi ce magnifique secteur à échappé. Après le col des Perris Blancs passage en vire des boeufs (attention en cas de neige) pour rejoindre La Tourche. Magnifique ambiance amplifiée par le brouillard levant. Tichodrome echelette observé sur la paroi de la vire exposée nord-ouest. Beau panorama depuis la Tourche. Cause départ tardif, itinéraire hors via depuis Rionda. Direction l'Au d'Arbignon sur superbe sentier escarpé en forêt. A la ferme de l'Au d'Arbignon ravito et couchage possible. J'ai découvert le fromage local (le Sérac) et la saucisse de boeuf du patron. Merci Manon! Bivouac difficile avant Plex car sentier en surplomb. Petit coin de plat avant "la fontaine de Moïse", au droit d'une cabane.

» *Elisabeth - 05/12/2014*

Il est déconseillé de monter au col du Demècre par le sentier des vires par temps de pluie. Hélas, la variante par Lau d'Arbignon fait un grand détour !

» *Joc - 28/10/2014*

La traversée en direction de la cabane de la Tourche, au pied de la Dent de Morcle est impressionnante, éviter de s'y engager seul. Superbe vue sur les Dents du Midi et le massif du Mt-Blanc. Ne pas manquer d'aller visiter l'ancien abri militaire en bois juste avant le col des Perris Blancs (on le voit aisément quand on monte vers le col, sur la gauche peu avant le col). L'Auberge du Pont de Nant est agréable pour une nuit, bien que plus touristique que montagnard. La Vare est sympa, mais situé dans une cuvette où il fait frais (voire froid). Bons sirops maison.

» *Thierry M - 27/12/2013*

Monaco - Trieste in between Col du Demecre refuge and cabane La Tourche plenty of possible accomodation off via Alpina (Alpage l'au de l'arbignon 1650m about 15CHF food + bed et chalet Neuf 1860m 10CHF water available) Chalet Neuf is 1h down from Col du Demecre, L'au de l'arbignon 30min later 1h30 from l'au de l'arbignon to reach cabane La Tourche La tourche - Col des perris blancs 1h going up Col des perris blancs - Pont de Nant 2h30 25CHF at Auberge communal Pont de nant (super clean) possible bivouac in the vicinity (open shelter on the way to La vare) Possible to sleep in La Vare (nice and quiet) Pont de nant - Anzeindaz about 2h30

\* \* \*

Monaco - Trieste entre Col du Demecre refuge et cabane La Tourche beaucoup de logement possible hors de la Via Alpina (Alpage l'au de l'Arbignon 1650m sur 15CHF alimentaire + lit et chalet Neuf 1860m 10CHF eau disponible) Chalet Neuf est 1h bas du Col du Demecre, L'au de l'Arbignon 30min plus tard à 1h30 de l'au de l'Arbignon pour atteindre la cabane La Tourche La Tourche - Col des Perris Blancs 1h monter Col des Perris Blancs - Pont de Nant 2h30 25CHF à l'Auberge communale Pont de Nant (super propre) possible bivouac dans le vicinity (abri ouvert sur le chemin de La Vare) Possibilité de dormir à La Vare (agréable et calme) Pont de Nant - Anzeindaz environ 2h30

[Google]

» *Dom Lalot - 01/09/2013*

Pour ceux qui veulent bivouaquer, Rionda est un ancien emplacement militaire avec une vue exceptionnelle, de l'eau, des WC, des terrasses plates.

» *Jean-Louis GIRAUD - 19/05/2013*

Le mauvais temps puis une erreur d'itinéraire dans le brouillard et la neige m'ont conduit à réorganiser les étapes...Après la traversée du Col des Perris Blancs, j'ai fait étape à la Cabane de la TOURCHE . Peu de monde dans ce refuge de 54 places reconstruit en 2011 sur un promontoire offrant une vue extraordinaire sur le Massif du Mont-Blanc ! Accueil très sympa de Karine MOIX . Le soir " rosti " de rigueur et "thé de marche" le lendemain matin ! Nuit tranquille dans un petit dortoir disposant d'une literie et de couvertures neuves. Douche et lavabos...avec eau froide ! Tel : 00 41 (0)79 386 09 68 Email : info@tourche.ch

» *Wäldlerin - 28/09/2012*

Ich empfehle diese Alpe auch sehr. Waren Anfang August bei trüben Wetter dort und die einzigen fremden Gäste. Die Leute sind sehr sehr nett und die Lager ausgezeichnet und ohne stinkenden Storm generator wie in Andzeindaz. Ich würde empfehlen hier die Route zu variren und in La Vare zu übernachten.

