

SUISSE

Les balcons de la Gruyère suisse

7 jours / 6 nuits / 6 jours de marche



Gruyère n'est pas qu'un fromage, c'est aussi le sourire de sa population, synonyme de terre d'accueil, de tradition, d'authenticité et de nature intacte !

Avec son lac (lac de Gruyère), ses massifs préalpins, le Moléson à 2 002 m d'altitude ou le Vanil Noir à 2 400 m, la Gruyère peut s'enorgueillir d'être une "mini-Suisse" dans la Suisse !

Elle se compose tout au sud d'une vallée préalpine, qui est la frontière linguistique entre le français et l'allemand, avec à sa base Gruyères et Moléson. Et à l'ouest de la vallée de la Jogne, dominée par le massif montagneux des Gastlosen. Cet itinéraire traverse des paysages d'alpages et emprunte plusieurs crêtes faciles, il alterne ainsi les paysages à couper le souffle et les pâturages parsemés de fleurs de montagne. Tous les soirs étape dans un hôtel confortable dont les Suisses ont le secret ! Un des points forts du séjour est la soirée à Gruyère lorsque tous les touristes quittent le village et que vous pouvez profiter des ruelles désertes !



PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 : Accueil à partir de 18h à l'Hôtel à Jaun (1014m).**

Jaun est un beau village suisse. Image d'une Suisse pastorale, dans un décor de rêve !

JOUR 2 : Jaun - Schopfenspitz (1847m) - Charmey (887m)

Très belle randonnée en surplomb sur la vallée de la Jogne offrant un point de vue sur les massifs les plus connus de Gruyère : les Dents Vertes, dominant Charmey, et les Gastlosen, à l'est. Après une montée variée qui vous fera passer rapidement de paysages très verts à d'autres plus rocheux, un petit passage équipé mais sans difficulté ni risque vous mènera au

col du Schopfenspitze (1847m). De là, possibilité de faire le sommet du Gros Brun (2104m) en aller-retour pour une vue panoramique sur les neiges éternelles des plus hauts sommets de l'Oberland Bernois. Une étape tout en altitude parmi les chamois pour le plaisir des yeux.
Nuit en Hôtel*** à Charmey.

6h de marche environ, +990m/-1120m de dénivelée

JOUR 3 : Charmey - Col des Combes (1669m) - Gruyères (830m)

Étape dans les alpages dont certains fabriquent encore le fromage sur place, c'est une journée sans difficulté particulière. Depuis le col des Combes, à la forme parfaite (surtout vu d'en bas ou d'en face), vue plongeante sur le village de Gruyères où vous arrivez assez tôt pour avoir le temps de visiter le village médiéval et son château, juchés sur un éperon qui domine les alentours (monument historique le plus visité de Suisse). Parcours dans les ruelles pavées et découverte du village.

Nuit en Hôtel*** à Gruyères.

5h de marche environ, +1100m/-1150m de dénivelée

JOUR 4 : Gruyères - Le Choutsa (1547m) - Neirivue (754m)

Vous voici au cœur du Pays de Gruyère. Itinéraire sur une crête facile mais spectaculaire, face au Moléson, point culminant de la région. Et en balcon sur la vallée de la Sarine, Gruyères en contrebas et la plaine suisse de l'autre côté. Montée bucolique dans les alpages et descente progressive à Neirivue, au bord de la Sarine. Très belle étape ! Nuit en Hôtel ***.

6h de marche environ, +950m/-1000m de dénivelée

JOUR 5 : Neirivue - Col de Lys (1783m) - Allières (1006m)

Une journée qui débute dans les gorges de l'Evi, leur chemin de Croix et sa chapelle. Se poursuit dans les alpages des Moilles (13546m) et de Joux Verte (1455 m). Et s'achève en apothéose avec la vue sur le lac Léman et les sommets enneigés depuis le col de Lys (1783m) qui domine la région. Quelques passages hors balisages.

Nuit en Auberge.

6h de marche environ, +1165m/-920m de dénivelée

JOUR 6 : Allières - Col des Gaules (1638m) - Rossinière (891m)

Découverte des jolies petites gorges que forme l'Hongrin, au pied de la Dent de Corjon. Puis une belle montée dans les alpages permet d'atteindre le col des Gaules par un itinéraire sauvage et peu couru, d'où l'on découvre la chaîne des Diablerets, avant de redescendre sur le lac de Vernex. Descente sur Rossinière. Installation à l'hôtel, et balade dans le charmant village, magnifiques chalets aux parois décorées, dont le plus grand d'Europe, le « Chalet Balthus ». Nuit en Hôtel** à Rossinière.

