



Sommets et balcons au cœur des alpes suisses

Séjour de randonnée - 4 jours / 3 nuits

Nous vous proposons une escapade sportive dans une charmante vallée des alpes bernoises. Véritable écrin, elle concentre toute la beauté des montagnes suisses : des alpages parsemés de chalets traditionnels, des torrents et des cascades qui résonnent, d'impressionnants glaciers accrochés aux pentes que dominent des sommets de haute montagne.

Et si nous avons choisi l'automne, c'est pour profiter du calme de cet espace remarquable où l'homme et la nature cohabitent en harmonie.

Le séjour un coup d'œil

Niveau soutenu : 6 à 7 h de marche par jour, avec 800 à 1200 m de dénivelés positif et négatif, en altitude (> 2000 m)

Taille du groupe : 4 à 8 participants

Hébergements : en refuges, avec pension complète

Encadrement : deux accompagnateurs en montagne passionnés

Dates : du 7 au 10 octobre 2025

Tarif : 780 € par personne

Vos contacts

Benoît Collet
www.lignesdecretes.fr
benoit@lignesdecretes.fr
06 83 52 12 49

Guillaume Brocker
www.vers-les-cimes.fr
guillaume@vers-les-cimes.fr
06 49 95 38 83

Le programme

Ce programme peut être modifié à tout moment par les professionnels encadrants en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, ils restent seuls juges du programme.

Les professionnels se réservent le droit d'annuler le départ si et seulement si la sécurité des participants ne peut être assurée, en raison de circonstances exceptionnelles et inévitables.

Jour 1

Distance : 11 km / D+ : 980 m / D- : 220 m

Hébergement : auberge de montagne

Repas inclus : dîner

Déplacement en covoiturage depuis l'Alsace pour la Suisse. Départ à 7h15 depuis le secteur d'Obernai, 8h00 depuis le secteur de Mulhouse. Trajet de 2 heures environs jusqu'au point de départ de notre aventure.

Nous nous retrouvons dans le joli village de Kiental, niché au cœur de l'Oberland Bernois. Cette première journée, assez courte, nous permet de démarrer notre itinérance en douceur. Après la

vérification du matériel individuel et une présentation du séjour, nous empruntons un sentier le long d'un torrent de montagne niché dans une vallée assez étroite. Après quelques kilomètres, nous empruntons un sentier plus raide alternant entre forêt de montagne et alpages. Nous arrivons sur la crête sous le sommet du Aabeberg (1964m), magnifique belvédère dominant la vallée de Griesalp. Après une pause bien méritée, nous atteignons le sommet. Nous redescendons sur Gorneren, véritable oasis de paix, pour atteindre notre premier hébergement et prendre un peu de repos. Repas traditionnel suisse dans une maison de montagne loin de l'agitation touristique.

Jour 2

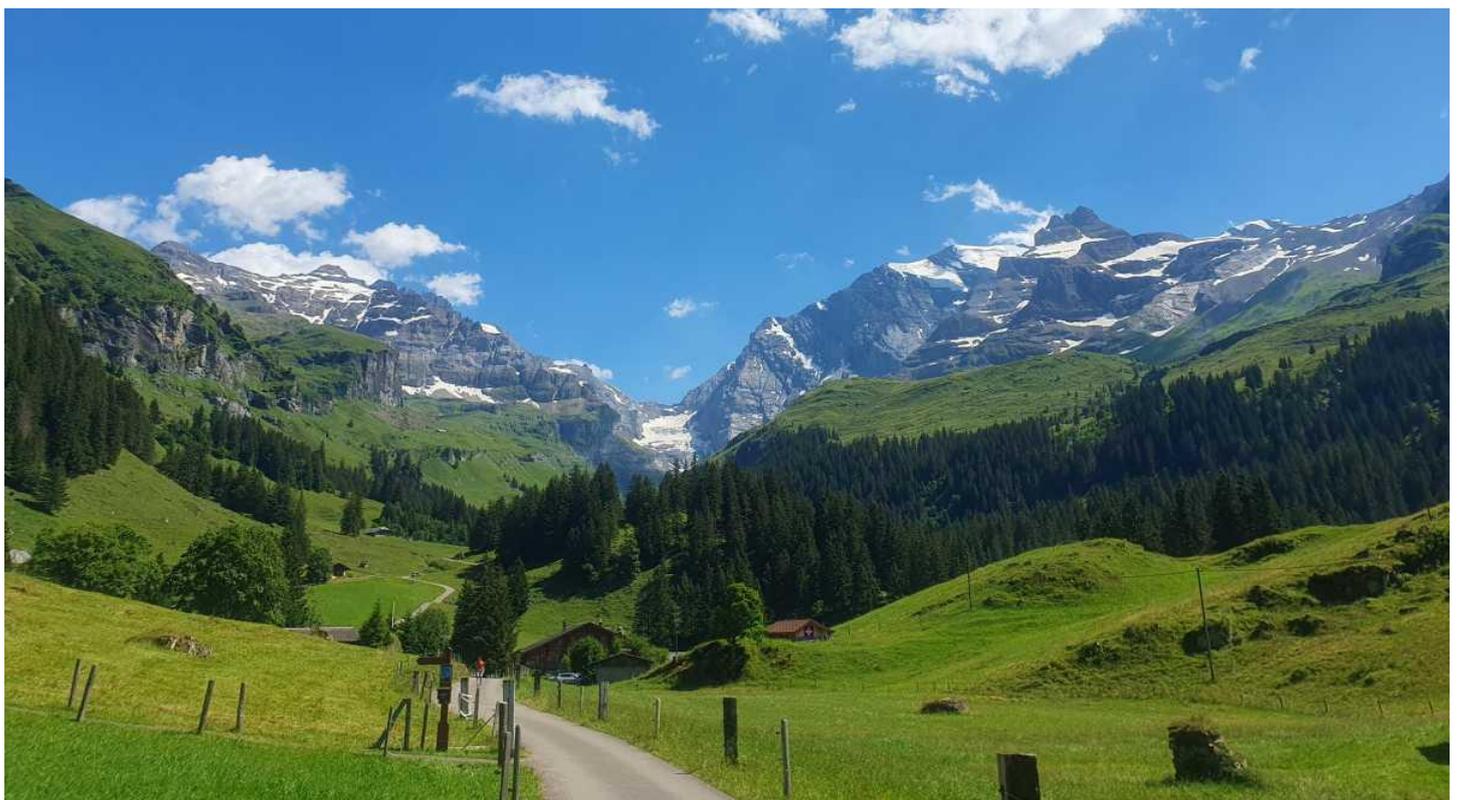
Distance : 12 km / D+ : 800m / D- : 800m