\* \* \*

*J'ai même recommandé cette Alpe. Début août dans des conditions de temps nuageux il les marchandises et les invités étrangers seulement. Les gens sont très gentils et le roulement parfaitement et sans générateur de tempête puante comme dans Anzeindaz. Je recommande ici l'itinéraire à variren et aime à rester dans La Vare.* [Google]

» Mountain Girl - 30/10/2011

I stayed at La Vare and highly recommend it. A clean, cozy dortoir in a setting that does resemble Mongolia. Instead of yaks, there are plenty of black cows to watch. The guardian and staff are very friendly and helpful. Supper was a savory lentil dish, prepared with locally-plucked herbs. Dessert was an outstanding Breton pie. What a welcome change from normal hut food! Le Richard is far more "basic", to put it kindly. I believe the 'beds' are on straw in the barn. No showers that I could see. (Le Vare doesn't have showers either.) On the plus side, you may get to watch grandmere et grandpere making cheese at Le Richard, in a scene unchanged from the last century. Pont de Nant is at the trailhead, with a large parking lot and lots of day hikers. Anzeindaz also had TONS of day hikers when I passed through in August 2011.

\* \* \*

*J'ai séjourné à La Vare et le recommande fortement. Un environnement propre, confortable dortoir dans un cadre qui ne ressemblent en Mongolie. Au lieu de yaks, il ya beaucoup de vaches noires à regarder. Le tuteur et le personnel est très sympathique et serviable. Le dîner était un plat salé aux lentilles, préparée avec des herbes cueillies localement. Le dessert était une tarte exceptionnelle Breton. Qu'est-ce un changement bienvenu de la nourriture normale cabane! Le Richard est beaucoup plus «de base», pour le dire gentiment. Je crois que les «lits» sont sur la paille dans la grange. Pas de douche que j'ai pu voir. (Le Vare ne sont équipées de douches non plus.) Sur le plan positif, vous pouvez obtenir de regarder Grandmere et grandpere la fabrication du fromage au restaurant Le Richard, dans une scène inchangé par rapport au siècle dernier. Pont de Nant est au point de départ, avec un grand parking et beaucoup de randonneurs par jour. Anzeindaz également eu des tonnes de randonneurs par jour quand j'ai traversé en Août 2011.* [Google]

» Daniel - 17/10/2010

I stayed at Pont de Nant (Dorms), which is very comfortable, but has uninterested staff and a generator running all night. But OK if the need a showed or electricity to charge your laptop. But I passed le Richard (which has dorm too), and would have liked to stay there! They sell cheese at le Richard too. La Vare looks OK too. When you pass there you feel you are BACK in Mongolia.

\* \* \*

*J'ai séjourné à Pont de Nant (dortoirs), ce qui est très confortable, mais dispose d'un personnel indifférent et un générateur en marche toute la nuit. Mais bon, si la nécessité d'une montre ou d'électricité pour recharger votre ordinateur portable. Mais j'ai passé le Richard (qui a trop dortoir), et j'aurais aimé y rester! Ils vendent du fromage à Richard le aussi. La Vare semble OK aussi. Lorsque vous passez là, vous sentez que vous êtes de retour en Mongolie.* [Google]

» Daniel - 17/10/2010

The valley of the Nant is very spectacular in beauty. The military wanted to make this an artillery testsite, instead it was turned into a natural reserve. Going south, it first looks easy but the climb to the Col des Perris Blancs steadily gets steeper. Watch the old army barrack near the col.

