

Traversée des Balcons de l'Oberland

Suisse

Code voyage : CHELP0005

Randonnée liberté • voyage itinérant

7 jours • 6 nuits • Rien à porter • Niveau : 4/5



Voici la traversée du plus prestigieux balcon des Alpes, de Lenk à Grindelwald. Une semaine durant, vous admirerez les faces extraordinaires du Wetterhorn (3701m), de l'Eiger (3970m), du Mönch (4029m), de la Jungfrau (4158m) et du Breithorn (3782 m). Les sentiers que vous suivrez vous offriront une infinie variété de paysages de montagne : balcons, vallées verdoyantes, villages traditionnels et fleuris, lacs d'altitude. Le "trek des Alpes", à découvrir ou redécouvrir pour votre plus grand bonheur ... le dos léger ! Les étapes dans les villages suisses ajoutent au bonheur de cette randonnée exceptionnelle d'un bon niveau technique.

Points forts

- De superbes paysages de montagne et de haute montagne
- Un milieu très préservé et riche en faune
- Un habitat à l'architecture remarquable et traditionnelle
- Des hébergements confortables
- Une très belle randonnée alpine

Le Village 38112 Autrans-Méaudre en Vercors • Tél. : +33 (0) 4 76 95 23 00 • Fax : +33 (0) 4 76 95 24 78
Site internet : www.grandangle.fr • Blog : blog.grandangle.fr • E-mail : info@grandangle.fr

PROGRAMME

J1 • Lenk – 1064m

Arrivée à la gare de Lenk. Installation à l'hôtel au cœur de Lenk et 1^{ère} balade au pied du massif du Wildstrubel.

Selon l'option choisie de 3 à 7h de marche ; de +480m à +950m ; de 7.4km à 20km

Nuit à Lenk en hôtel en nuit et petit déjeuner

J2 • Lenk – Adelboden, 1350m

Belle montée jusqu'au col du Hahenmoos (1956m). Puis nous descendrons dans les alpages de Hindersillere jusqu'au village d'Adelboden. Alternative par Simmenfalle.

Selon l'option choisie de 4h30 à 6 h de marche ; de +1000m à 1250m ; de - 600 à - 900m ; 14km

Nuit à Adelboden en auberge en demi-pension

J3 • Adelboden – Kandersteg, 1200m

Passage par le très panoramique point de vue du Bunderspitz (2546 m) et descente sur Kandersteg.

Selon l'option choisie de 6 à 7h de marche ; + 1250m ; de - 700m à -1350m ; de 16km à 20km

Nuit en auberge dans la vallée de Kandersteg, en demi-pension

J4 • Kandersteg – Griesalp (Golderli), 1440m

Le point culminant de la semaine avec le passage du Hohtürli (2778m), au pied du massif de Blümlisalp (3663m) en montant par l'extraordinaire cirque du lac d'altitude Oeschinensee (1578m), d'où nous gagnerons Griesalp, notre étape du soir.

Selon l'option choisie de 6h30 à 8h de marche ; de +1200m à +1600m ; - 1400m ; 13km ou 16km.

On peut raccourcir l'étape en montant de Kandersteg au lac Ochinensee par le télésiège (à partir de 7h30)

Nuit à la Pension Golderli en demi-pension (1440m, auberge).

J5 • Griesalp – Mürren, 1638m – Lauterbrunnen, 800m

Etape splendide où vous marcherez au milieu des riches alpages aux chalets décorés, avec en toile de fond un monde de glaciers et de haute montagne, dominé par le Grosshorn (3754m) et le Breithorn (3785m). Passage du col de Sefinenfurgge (2612m) et descente jusqu'à Mürren, puis Lauterbrunnen. On peut raccourcir l'étape en prenant le train de montagne ou le téléphérique de Mürren à Lauterbrunnen.

6h40 de marche ; + 1210m ; 975m jusqu'à Mürren ; -1813m jusqu'à Lauterbrunnen ; de 14km à 20km

Nuit à Lauterbrunnen en hôtel 3* en demi-pension

J6 • Lauterbrunnen- Grindelwald, 1034m

Montée via les chutes de Trummelbach. Puis étape spectaculaire qui longe les faces nord de la Jungfrau, du Mönch et de l'Eiger avec le passage de la « Kleine Scheidegg (2061). » Descente ensuite sur Grindelwald.