Hébergement : auberge de montagne

Repas inclus : matin / midi / soir.

Départ de notre hébergement pour une boucle en direction le sommet du Chistihubel (2215m). Notre

parcours emprunte les chemins et sentiers au cœur des alpages et serpente au milieu des fermes d'altitude. Nous montons jusqu'à la petite crête arrondie qui offre une vue panoramique à 360° sur la vallée. Le cadre est idéal pour notre pique-nique. Après cette pause, nous passons par l'autre versant où le petit sentier parcourt une moraine nichée dans un vallon au caractère sauvage.



Jour 3

Distance : 11 km / D+ : 1100m / D- : 130m

Hébergement : refuge de montagne

Repas inclus : matin / midi / soir

Après le petit déjeuner, nous préparons les sacs pour partir deux jours en itinérance. Nous remontons la vallée avec comme toile de fond les sommets les dentelles de sommets à plus de 3000 mètres d'altitude, tous classés par l'UNESCO comme patrimoine naturel mondial.

Au fil de notre progression, la végétation se fait de plus en plus rase. Elle finit par laisser la place au

minéral. Notre longue ascension aboutit à un col perché à 2612 mètres d'altitude. Telle une fenêtre, cet endroit nous offre un panorama à couper le souffle sur l'Eiger, le Mönch et la Jungfrau, le fameux trio de sommets de plus de 4000 mètres.

Nous reprenons notre parcours en altitude. Alors que nous nous enfonçons toujours plus dans le fond de la vallée, nous faisons maintenant face l'imposante majesté des glaciers accrochés à des pentes improbables. Puis au détour d'un virage, notre objectif se laisse enfin voir : un refuge posé à 2500 mètres d'altitude. Et c'est dans ce cadre splendide que nous nous installons pour la nuit.

Jour 4

Distance : 10 km / D+ : 360m / D- : 1330m

Repas inclus : matin / midi

Après le petit déjeuner, nous nous apprêtons à repartir pour le dernier trajet dans ce cadre exceptionnel.

Quittant le refuge, nous descendons jusqu'aux moraines, ces énormes accumulations de roches déposées par l'érosion glaciaire. Des passerelles

nous font franchir les torrents bouillonnants des eaux laiteuses dévalant des entrailles des glaciers.

Arrivant à des altitudes plus basses, nous retrouvons le vert des alpages. Le bourdonnement de l'eau est omniprésent. Allant toujours plus bas à travers les forêts de résineux, nous retrouvons le torrent. Nous le longeons encore un peu avant d'arriver Griesalp. Nous prenons enfin le car postal sur un parcours spectaculaire qui nous ramène à Kiental par la route de montagne la plus escarpée de Suisse (pente > 28%) !