\* \* \*

*La vallée de Nant est très spectaculaire beauté. L'armée a voulu faire ce testsite d'artillerie, au lieu qu'elle a été transformée en réserve naturelle. Vers le sud, il regarde d'abord facile, mais la montée vers le col des Perris Blancs devient progressivement plus raide. Voir la caserne militaire près de la vieille col.* [Google]

» Daniel - 17/10/2010

Between Dzéman (spelling!) and Rionda we follow the Rhone way up. This is a spectacular view, the Mont Blanc and the other end the Geneva Lake. On the other side Les Dents Blanc which we passed the day after yesterday (or tomorrow). Rionda is an abandoned military barrack where you can get water. (last waterpoint until Demecre (included))

\* \* \*

Entre Dzéman (semblable) et Rionda nous suivons la voie du Rhône vers le haut. Il s'agit d'une vue spectaculaire, le Mont Blanc et l'autre extrémité du lac Léman. De l'autre côté Dents Les Blanc où nous avons passé la journée d'hier après (ou demain). Rionda est une caserne militaire abandonné où vous pouvez trouver de l'eau. (Mare dernier jusqu'à ce Demecre (includ)) [Google]

» Daniel - 17/10/2010

The relatively new Col de Demecre Refuge used to be an army barrack for soldiers who manned a gun to shoot off enemies rowing up the Rhone. There seems to be an advanced tunneling system under here. Now the refuge is proudly build and run by a local community. During winter you must enter the building by the roof! There is NO running water in or near the hut.

\* \* \*

L'relativement nouveau Refuge du Col de Demecre l'habitude d'être une caserne pour les soldats qui tenaient une arme pour tuer les ennemis hors d'aviron en remontant le Rhône. Il semble y avoir un système avancé tunnel sous ici. Maintenant, le refuge est fièrement construire et géré par une collectivité locale. Pendant l'hiver, vous devez entrer dans le bâtiment par le toit! Il n'y a pas d'eau courante dans ou près de la cabane. [Google]

» Lou Papé - 02/08/2009

Ne pas hésiter à passer la nuit au refuge de La Vare afin de couper cette très longue étape: accueil très sympa du gardien (un berger corrézien), repas délicieux et abondant, dortoir impeccable. Malheureusement, sa compagne (une bretonne spécialiste des crêpes) était absente lors de notre passage.

» Lou Papé - 28/07/2009

Un must comme étape avec comme récompense au col des Perris Blancs une vue fantastique sur le Mt Blanc et sur le lac de Genève

Point		Tronçon		
Nom	Services	Information	Balisage	
 <b>Anzeindaz</b> 1877 m		D 1.5 km / 0h35		
<b>Hébergements</b>				
<b>Refuge Giacomini</b>				
<u>Adresse :</u> 1882 Gryon Tél. : +41 24 498 22 95 / E-mail : refuge@anzeindaz.com				
<u>Catégorie :</u> B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude				
<u>Période d'ouverture :</u> mai - octobre				
<u>Prix de la demi-pension :</u> 51-75 EUR				
<u>Prix de la nuitée :</u> 31-50 EUR				
<u>Réductions et restauration :</u>				
✓ Familles / enfants				
✓ Petit-déjeuner				
✓ Repas de midi				
✓ Repas du soir				
<b>Refuge de la Tour</b>				
<u>Adresse :</u> Pierre-Louis Normand Case Postale 26 - 1882 Les Posses sur Bex Tél. : +41 24 498 11 47 /				
<u>Catégorie :</u> B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude				

Période d'ouverture : mai - octobre  
 Prix de la demi-pension : 30-50 EUR  
 Prix de la nuitée : 15-30 EUR  
 Réductions et restauration :

-  Familles / enfants
-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir



Col des Essets  
2015 m

D 3.2 km /   
0h55



La Vare  
1762 m



D 2.5 km /   
0h45

#### Hébergements

##### Buvette La Vare

Adresse :

1888 Plan-sur-Bex

Tél. : 024 498 15 92 /

Tél. portable : 079 291 22 84 /

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juin - octobre

Prix de la demi-pension : 30-50 EUR

Réductions et restauration :

-  Familles / enfants
-  Petit-déjeuner
-  Repas du soir



Le Richard  
1541 m

D 2.6 km /   
0h45



Pont de Nant  
1232 m



D 3 km /   
1h00

#### Hébergements

##### Auberge Communale

Adresse : Sylvie & David Berger

1888 Plan-sur-Bex

Tél. : +41 24 498 14 95 /

E-mail : info@pont-de-nant.ch

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juillet - octobre

Réductions et restauration :



Nant  
1502 m

D 2.4 km /   
1h35



Les Martinets  
2094 m

D 1.9 km /   
1h15



Col des Perris  
Blancs

D 1.3 km /   
0h35



2538 m  
La Tourche  
2185 m



D 1.6 km /   
0h35

**Hébergements**

**Cabane de la Tourche**

Adresse : Karine Moix

Tél. portable : +41 79 386 09 68 /

E-mail : info@tourche.ch

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juillet - septembre

Prix de la demi-pension : 30-50 EUR

Prix de la nuitée : 15-30 EUR

Réductions et restauration :

