

## PANORAMAS de l'OBERLAND

Rando Raquettes en étoile en hôtel  
5 jours / 4 nuits / 4 jours de marche



*L'Oberland Bernois, surtout réputé pour son trio de montagnes légendaires Eiger-Mönch-Jungfrau (l'Ogre, le Moine et la Jeune Fille) fortement ancrées dans l'histoire de l'alpinisme, présente aussi des contreforts au relief adapté à la raquette à neige !*

*Nous avons déniché des itinéraires à la fois doux et spectaculaires dominant la vallée de la Simme. Au départ d'un hôtel familial, gros chalet en bois, nous parcourons chaque jour une crête différente offrant des panoramas époustouflants sur des montagnes au relief surprenant. Pour accéder aux plus beaux secteurs nous utilisons les transports en commun (train touristique), cela donne au séjour un esprit ecoresponsable. Et au retour de randonnée la piscine intérieure de l'hôtel permet un relâchement total !*

# PROGRAMME

## **Jour 01 : Accueil à l'hôtel à partir de 18h00.**

Il est situé à 5 mn à pied de la gare du village de Boltigen. Présentation du séjour, dîner et nuit.

## **Jour 02 : Voders Niderhoe (1709 m)**

Au départ de l'hôtel, nous traversons la Simme, rivière qui donne son nom à la vallée et à une race de vache. Après avoir franchi les premières pentes boisées, nous arrivons dans un paysage moins escarpé et caractéristique de ces contreforts de l'Oberland, formé de pâturages où fourmillent les fermes d'alpage. A voir toutes ces constructions en montagne, on mesure combien cette montagne est vivante et l'on en vient presque à entendre le son des clarines en se projetant sur la saison estivale.

Après un petit tour par la crête pour avoir un panorama plus complet sur la vallée, retour à Boltigen par un itinéraire en boucle.

Dénivelée : + 890 m / - 890 m      Longueur : 12,5 kms      Horaire : 6 h 00 mn

## **Jour 03 : Arête du Schatthore (1900 m)**

Transfert à Matten en train.

De ferme d'alpage en chalet d'alpage, nous gagnons progressivement de l'altitude sur la crête nord-ouest du Schatthore entre la vallée de la Simme et le vallon du Sitebach. Encore un itinéraire au panorama aérien mais sans difficultés. Depuis notre point culminant à 1900 m, nous passons sous le sommet escarpé pour rejoindre le fond du vallon puis redescendre vers Matten par une alternance de pâturages et de forêts.

Retour à Boltigen en train via Zweisimmen avec arrêt possible pour une visite du village

Dénivelée : +870 m / - 870 m      Longueur : 10 kms      Horaire : 5 h 30 mn

## **Jour 04 : Jaunpass (1504 m) – Zweisimmen (941 m) par le Hundsrügg (2047 m)**

Transfert en autobus jusqu'au Jaunpass point de rencontre des cultures alémaniques et romandes et porte d'entrée vers le pays de Gruyère.

Un itinéraire aérien et d'une grande pureté le long de la crête nord du Hundsrügg nous permet d'observer le contraste saisissant entre cette croupe arrondie aisée à parcourir en raquette et, de l'autre côté de la vallée de la Jogne, les parois rocheuses verticales et ciselées du massif des Gastlosen barrant l'horizon vers l'ouest.

Après avoir parcouru cette crête, nous redescendons sur Zweisimmen par le plateau nordique de Sparemoos. Retour à Boltigen en train.

Dénivelée : +600 m ; - 1150 m      Longueur : 14 kms      Horaire : 6 h 30 mn

## **Jour 05 : Gruehol (1493 m)**

Au départ de l'hôtel, randonnée en boucle en direction de la crête du Gruehol (1493 m ) dominant le vallon de Wüestebach et offrant un panorama sur le bas Simmental. Une ambiance différente lors de cette étape au paysage moins pastoral, plus tourmenté et plus minéral.