5h30 de marche environ, +850m/-950m de dénivelée

Jour 07 : Rossinière - Les Romonts (1878m) - Rougemont

Pour terminer, tout au fond du pays d'En Haut, à la frontière linguistique, se situe un des villages les mieux conservés et les plus typiques de Suisse. Transfert en train (7,40 CHF à régler sur place) à Rougemont et ses vénérables chalets, tous plus travaillés les uns que les autres. Sur les hauteurs, les Rodomonts offrent un cheminement en crête très facile avec vue d'un côté sur les alpages et de l'autre sur les plus hauts sommets et glaciers de l'Oberland Bernois. Aucune difficulté. Fin de la randonnée vers 16h à Rougemont

5h30 de marche environ, +1000m/-1000m de dénivelée

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

La fiche descriptive de votre randonnée décrit au jour le jour ce que vous trouverez sur le terrain, selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction.

FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : moyen - 6h de marche par jour en moyenne, environ 750m de dénivellée positif.

PORTAGE : uniquement les affaires de la journée

HEBERGEMENTS : 5 nuits en hôtel *** et une nuit en auberge

DEBUT DU SEJOUR : le jour 1 vers 18h à l'hôtel à Jaun (Suisse – Canton de Fribourg)

FIN DU SEJOUR : le dernier jour vers 16h à Rougemont

CIRCUIT LIBERTE :

Départ possible tous les jours (sauf le dimanche) du 1er juin au 15 octobre 2015

Nombre de participants	Prix par personne
2 ou 3 personnes	865 €
A partir de 4 personnes	865 €

Supplément single (5 nuits sur 6) : 100 €

Option pique-nique (sauf jour 4) : 60 €

Frais d'inscription :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais de dossier
- pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € / personne.
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € / personne

LE PRIX COMPREND :

- les frais d'organisation
- l'hébergement en 1/2 pension (6 nuits)
- le transport des bagages
- le carnet de route (cartes et topo guide)

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- les boissons et dépenses personnelles
- les déjeuners (option pique-nique à 60 € par personne)
- le moyen de transport jusqu'au lieu de rendez vous
- l'équipement individuel
- les visites éventuelles (château de Gruyère ... environ 25 francs suisses)
- les suppléments chambre individuelle : (5 nuits sur 6 : 100 €)
- le transfert du jour 7
- l'assurance annulation et/ou assistance,
- d'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

MOYENS D'ACCES :



EN VOITURE :

Jaun est situé à 20 km de l'autoroute Zurich - Lausanne, sortie Bulle. Bien indiqué depuis Bulle. Vous pouvez laisser votre véhicule : soit sur le parking du Musée gruérien à Bulle (gratuit) et ainsi la retrouver facilement en fin de circuit ; soit sur le parking de l'hôtel à Jaun et le rejoindre en fin de randonnée en bus depuis Bulle.

Carte Michelin au 1/ 200 000ème N° 552 "Suisse Sud-Ouest".

Retour voiture :

Liaison Rougemont (train) - Bulle / Bulle (bus régulier) - Jaun pour récupérer votre véhicule



EN TRAIN :

Gare ferroviaire de Bulle (Suisse - Canton de Fribourg).

Bulle (bus régulier - horaires fournis dans le dossier) - Jaun

Retour train :

gare ferroviaire de Rougemont (train pour Bulle)

HEBERGEMENTS AVANT OU APRES LA RANDONNEE :

Nous consulter

HEBERGEMENT

L'hébergement se fait en 1/2 pension (repas du soir + nuit + petit déjeuner) en chambre double (ou en chambre individuelle avec supplément) en hôtels*** (5 nuits), et Auberge (1 nuit), douche et WC dans la chambre ou à l'étage selon disponibilité.

Vous découvrirez quelques spécialités suisses, arrosées, si le cœur vous en dit, des fameux vins suisses !!!

Les repas du soir et les petits déjeuners sont pris à l'hébergement.

Pour ce forfait, les boissons et les repas de midi restent à votre charge (possibilité de ravitaillement dans les villages sauf jour 5).