-  Associations de montagne
-  Familles / enfants
-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir



Rionda  
2147 m

D 4 km /   
1h40



Le Dézman  
2056 m

D 1.3 km /   
0h35



Col du  
Demècre  
2357 m



D 1.3 km /   
0h35

**Hébergements**

**Cabane du Demècre**

Adresse : Jacquemettaz Didier

Tél. : +41 27 746 35 87 /

Tél. portable : +41 78 793 41 72 /

E-mail : cabane@demecre.ch

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juin - septembre

Prix de la demi-pension : 30-50 EUR

Prix de la nuitée : 15-30 EUR

Réductions et restauration :

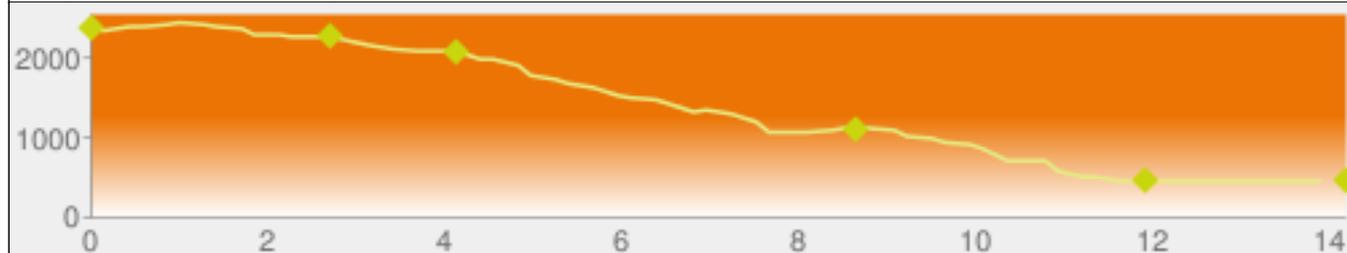
-  Familles / enfants
-  Groupes
-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir

Difficulté 	Temps de marche 5h30	Distance 14.2 km	 164 m	 2063 m	Qualité des données GPS : +++
--	----------------------	------------------	---	--	----------------------------------

### Description

Quitter le Col du Demècre en direction du sud pour arriver au Portail de Fully. De là, le sentier passe par la crête, offrant une vue sur le haut et le bas Valais. Depuis le Sex Carro, la descente est raide sur Champex et Dorénaz. Pour cette portion, il est aussi possible de prendre une télécabine. Traverser le plateau du Rhône pour arriver à Pissevache/Vernayaz.

### Diagramme altimétrique



### Descriptif détaillé

Depuis le col du Demècre, prendre la direction sud-ouest, suivre le sentier en lacets jusqu'au Diablely. Après l'avoir franchi, prendre un virage pour descendre sur la pente légère d'un pâturage et rejoindre le Portail de Fully. Sur le sentier en balcon qui suit, on a une vue remarquable sur la vallée du Rhône : depuis le fond de la vallée de l'Oberwallis (Haut Valais), où l'on peut admirer les innombrables vergers, à l'Unterwallis (Bas Valais) où le Rhône brille sous le soleil. La tour de télécommunication qui se trouve sur le Sex Carro indique le chemin à suivre le long de la crête. La descente dans la vallée du Rhône commence au Sex Carro. Traverser l'éclaircie de forêt de Jeur Brûlée. De là, continuer sur la route d'accès jusqu'au premier virage où un sentier de montagne descend sur Champex. D'ici, il est possible de prendre le téléphérique pour Dorénaz ou de descendre à pieds par le sentier à travers bois en passant par Allesse. Depuis la gare de vallée du téléphérique, la route du village mène à un pont qui traverse le Rhône. Longer la rive droite du fleuve pour atteindre le passage souterrain de l'autoroute, qui mène directement à Pissevache/Vernayaz, la fin de l'étape. Ici, il est possible d'admirer un des spectacles naturels de la région, la cascade de Pissevache, bien qu'elle soit aujourd'hui régulée par l'eau résiduelle de la rivière Salanfe.