Dénivelée : + 680 m / - 680 m      Longueur : 8 kms      Horaire : 4 h 30 mn

**Fin du séjour vers 16h00 à Boltigen.**

**- Ce programme est indicatif, il peut être modifié par votre accompagnateur pour s'adapter aux conditions météorologiques et nivologiques -**

# FICHE PRATIQUE

## **ACCUEIL**

**Le Jour 01 en gare de Boltigen à 18h00 ou directement à l'hôtel.**

### **Accès voiture :**

Depuis le Sud de la France : par Genève et Lausanne en prenant l'autoroute A9 jusqu'à Vevey puis A12 jusqu'à Bern. Emprunter ensuite l'autoroute A6 jusqu'à Spiez. Tourner à droite pour rejoindre Boltigen.

Depuis le Nord de la France : par Bâle en prenant l'A1 jusqu'à Bern puis l'A6 jusqu'à Spiez. Tourner à droite pour rejoindre Boltigen.

ATTENTION : pour emprunter les autoroutes suisses, vous devez prendre une vignette à votre entrée en Suisse (40 SFr, valable 1 an)

**Parking :** Parking gratuit à coté de l'hôtel

### **Accès train :** horaires à vérifier sur [www.cff.ch](http://www.cff.ch)

Paris 12h23 – Bâle 15h26, TGV direct.

Bâle 15h31 – Berne 16h24

Berne 16h39 – Boltigen 17h47

**Accès avion :** Aéroport de Genève, Bâle ou Bern puis train CFF.

## **DISPERSION**

**Le Jour 05 en gare de Boltigen vers 16h00.**

### **Retour train :**

Boltigen 16h08 – Berne 17h20

Berne 17h37 -Bâle 18h29

Bâle 18h34 – Paris 21h37, TGV direct

**Retour avion :** train CFF pour Genève, Bâle ou Bern.

### **Hébergement avant ou après la randonnée :**

Nuit supplémentaire en ½ pension

en chambre de 2 : 105 €/personne

en chambre single : 120 €/personne.

## **FORMALITES**

Carte d'identité ou passeport en cours de validité.

Les Euros sont acceptés à peu près partout en Suisse.

Une assurance assistance-rapatriement incluant une garantie frais de recherche et de secours est indispensable car les secours sont facturés très chers en Suisse.

## **NIVEAU**

Pour marcheurs sportif.

Randonnée niveau 3 sur une échelle de 5.

Accessible aux randonneurs qui n'ont jamais pratiqué la raquette à neige. Itinéraire de montagne avec dénivelées de 800 à 900 m environ.

Dénivelée moyenne : 800 m                      Maximum : 900 m

Longueur moyenne : 14 km                      Maximum : 15 km

Horaire moyen : 5 h 30                      Maximum : 6 h 30

## HEBERGEMENT

4 nuits en hôtel \*\*. Vieux chalet bernois en bois dont les pièces ont gardé le charme d'autrefois. Chambres de 2 personnes avec bain ou douche, et WC. Piscine couverte. L'hôtel est tenu par la famille Moser depuis 60 ans.

### Les repas :

Les dîners sont constitués de spécialités locales, tout en respectant un équilibre sur la semaine. Les petits déjeuners sont adaptés à la pratique de la randonnée. Le système de carafes d'eau gratuite n'existe pas en Suisse, l'eau minérale est payante.

Les pique-niques sont copieux et accompagnés d'une boisson chaude. Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

## TRANSFERTS INTERNES

Trains de montagne et car.

## PORTAGE DES BAGAGES

Séjour en étoile - Vous portez uniquement vos affaires de la journée.

## GROUPE

Groupes constitués de 6 à 14 personnes.

## ENCADREMENT

Philippe, Accompagnateur en Montagne français connaissant bien le pays, spécialiste de la randonnée hivernale.