Option pique-nique : 5 paniers repas préparé par les hébergements (tous les jours sauf jour 4) : + 50 € à régler à la réservation.

TRANSFERTS INTERNES

Jour 7 : train entre Rossinière et Rougemont à votre charge.

PORTAGE DES BAGAGES

Un véhicule assure le transport de vos bagages d'un hébergement à l'autre.

Attention : un seul bagage par personne (tout surplus sera facturé directement sur place).

Vous randonnez avec un petit sac à dos pour la journée (vêtement de protection, pique-nique de midi, gourde, appareil photo, ...).

Sur le terrain, vous cheminerez souvent à partir des villages sur des routes de montagne bitumées ou chemins de terre pour trouver en altitude seulement des sentiers de randonnées. Cela est dû à l'activité pastorale très active et donc à l'aménagement des routes pour accéder facilement aux métairies d'altitude.

Attention : ce circuit s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité.

Nous vous fournissons toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre randonnée, mais nous ne pouvons en aucun cas être responsables d'une erreur d'itinéraire ou d'un départ trop tardif le matin qui pourrait poser des problèmes pour arriver à l'étape

suyvante. Pour des raisons évidentes d'organisation, une fois votre randonnée commencée, vous devrez impérativement suivre le programme tel qu'il vous a été confirmé. Il ne sera alors plus possible de modifier vos lieux d'hébergement ou l'ordre des étapes.

CARNET DE ROUTE

- Topo guide rédigé par nos soins, décrivant chaque étape
- 3 cartes au 1/25 000 avec itinéraire surligné, à nous rendre en fin de circuit.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Nous vous conseillons d'emporter :

- un sac à dos à armatures souples et muni d'une ceinture ventrale : 30 à 40 litres minimum (affaires de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...);
- un grand sac plastique pour protéger le contenu du sac à dos ; bagages transportés : ne prenez pas trop d'affaires (9 kg maxi/ pers.) et choisissez un sac de voyage souple (un seul sac par personne) qui ferme bien et facile à transporter ;
- chaussettes coton et (ou) laine. Les chaussettes "type bouclette" vous éviteront souvent l'échauffement prématuré des pieds ;
- une paire de chaussures de marche souples déjà utilisées (type trekking avec tige montante et semelle crantée). Evitez de partir en baskets ; ce n'est pas très confortable pour la marche en tout terrain ;
- une tenue de rechange confortable et une paire de chaussures légères pour l'étape ;
- tee-shirt coton ; chemise ou polo en coton ou Rhovyl + Modal ou Dunova ;
- un pull chaud en laine ou fourrure polaire (la fourrure polaire est très pratique : légère, elle sèche vite et conserve un fort pouvoir calorifique) ;
- un anorak ou une veste coupe-vent avec un capuchon (le Goretex et le Micropore sont les meilleurs tissus) ;
- une pèlerine couvrant le sac ;
- un pantalon de marche ample en toile légère (coton ou coton polyester). Evitez les jeans qui sont relativement inconfortables pour la marche ;
- un short ou un bermuda ;
- un maillot de bain + une serviette de bain ;
- une paire de bâtons de marche télescopiques.
- des gants fins et un bonnet (surtout en début de saison) ;
- un chapeau ; un foulard (pour se protéger le cou) ;
- une paire de lunettes de soleil ;
- crème protectrice pour la peau et les lèvres ;
- nécessaire de toilette minimum + savon ; papier hygiénique ;
- petite pharmacie personnelle : aspirine, vitamine C, élastoplaste, pansements adhésifs, double peau, plus vos médicaments personnels... ;
- pour les pique-niques : un bol plastique (bol hermétique type Tupperware) ; des couverts ; un gobelet ; un couteau pliant (type Opinel) ; une gourde et/ ou une thermos (1 litre minimum) ; vivres de courses : fruits secs, chocolat, barres de céréales... ;
- une lampe de poche légère (de préférence frontale) ;
- des sachets plastiques pour classer et ranger vos affaires ;
- une pochette plastique étanche : la Carte Nationale d'Identité ou le Passeport (valide) ; le dépliant de votre assurance voyage " Europ Assistance" reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance) ou votre assurance personnelle ;
- argent suisse : dépenses personnelles, repas de midi, boissons au cours de la randonnée, visites éventuelles, ... Monnaie : Franc Suisse (CHF) - Subdivision : 100 centimes - 1 € = 1,55 CHF ;

Facultatif :

- un équipement photo (appareil photo + pellicules) ;
- une paire de jumelles.
- Bâtons de marche



POUR EN SAVOIR PLUS

INFORMATION SUR LA REGION

Tout simplement... La Gruyère !