*(Schweizer Wanderwege)*

### Patrimoine naturel et culturel

Martigny Après la destruction d'Octodurum en 58 avant J.C., la ville nouvellement construite fut placée au rang de ville de marché. La petite ville devint alors un important centre commercial et connut son apogée à l'époque romaine. De nombreuses reliques gallo-romaines, par exemple l'ancien amphithéâtre, témoignent encore aujourd'hui de ce brillant passé. Le nom de la ville changea à la fin du 12ème siècle. En raison de sa proximité immédiate avec le col de Joux (Grand St Bernard), Martigny dut fréquemment subir le passage d'armées en guerre. Le château de Bâtaz, construit par l'évêque de Sion, fut assiégé à plusieurs reprises par les Savoyards et détruit en 1457. Entre 1798 et 1803, la région de Wallis, et donc Martigny, fut annexée à la France. La ville actuelle, surplombée par la tour de Bâtiaz, a été construite au niveau du coude formé par le Rhône, le long de la rivière Dranse. La situation géographique particulière de Martigny en fait un « pivot des Alpes ». Martigny est connectée à l'Italie (Aosta, 75km) et à la France (Chamonix-Mont-Blanc, 40km) par le col du Grand St Bernard.

À proximité de Martigny se trouve la cascade de Pissevache. Un certain nombre d'écrivains ont écrit sur cette cascade, comme Goethe, Jean-Jacques Rousseau, Frau de Staël ou Émile Javelle. En 1779, Goethe écrit : « Nous sommes enfin arrivés à la cascade qui mérite sa renommée avant bien d'autres. Une eau puissante s'élançait d'une fissure dans la roche à une hauteur considérable et s'engouffrait dans un bassin, où le vent la vaporise et la fait mousser... » Malgré une vive polémique, la construction du barrage de Salanfe eut finalement lieu, en 1952.

*(Schweizer Wanderwege)*

### Commentaires des randonneurs

» Elisabeth - 05/12/2014

Après le pont sur le Rhône, il faut continuer tout droit jusqu'à Vernayaz. Si l'on veut voir la cascade de près, il sera toujours temps de faire l'aller-retour ! Il n'y a plus de camping à Pissevache et le départ de l'étape suivante n'est pas à Pissevache, mais à Vernayaz !

» *Joc - 28/10/2014*

Pour éviter une étape trop longue et avec trop de dénivelé de Vernayaz au col du Demècre, prendre le téléphérique de Dorénaz à Champex d'Allesse (se renseigner sur les horaires). Le samedi-dimanche le 1er téléphérique est à 09h30... La cabane du Demècre est très sympa. Mais le plat du soir est toujours des spaghettis, et c'est tout. Excellente tarte aux pruneaux. Pas d'eau courante. Mais il y a des grands bidons avec de l'eau de pluie (non-potable). La gardienne fournit une petite cuvette d'eau chaude sur demande, pour se laver. On peut acheter des bouteilles d'eau potable.

» *Thierry M - 23/12/2013*

Monaco - Trieste Vernayaz - Cabane Scex carro is a steep way up 3h40 but worth the effort, great view and cheap bed 15CHF (July 2013), shared pasta shoota with friendly keeper Fabrice & friends Cabane Scex Carro - Col/refuge du Demecre is 2h way up not steep possible to sleep at Col du Demecre. From there it can reach Chalet neuf 1858m in one hour down from Col du Demecre but off via alpina which stays upper

\* \* \*

*Monaco - Trieste Vernayaz - Cabane Scex carro est une façon raide jusqu'à 3h40 mais en vaut la peine, très belle vue et lit 15CHF pas cher (Juillet 2013), partagé shoota de pâtes avec gardien sympathique Fabrice et amis Cabane Scex Carro - Col / refuge du Demecre est 2h chemin jusqu'à pas raide possible de dormir au Col du Demecre. De là, il peut atteindre Chalet neuf 1858m en une heure vers le bas depuis le Col du Demecre mais hors Via Alpina qui reste supérieure* [Google]

» *Jean-Louis GIRAUD - 20/05/2013*

Faute de renseignements précis sur les possibilités d'hébergement à VERNAYAZ, j'ai trouvé une chambre d'hotels pratiquement sur la trace de la Via Alpina, à proximité de DORENAZ, au lieu dit ALLESSE... Accueil très cordial d'un couple de jeunes Français dans une belle maison au dessus de la vallée du RHONE. J'étais leur premier "client" et l'évènement a été très correctement arrosé ! " L'AURORE " Chambres d'hotels chez Aurore CRUNELLE 8 Route de CHAMPEX à ALLESSE / DORENAZ Tel 00 41 (0)79 613 21 20 ou 00 41 (0)27 722 09 68 Email : aurore@allesse.ch Le gîte dispose de plusieurs chambres . Bon et copieux petit déjeuner. Au final une bonne alternative à VERNAYAZ...

