

Liste du matériel conseillé

Vêtements

Pantalon en toile, short
Cape de pluie (poncho)
Tenue confortable (pour l'auberge)

T-shirt, pull, anorak
Chapeau, chaussettes
Chaussettes de randonnée

Matériel divers

Un sac à dos
Appareil photo
Crème solaire, lunettes de soleil
Un couteau (canif)
Gourde ou thermos
Lampe frontale
Sous vêtements
Nécessaire de toilette
Veste chaude ou anorak
Minimum de pharmacie personnelle
Papier hygiénique
Abonnement demi-tarif, abonnement général
Eventuellement bâtons

Prenez encore ce que vous jugez nécessaire d'emporter (dans la limite du raisonnable) et n'oubliez pas la bonne humeur... ce serait dommage.

Entre le Valais et l'Oberland Bernois

Départ le 4 septembre 2010

Les Alpes Bernoises, bien que spectaculaires, présentent un bon nombre de points de passage permettant de rejoindre le canton de Berne à partir du Valais.

Le plus fameux est certainement la Gemmi, à cause du tracé audacieux du sentier côté Leukerbad. Néanmoins, d'autres cols valent la peine d'être parcourus.

Le col du Rawil fait partie de ceux-ci.

Celui-ci permet de rejoindre le fond du Simmental, à la Lenk, depuis le plateau d'Ayent.

Les contrastes y sont très forts, entre les versants arides d'Ayent et les vallons verdoyants du Simmental.



Le Wildhorn. Photo Dwight Peck, www.dpeck.info

Destination Montagne

1233 Bernex

Tél.: +41 22 757 67 57

Fax: +41 22 757 67 58

Mobile: +41 79 629 02 62

E-Mail: lehmann.charles@destination-montagne.ch

<http://www.destination-montagne.ch>

Jour 1: Barrage du Rawil - Rawilpass - Iffigenalp

La chaîne frontière entre le Valais et le canton de Berne, malgré son altitude, n'a pas empêché les populations de l'un ou l'autre côté de la franchir. Ainsi, au Schnidejoch voisin, col permettant de rejoindre le fond de la vallée d'Iffigen depuis le Rawil, on a trouvé récemment des objets remontant à la même époque que Ötzi.

Le Col du Rawil a donc été parcouru depuis des siècles.

(900m, 5h00, Hôtel)

Jour 2: Iffigenalp - Oberlaubhorn - Rezlibergli - Lenk

Le changement de décor sera ici présent. En effet, la veille nous avons grimpé les pentes arides du Valais et abouti dans un environnement très minéral et proche de l'ambiance de haute montagne. Ici, nous allons descendre dans le Simmental, vallée très verdoyante et présentant des reliefs doux.

(500m, 4h30)

Prix: CHF 250.-, € 165.- (adulte) / CHF 225.-, € 145.- (enfant, étudiant, retraité)

Ce tarif comprend tout sauf:

Les frais de transports du domicile jusqu'au lieu de rendez-vous et retour. Il est fortement recommandé d'utiliser les transports publics, le retour depuis la Lenk sur Sion posant d'importants problèmes.

Le pique-nique des deux jours.

Les boissons, vos dépenses personnelles.

L'assurance annulation: CHF 13.- (facultative, doit être demandée lors de l'inscription).

Niveau: 2 jours

Ce raid se déroule sur des sentiers ne présentant pas de difficultés techniques particulières.

Hébergement et repas: Hôtel en pension complète, pique-nique tiré du sac à midi. Les boissons ne sont pas comprises.

Cartes topographiques: CN 1:25 000 no. 1266 Lenk
CN 1:25 000 no. 1267 Gemmi
CN 1:25 000 no. 1286 St-Leonard

Dates limite d'inscription : 20 août 2010

Rendez-vous

9:30 à la gare CFF de Sion

Si vous venez en train

Via Lausanne. Horaire des trains sur <http://www.cff.ch>

Si vous venez en voiture

Autoroute direction Valais et sortir à Sion.

Retour

Vers 16:00 - 17:00 à la Lenk

Si vous souhaitez arriver la veille ou prolonger votre séjour

Öko-Hof Schönengrund, Lenk, +41 33 733 39 57

Hôtel Eden, Anzère, +41 27 399 31 00

Bergrestaurant Iffigenalp, Lenk, +41 33 733 13 33