## MATERIEL FOURNI

Pour ces randonnées en raquettes il vous sera fourni une paire de raquettes "Inook Expert" très performantes. Leur système de fixation s'adapte à tous les types de chaussures (si vous avez un doute appelez-nous). Pour compléter l'équipement nous vous proposons des bâtons de ski.

## EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous trouverez cet équipement dans les magasins de notre partenaire :

[www.auvieuxcampeur.fr](http://www.auvieuxcampeur.fr)

### Vêtements :

#### Les principes :

Pour le haut du corps, le **principe des 3 couches** permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une veste en fourrure polaire chaude.
- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur à raquettes, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.



**Eviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chaudes et encombrantes.**

**La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)**

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard.
- 1 bonnet.
- 1 paire de moufles avec éventuellement des gants en soie et une paire de gants supplémentaire.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 surpantalon imperméable et respirant type gore-tex (si votre budget vous le permet)
- 1 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape).
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps. Proscrire absolument les bottes et après-skis.
- 1 paire de guêtres.
- Des sous-vêtements.
- 1 maillot de bain (facultatif).
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.

**Equipement**

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale et permettant d'accrocher les raquettes.
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité (protection 3 minimum) avec protection latérale.
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Papier toilette + 1 briquet.
- Crème solaire + écran labial.
- Boîte plastique hermétique (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- Appareil-photo, jumelles (facultatif).

**Pharmacie personnelle**

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- 1 pince à épiler.

## DATES ET PRIX

**Dates** : début du séjour au choix **du 08 janvier au 26 mars 2023**

Pour les groupes constitués de 6 personnes minimum

**Prix :**

<b>Nombre de participants</b>	<b>Prix par personne</b> (base chambre de 2)
6 à 7 personnes	855 €
8 à 9 personnes	785 €
10 à 11 personnes	755 €
12 à 14 personnes	720 €

Supplément chambre individuelle + 60 €.

### LE PRIX COMPREND

- les frais d'organisation et l'encadrement
- la nourriture et l'hébergement en pension complète
- le prêt des raquettes et des bâtons
- les transferts prévus au programme

### NE COMPREND PAS

- les boissons et dépenses personnelles
- l'équipement individuel
- le moyen de transport jusqu'au lieu de rendez vous
- les assurances annulation - assistance - rapatriement, interruption de séjour

# POUR EN SAVOIR PLUS

## **CLIMAT ET ENNEIGEMENT**

Nous sommes avant tout des randonneurs et si la neige vient à manquer nous assurons tout de même le départ de nos séjours. L'ambiance et la luminosité hivernale seront au rendez-vous même si il faut porter les raquettes sur le sac pour rejoindre la neige.

## **BIBLIOGRAPHIE**

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

## **CARTOGRAPHIE**

Cartes de l'office fédéral de topographie au 1/25 000  
Feuille 1226 Boltigen  
Feuille 1246 Zweisimmen

# INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

## **INSCRIPTION**

En ligne sur notre site internet [www.espace-evasion.com](http://www.espace-evasion.com) , ou en renvoyant la fiche d'inscription signée et un acompte de 30%, vous recevrez alors une confirmation d'inscription.

Inscription à plus de 22 jours du départ : aucun frais de dossier

Inscription entre 21 jours et 8 jours du départ : frais de dossier : 10 € (20 € pour les voyages et les séjours en liberté)

Inscription à moins de 8 jours du départ : frais de dossier : 20 € (30 € pour les voyages et les séjours en liberté) (le paiement doit être obligatoirement effectué par carte de crédit)

## **ANNULATION**

### **ANNULATION De notre part :**

ESPACE EVASION se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour.

En cas d'insuffisance de participants, ceux-ci seront prévenus dans un délai minimum de 14 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

### **ANNULATION De votre part :**

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la date prise en compte est celle à laquelle ESPACE EVASION a pris connaissance du désistement) :

Dans le **cas général**.