7h de marche ; + 1250m ; - 1050m ; 20km

Nuit à Grindelwald (1134m) en hôtel 3* en demi-pension

J7 • Grindelwald

Nous vous proposons d'aller découvrir le Faulhorn, 2680m un sommet de tout 1^{er} ordre qu'on peut aborder de 4 façons différentes, et qui offre une vue exceptionnelle sur les grands sommets autour et sur la vallée avec ses lacs.

1 directement à pied depuis le village

2 par le télécabine 6 places du First (25' pour arriver à 2168m !)

3 par le bus et la Grosse Scheidegg (1962m) au pied du Weitherhorn.

4 par le train à crémaillère de Schynige Plate, via Wilderwill.

Selon l'option choisie, de 4 à 8h de marche ; de 9.3km à 21km ; de +700m à +1626m ; -1630m à -900m.

Fin de nos prestations après la randonnée du jour.

Itinéraire

Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué, notamment à cause des disponibilités dans les hôtels. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

QUELQUES PRÉCISIONS

Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.

Niveau 4/5

Bon à très bon marcheur, bonne à très bonne condition physique. 6 à 8h de marche effective par jour ; dénivelé moyen en montée : 800 à 1250 m par jour (voire un peu plus parfois).

Transport des bagages

Rien à porter : vous ne portez qu'un petit sac à dos avec le pique-nique et vos affaires de la journée. Vous retrouvez vos bagages tous les soirs à l'étape. 1 bagage suiveur par personne.

Dossier de voyage

Circuit liberté, sans accompagnateur ; un dossier de voyage complet vous sera remis, comprenant entre autres les cartes, le topo guide, la liste des hébergements et bons d'échange. Selon les cas, vous recevrez votre dossier avant le départ, ou vous le retrouverez au premier hébergement.

Groupe

A partir de 2 personnes

Durée

7 jours / 6 nuits / 7 jours de randonnée.

Confort

► Hébergement

En auberges ou hôtels (type 2** et 3***) en chambre de 2, sanitaires dans les chambres **sauf à Griesalp** sanitaires sur le palier.

► Restauration

En demi-pension sauf le J1 en nuit et petit déjeuner. Dîner et petit déjeuner servis chauds

Merci de nous préciser à l'inscription toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

Début/Fin

► Début

Début à Lenk à partir de 10h à l'hôtel (et toute la journée).

► Fin

Fin à Grindelwald après la dernière randonnée.

Période de départ

Dates de départ à votre convenance de début juillet à mi-septembre.

Attention : de début à mi-juillet, la présence de neige et de névés sur certains passages demandent un peu plus d'expérience.

Votre budget

► Les prix comprennent

- L'hébergement en demi-pension en chambre de 2 (sauf le J1 en nuit et petit déjeuner)
- le transport des bagages
- le dossier de voyage

► Les prix ne comprennent pas

- les boissons
- les transferts (téléphériques, trains, bus)
- les repas de midi
- le dîner à Lenk le J1
- les assurances
- les frais d'inscription
- l'acheminement
- tout ce qui n'est pas indiqué dans « Les prix comprennent »

► Options, suppléments, réductions

- supplément chambre individuelle
- nuit supplémentaire à Lenk en hôtel équivalent 2* en chambre de 2 ou chambre seule en nuit et petit déjeuner
- nuit supplémentaire à Grindelwald en hôtel 3* en chambre de 2 ou chambre seule en demi-pension

Assurances

Vous pouvez souscrire, par l'intermédiaire de GRAND ANGLE, une assistance rapatriement, une assurance annulation seule, une assurance multirisque ou une assurance complémentaire CB : assurances facultatives.

1/ L'assurance multirisque avec extension de garanties spéciales épidémies et pandémies, en complément du contrat multirisque n°4312 déjà existant

2/ L'assistance rapatriement, contrat n°4310 comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement

3/ L'assurance annulation + interruption de séjour, contrat n°4311 vous couvre hors frais d'inscription et hors taxes aériennes.

Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par Grand Angle selon les conditions d'annulation générales de vente (<https://www.grandangle.fr/conditions-vente>) et/ou conditions particulières de vente de votre contrat de voyage.

4/ L'Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement (multirisque), contrat n°4312

5/ L'assurance complémentaire CB, contrat n°4313 vous est proposée pour l'achat d'un séjour avec une Carte Bancaire proposant des garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum).

Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurincio. Leur tarif varie en fonction du type d'assurance choisi et du montant de votre voyage.