» *Daniel - 17/10/2010*

A little off the track is Cabane de Sex Carro. In the mist I passed this mini-refuge and the warden hailed me in, warmed me up with a cup of coffee. He pointed me the peak of the Mont Blanc as it appeared between the mists for a couple of seconds. Watch his doggy who gets over-excited when new guests arrive. He has a 10 bed dorm (CHF 10). Use this as an alternative to Vernayaz.

\* \* \*

*Un peu hors des sentiers est Cabane sexe de Carro. Dans la brume je suis passé ce mini-refuge et le directeur m'a salué, m'a réchauffé avec une tasse de café. Il a souligné moi le pic du Mont Blanc comme il est apparu entre la nuit pour un couple de secondes. Regardez son chien qui obtient surexcité quand de nouveaux invités arrivent. Il dispose d'un dortoir lit 10 (CHF 10). Utilisez-le comme une alternative à Vernayaz.* [Google]

» *Daniel - 17/10/2010*

Ugly Varnayaz has a supermarket, post office and a bank. The Cascade hotel, 1 km north, charges CHF 80 per night. The station near the railway station looked cheaper, but had its resting day when I arrived.

\* \* \*

*Laid Varnayaz dispose d'un supermarché, bureau de poste et une banque. L'hôtel Cascade, à 1 km au nord, facture 80 CHF par nuit. La station près de la gare semblait moins chers, mais a eu son jour de repos quand je suis arrivé.*

[Google]

Point		Tronçon	
Nom	Services	Information	Balisage
 Col du Demècre		D 2.7 km / 1h00	

2357 m

**Hébergements**

**Cabane du Demècre**

Adresse : Jacquemettaz Didier

Tél. : +41 27 746 35 87 /

Tél. portable : +41 78 793 41 72 /

E-mail : cabane@demecre.ch

Catégorie : B: refuge gardé isolé, gîte d'alpage, hôtel d'altitude

Période d'ouverture : juin - septembre

Prix de la demi-pension : 30-50 EUR

Prix de la nuitée : 15-30 EUR

Réductions et restauration :

-  Familles / enfants
-  Groupes
-  Petit-déjeuner
-  Repas de midi
-  Repas du soir



Portail de Fully  
2269 m

D 1.4 km /   
0h20



Sex Carro  
2083 m

D 4.6 km /   
2h05



Champex  
1120 m

D 3.2 km /   
1h20



Dorénaz  
449 m



D 2.3 km /   
0h45



Vernayaz  
457 m



D 2.3 km /   
0h45

**Bibliographie**

Liens

- <http://www.ofible.ch>
- <http://www.sbrinz-route.ch>
- <http://www.unesco.ch/wie/kultur/welterbe/>

Cartes

- 265T Nufenenpass ~ Swisstopo (1: 50'000)
- Tessin Sopraceneri 3-259-00831-4 ~ Hallwag Kümmerly und Frey AG, Urtenen BE (1: 60'000)
- n° 11 ~ Istituto Geografico Centrale - Torino (1:50.000)
- Aletsch Goms Brig Simplon ~ Hallwag Kümmerly und Frey AG, Urtenen BE (1: 60'000)
- 264T Jungfrau ~ Swisstopo (1: 50'000)
- Aletsch und Unteres Goms ~ Brig Tourismus, Brig (1: 25'000)
- 274T Visp ~ Swisstopo (1: 50'000)
- Lötschental Lauchernalp 3-259-00327-4 ~ Hallwag Kümmerly und Frey AG, Urtenen BE (1: 25'000)
- 263T Wildstrubel ~ swisstopo (1: 50 000)