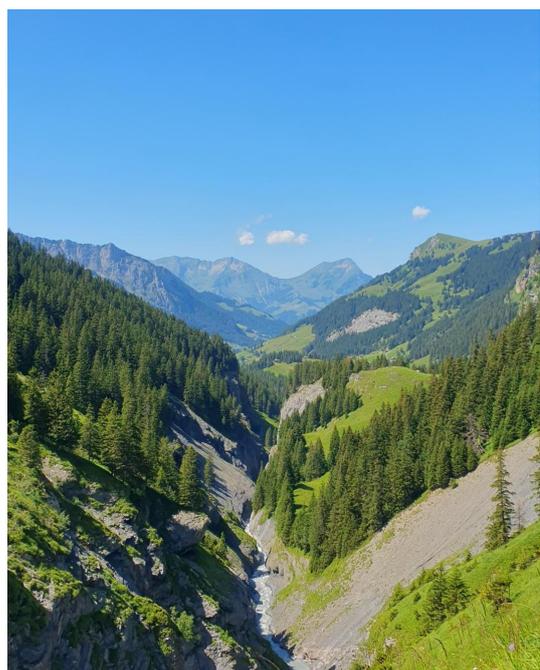


Informations pratiques

Niveau : soutenu

Vous randonnez plusieurs fois par mois, vous faites une activité sportive d'endurance au moins deux fois par semaine.

Comptez **6 à 7 h** de marche par jour et **800 à 1200 m** de dénivelés positif et négatif. Les parcours comportent des passages techniques, ainsi que des portions en altitude (> 2000 m).



Le groupe

De 4 à 8 personnes.

Encadrement

2 accompagnateurs en montagne diplômés.

Hébergements & repas

En refuges de montagne gardés, nuits en dortoir (couvertures à disposition), en pension complète. Des douches sont disponibles le jour 1, mais pas le jour 2.

Les petits déjeuners et les dîners sont pris aux refuges. Les pique-niques sont fournis par les refuges (excepté celui du jour 1) et sont pris en plein air.

Vous devrez prévoir votre pique-nique du jour 1.

Déplacements, début et fin du séjour

Nous organisons le trajet A/R depuis l'Alsace. Un premier regroupement est proposé dans le secteur d'Obernai, avec un départ à 7h15. Un second regroupement est proposé dans le secteur de Mulhouse, avec un départ à 8h00. Arrivée au lieu du séjour en Suisse vers 10h00.

Fin du séjour vers 15h30. Retour en Alsace estimé entre 17h30 et 20h00, selon la fluidité de la circulation et le secteur d'arrivée.

Les frais de covoiturage ne sont pas compris dans le prix du séjour. Une participation vous sera demandée. Son montant sera déterminé à l'issue du séjour.



Équipement

Pour les randonnées

- un sac à dos de randonnée de 40 à 50 litres
- un sur-sac
- une veste type gore-tex
- une doudoune
- une micro-polaire
- une polaire chaude
- un haut à manche longue
- un pantalon de randonnées
- un bonnet
- une paire de gants
- un tour de cou
- des chaussettes de randonnée
- thermos 1 L
- gourde 1 L
- une paire de lunettes de soleil
- barres de céréales, fruits secs
- de la crème solaire, du baume à lèvres
- une paire de chaussures de randonnée (montante de préférence)
- une couverture de survie
- une lampe frontale
- un sifflet
- une paire de bâtons de randonnée (fournis sur demande)



Pour les refuges

- un drap-sac (sac à viande), ou un sac de couchage léger
- une tenue confortable pour le soir
- trousse de toilettes et serviette
- bouchons d'oreilles



Prix : 780 € par personne

✓ Le prix comprend :

- l'encadrement
- l'hébergement
- la pension complète (hors pique-nique du jour 1)
- la mise à disposition de bâtons

⊖ Le prix ne comprend pas :

- les frais de covoiturage
- les frais de stationnement pour les personnes venant avec leur propre véhicule
- les boissons
- les assurances annulation et rapatriement
- tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

Qui sommes nous ?



Benoît Collet

Passionné de montagne et des grands espaces, en complément de mon activité de consultant spécialiste de la transition écologique, j'ai choisi de devenir accompagnateur en montagne pour partager mes passions. A 47 ans, j'ai longuement mûri ma décision puisque mon envie d'exercer ce beau métier date de plus de 20 ans !

Dans un monde de plus en plus urbain et digital, la reconnexion à la nature est essentielle. Écouter le silence de la montagne au petit matin, surprendre une harde de chamois, observer le gypaète en plein vol, reconnaître une empreinte de loup... autant d'émotions que je souhaite partager avec vous.

www.lignesdecretes.fr
benoit@lignesdecretes.fr
06 83 52 12 49

Guillaume Brocker

Ancien ingénieur en informatique, j'ai fait de ma passion pour la randonnée mon métier. Accompagnateur en montagne depuis 2014, je fais découvrir le massif vosgien, la Forêt Noire, le Jura et les massifs alpins.

Pour moi, marcher, c'est (re)mettre son corps en mouvement de manière simple et intuitive. Explorer les montagnes, c'est partir à l'aventure et découvrir des espaces sauvages et fascinants. Suivre les sentiers, c'est parcourir et décrypter l'héritage légué par nos prédécesseurs. Randonner, c'est cultiver notre lien intime avec la nature, source intarissable d'émerveillement, et raviver notre véritable nature.

Et c'est tout cela que je souhaite avec vous.

www.vers-les-cimes.fr
guillaume@vers-les-cimes.fr
06 49 95 38 83