Se référer à notre site internet <https://www.grandangle.fr/en-pratique/etre-bien-assure>

Pour les personnes ayant leur domicile légal et fiscal hors Europe occidentale ou dans les COM, DROM, POM,
Grand Angle peut leur proposer un contrat spécifique « impatriés », contrat n°2142 offrant une garantie annulation et/ou assistance rapatriement (sur demande)

Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinfo.

Il vous appartient, en cas de sinistre, d'effectuer les démarches nécessaires auprès de l'assurance.

Accès

► En train

De Paris : <https://www.sbb.ch/fr/home.html>

Aller : Paris - Bern - Lenk.

Retour : Interlaken - Basel - Paris.

Retour de Grindelwald à Lenk, via Interlaken : Un train toutes les 30min à partir de 14h jusqu'à 19h

► En voiture

Par le nord : accès par Bâle, Lucerne

Par l'ouest : accès par Frasnens, Neuchâtel, Bern

Par le sud : accès par Genève, Lausanne, Bern

Vous pouvez trouver l'itinéraire sur le site suivant : <https://www.viamichelin.fr/>

► En avion

Les aéroports internationaux de Zurich Kloten, Genève Cointrin, Bâle Mulhouse et Berne vous permettent de rejoindre commodément et rapidement la région de l'Oberland.

[EuroAirport Basel Mulhouse](#)

[Flughafen Zürich](#)

[Genève Aéroport](#)

Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. Rendez-vous sur www.blablacar.fr.

Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien Dropbox ou WeTransfer de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre blog : blog.grandangle.fr.

Tourisme responsable

► Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été vérifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

► La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Être certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le [Parc Naturel Régional du Vercors](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#).

À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Équipement

Pour transporter vos affaires

- Un petit sac à dos confortable de 40 à 50 L avec ceinture ventrale pour porter vos affaires personnelles et le pique-nique durant la journée
- Un bagage suiveur : un sac à dos, un sac de voyage en bon état, ou une valise pas trop encombrante. Un seul bagage par personne ; limité à 12kg.

Pour randonner

- Des chaussures de montagne tenant la cheville avec une bonne semelle crantée, présentant un contrefort et une bonne imperméabilité
- Des chaussettes confortables « spécial randonnée » (3 paires minimum)
- Une fourrure polaire
- Un pantalon confortable pour la marche (matière technique séchant rapidement)
- Shorts, tee-shirts et sous-vêtements techniques (matière séchant rapidement)
- Une chemise à manches longues (matière technique séchant rapidement)
- Bâtons de marche (télescopiques), très importants pour faciliter la marche

Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration ! (marque Icebreaker, Ruka, etc...).

D'une manière générale, proscrire le coton, qui refroidit lorsqu'il est mouillé.

Pour le pique-nique du midi

- Bol, boîte ou assiette en plastique
- Couverts (cuillère, fourchette, couteau)
- Gourde d'1.5 Litre minimum (obligatoire) ; une gourde thermos pour l'hiver

Contre le soleil et la pluie

- Crème solaire (haute protection) et lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou bob
- Une cape de pluie ou un « Goretex » et éventuellement un pantalon Goretex

Après l'effort

- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Trousse et serviette de toilette (mini)
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, biogaze ou « 2ème peau », gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos ... (tout un programme ! mais rassurez-vous, la pharmacie revient souvent intacte de votre semaine de randonnée)

INFORMATIONS PRATIQUES

Formalités

► Papiers

Les voyageurs, mineurs inclus, doivent être en possession d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport (ressortissants de l'UE).

► Santé

Se munir de la carte européenne d'assurance maladie, à demander à votre caisse d'assurance maladie au moins 15 jours avant le départ. Les conditions sanitaires sont analogues à celles de la France.

Adresses utiles

Office National Suisse du Tourisme à Zurich :

Tel 01 44 51 65 51 ou 00 800 100 30

www.sbb.ch (chemin de fer suisse)

<https://www.oui.sncf/>

www.db.de (chemin de fer allemand)

Office National Suisse du Tourisme à Bern :

Tel 0041 31 328 12 12

Office de tourisme de Lenk :

Rawilstrasse 3

0041 33 736 35 35

<https://lenk-simmental.ch/>

Téléphone

Suisse : 00 41

Langue

Français (région francophone Suisse).

Devise

Le Franc Suisse. 1€ = 1,005 CHF (13/01/2023)