- 273T Montana ~ swisstopo (1: 50 000)
- Jungfrau Region 18 ~ Hallwag Kümmerly + Frey, ISBN 3-259-00886-1 ( 1:60'000)
- Saanenland-Simmental Frutigland ~ Hallwag Kümmerly und Frey AG, Urtenen, 3-259-00805-5 (1: 60 000)
- Saanenland-Simmental Frutigland ~ Hallwag Kümmerly und Frey AG, Urtenen 3-259-00805-5 (1: 60 000)
- 5025T Saanenland Simmental (Zusammens.) ~ swisstopo (1: 50'000)
- 272T St-Maurice ~ Swisstopo (1: 50'000)
- Grand-St-Bernard / Dents du Midi-Les Diablerets ~ Kümmerly und Frey AG, 3052 Zollikofen (1: 60'000)

**Guides de randonnée**

- Tessin ~ Bergverlag Rudolf Rother GmbH (ISBN 3-7633-4078-5)
- Wanderwelt Tessin / SAW und Geotechnisches Institut ~ Hallwag Kümmerly und Frey AG (ISBN 3-259-03698-9)
- 20 Bergwanderungen Region Tessin / Luc Hagmann / Franz Auf der Maur ~ Werd Verlag TA Media AG, Zürich (ISBN 3-85932-347-4)
- Locarno (V. Verzasca / V. Maggia) / Arno Hofmann ~ Hallwag Kümmerly und Frey AG (ISBN 3-259-03642-3)
- Brig Simplon Aletsch Goms / Chrisitan Fux ~ Rotten Verlag AG Philipp Mengis (ISBN 3-907624-52-1)
- Oberwallis / Waeber/Steinbichler ~ Bergverlag Rudolf Rother GmbH (ISBN 3-7633-4127-7)
- 20 Bergwanderungen Region Wallis / Luc Hagmann, Franz u. Brigitte Auf der Maur ~ Tamedia AG Werd Verlag (ISBN 3-85932-305-9)
- Oberwallis / Peter Grimm ~ Bruckmann Verlag (ISBN 3-7654-3321-7)
- Unterwallis / Waeber/Steinbichler ~ Bergverlag Rudolf Rother GmbH (ISBN 3-7633-4128-5)
- Die schönsten Bergwanderungen in der Schweiz / Rose Marie Bleyer und Gerhard Bleyer ~ Bruckmann Verlag GmbH (ISBN 3-7654-3810-)
- Wanderwelt Schweiz / SAW und Geotechnisches Institut ~ Hallwag Kümmerly und Frey AG, Urtenen BE (ISBN 3-259-03697-0)
- Saanenland-Simmental-Diemtigal ~ Berner Wanderwege BWW (ISBN 3-952222-3-X)
- Berner Oberland West ~ Bergverlag Rudolf Rother (ISBN 3-7633-4282-6)
- 20 Bergwanderungen Region Berner Oberland ~ WERD Verlag (ISBN 3-85932-276-1)
- Kompass Wanderbuch Wallis 998 ~ KOMPASS-Karten GmbH, Rum/Innsbruck (ISBN 3-85491-773-2)
- Du Léman à Sion / André Beerli ~ Editions Ketty & Alexandre (ISBN 2-88114-026-2)

**Légende**

	Point étape (départ ou arrivée d'étape)		Restauration	A	Route goudronnée ou pavée		Promenade / tourisme (sentier large non exposé)
	Possibilité intermédiaire d'hébergement		Médecin	B	Piste de terre		Randonnée (sentier de montagne, parfois étroit et exposé)
	Sommet		Pharmacie	C	Chemin muletier		Randonnée alpine (passage équipé ou très exposé, névé, blocs)
	Col		Boulangerie / commerce d'alimentation	D	Sentier de montagne		
	Ville, village		Quincaillerie / magasin de sport	E	Sentier équipé (câbles, échelles)		
	Autre lieu-dit		Poste	F	Hors sentier		
			Banque / distributeur de billets				
			Train				
			Car				
			Taxi				
			Accès public automobile				

**Avertissement**

Ces données reflètent les informations publiées sur le site internet [www.via-alpina.org](http://www.via-alpina.org) à la date de téléchargement. Les données de ce site ont été relevées par un grand nombre de partenaires locaux dans chacune des régions alpines. Elles sont actualisées avec une fréquence variable selon les régions. Nous sommes conscients qu'il subsiste des inexactitudes et des différences de qualité et nous vous invitons à nous signaler celles que vous détecterez par le biais de la fonction « Commentaires » proposée sur chaque fiche-étape du site.

Crédits : voir [www.via-alpina.org/fr/credit](http://www.via-alpina.org/fr/credit)

Date d'exportation : 01/02/2016