Il est bien connu de tous que pour obliger quelqu'un à sourire, lorsqu'on veut l'immortaliser sur image, le photographe demande toujours de prononcer le mot "Cheese". De là à soupçonner l'inventeur de la méthode de l'avoir découverte lors d'un séjour en Gruyère, il n'y a qu'un pas à franchir.

En effet, quelle région autre que la Gruyère pourrait associer à sa spécialité mondialement connue - le fromage -, le sourire de sa population, synonyme de terre d'accueil, de tradition, d'authenticité et de nature intacte ! Un peu de géographie : avec son lac (lac de Gruyère), ses massifs préalpins, le Moléson à 2 002 m d'altitude ou le Vanil Noir à 2 400 m, la Gruyère peut s'enorgueillir d'être une "mini Suisse" dans la Suisse, et un "mini canton de Fribourg" dans Fribourg ! Elle se compose tout au sud d'une vallée préalpine, prolongement du pays d'Enhaut, l'Intyamont, avec à sa base Gruyères et Moléson. Puis à l'est une vallée, celle de la Jogne, dominée par le massif montagneux des Gastlosen et par les stations de Charmey et Jaun à l'ouest d'une vallée plus douce. A cette diversité de paysages, elle ajoute un avantage non dédaignable, celui de se trouver au centre du pays, offrant ainsi un accès facile. Le "gruérien", attaché à sa terre, sait la magnifier depuis longtemps déjà. Ainsi s'est développée une culture basée sur des valeurs sûres et proches de la nature. D'un premier regard, on découvrira déjà de bonnes fermes bien assises et un peu plus haut des chalets d'alpage prêts à affronter de rudes hivers, couverts de leurs bardeaux de bois. Nombreuses aussi sont les églises et chapelles disséminées dans les vallées, qui partout rappellent la ferveur d'un peuple attaché à sa foi catholique. L'élevage et la production laitière constituent la principale ressource des paysans de cette région située à plus de 700 m d'altitude. L'autre point fort est le domaine forestier qui est un des plus importants de Suisse. Il appartient pour plus de 70% aux collectivités publiques pour lesquelles il a longtemps représenté une ressource financière considérable. En résumé : la Gruyère a beau être une petite région, elle réserve quantité de curiosités naturelles insoupçonnables à découvrir absolument !!! La Gruyère est une région très montagneuse, coupée de vallées encaissées, abritant des hameaux traditionnels en bois et offrant un espace naturel exceptionnel et préservé en ses sommets.

On y pénètre comme dans un château, par une unique porte gardée par la très belle ville de Bulle. Ensuite, c'est un décor de rêve qui vous attend : une ronde de dents déchaquetées, de cimes élancées et sauvages atteignant 1 800 mètres, des sentiers sinueux dont vous serez souvent les seuls occupants pendant la journée, peut-être dérangés de temps à autre par les jeux des chamois ou des marmottes. Le luxe ici : avoir l'impression d'avoir la montagne pour soi tout seul...

Et le soir, vous redescendrez dans les vallées animées où vous attendent des auberges et hôtels très confortables, coquets, de bonnes tables, dignes de la réputation que l'on sait. La visite de la belle ville médiévale de Gruyères complétera cette découverte en profondeur ! Et bien que la Gruyère soit connue avant tout pour son fromage et pour son chocolat, elle le sera désormais pour ses beaux paysages attachants, ses fermes d'alpage, sa flore et sa faune si riche, son côté sauvage...

C'est la Suisse au superlatif !

BIBLIOGRAPHIE

Le Guide Vert : "Suisse" - Ed Michelin ;
Country Guide : "Suisse" - Ed Petit Futé ;
Le Guide du Routard : "Suisse" - Ed Hachette.

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : Tel :0 892 35 35 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>

Co-voiturage : www.covoiturage.fr www.123envoiure.com www.allostop.net





**En cas de problème de dernière minute, appelez :
en priorité au 04 90 09 06 06.**

Si vous n'avez pas réussi à nous joindre à ce numéro,
vous pouvez ensuite nous contacter au 06 08 34 36 58