- Jusqu'à 31 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 €.
- Entre 30 et 21 jours : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.
- A moins de 2 jours du départ : 90 % du montant du séjour.



Dans le cas particulier de séjour incluant l'émission d'un **billet d'avion non remboursable** ou **l'affrètement d'un bateau**.

De 90 à 45 jours avant le départ : 1 000 €

De 44 à 31 jours avant le départ : 60 % du montant du séjour

A 30 jours et moins du départ : 100 % du montant du séjour

Pour les **groupes constitués auxquels il est proposé un tarif par personne**, le désistement d'une partie seulement des participants entrainera une modification du tarif pour les autres participants, ou sera soumise à des frais d'annulation de 100% quelque-soit la date de l'annulation.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation. **L'assurance n'entre en vigueur que si votre voyage est soldé.**

Tout participant abrégant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non-respect des consignes de sécurité.

## **ASSURANCES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION**

Nous vous proposons trois formules d'assurances au choix :

- **Assurance Annulation + extension COVID (3,4 % du montant du séjour).**

- **Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour (2 % du montant du séjour).**

- **Assurance Multirisques Annulation, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour + extension COVID (4.3 % du montant du séjour).**

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Annulation – Assistance Frais médicaux et Interruption de séjour et d'activités ASSURINCO MUTUAIDE Vagabondages contrat n° 4637 joint à votre confirmation d'inscription. Il est disponible sur [www.espace-evasion.fr/telechargements](http://www.espace-evasion.fr/telechargements) ou sur simple demande. **Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France ou en Europe.**

### **L'assurance Annulation**

L'assurance entre en vigueur dès la souscription et si votre voyage est soldé. Les événements garantis sont :

- L'annulation pour **motif médical** : maladie grave, accident corporel grave ou décès de vous-même, un membre de votre famille...

- L'annulation pour **causes dénommées** :

\* Dommages graves ou vols dans locaux privés ou professionnel, convocation en tant que témoin ou juré d'assise, ..., une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.

\* La mutation professionnelle, la suppression et la modification des dates de congés payés du fait de l'employeur, vol des papiers d'identité, ... (franchise de 100 € par personne).

- L'annulation **toutes causes justifiées** (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne et 150 € par dossier).

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur (excepté une annulation à 31 jours et plus du départ), déduction faite de franchise éventuelle, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de **la date de constatation médicale ou de l'événement qui entraîne l'annulation.**

### **Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger**

Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

### **Extension COVID :**

- Annulation pour cause de COVID déclarée dans le mois précédent le départ (ou pour tout autre épidémie)



## **L'Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour**

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage. Les événements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès de Mutuaide Assistance sont :

- les frais de recherche et secours jusqu'à un plafond de 10 000 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux complémentaires à l'étranger,
- l'assistance en cas de décès,
- l'avance sur caution pénale à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 5 000 €,
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 30 000 € par événement,
- ...

**Extension COVID** : uniquement disponible dans la formule multirisque à 4.3%

- Frais hôteliers suite à mise en quarantaine (80 €/nuit – maxi 14 nuits)
- Soutien psychologique suite à mise en quarantaine
- Frais médicaux sur place
- Retour impossible suite à vol annulé par autorités ou compagnie aérienne (1000 €)
- Frais hôteliers suite retour impossible (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assureur si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Pour les **séjours à l'étranger**, les participants possédant une assistance rapatriement personnelle devront remplir un formulaire et nous **fournir une attestation** de leur assurance. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.

**Vérifiez** notamment que vous possédez une **garantie « frais de recherche et secours »** avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie «frais de recherche et secours».

### **ESPACE EVASION**

Agence de Voyages – IM.074.10.0036

Garantie financière : Groupama – 5, rue du Centre - 93199 NOISY LE GRAND Cedex  
Assurance responsabilité civile professionnelle : MMA Mutuelles du Mans Assurances –  
Sarl SAGA – BP 54 – 69922 OULLINS Cédex