

DATES DU SÉJOUR
26 au 30 août 2024
autres dates possibles sur
demande

« Kiental-Griesalp » Le cœur de l'Oberland bernois Séjour de 5 Jours / 4 Nuits



DESCRIPTIF DU SÉJOUR

Le Kiental, petite vallée préservée sauvage et loin des grandes affluences touristiques, la rend propice à l'esprit de la randonnée et garantit un vrai dépaysement. La partie supérieure du Kiental fait partie de la région Jungfrau-Aletsch" inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco. Dans sa partie aval, elle débouche sur la vallée du Kandertal, vallée de passage entre l'Oberland Bernois et le Valais et débouchant sur le lac de Thun à Spiez, sur lequel nous aurons de nombreux points de vue. 1ère partie du séjour (2 jours, 2 nuits), en étoile : Nous arpenterons les magnifiques alpages et vallons sauvages avec une flore exceptionnelle protégés par deux géants, le massif de la Bluemlisalp (3660m) et le Gspaltenhorn (3436m). Les nombreux chalets d'alpage témoins d'une vie encore très pastorale de ses habitants, peuvent permettre quelque pause avec dégustation de fromage et rafraîchissement. 2 nuits dans la même auberge (chambres double, douche)
2ème partie (3 jours, 2 nuits) en itinérant : nous prendrons de la hauteur pour s'approcher des sommets entourant le Kiental , en parcourant un univers plus minéral pour faire l'expérience de 2 refuges d'altitude.

Possible de ne faire que la 1^{ère} partie ou 2^{ème} partie (nous consulter)

POINTS FORTS

- ❖ Grande tranquillité de la région ; on se sent loin de tout. Idéal pour décompresser
- ❖ Patrimoine mondial de l'Unesco (région d'Aletsch)
- ❖ Une partie en étoile, l'autre en itinérant (2 nuits dans une auberge très chaleureuse en chambre double avec douches et 2 nuits dans des refuges d'altitude).
- ❖ Diversité des paysages (alpages et Cadre haute montagne)
- ❖ Des refuges de haute montagne abordables en rando.

PROGRAMME DU SÉJOUR



JOUR 1 :

Rendez-vous à Kiental à 10h30.

Nous nous rendrons en véhicule à 10 minutes au parking de l'auberge, « Freudehaus Gorneren », au hameau de Griesalp qui nous accueillera le soir.

Puis départ en rando vers 11H, avec uniquement nos affaires de la journée nous partirons vers le sommet de l'Aabeberg (1964m), magnifiquement éclairé par le soleil couchant, qui surplombe le village de Kiental et nous offre une vue incroyable sur le massif de la Blüemlisalp. Descente ensuite pour retrouver notre auberge (vers 16H) dont nous apprécierons le caractère très chaleureux. Randonnée variée entre alpages et forêts.

550m de dénivelée positive - 550 m de dénivelée négative - 7 km - 3 heures de marche effective

JOUR 2 :

Toujours avec notre sac léger (départ vers 9h), Notre objectif sera le sommet Chistihubel (2216m), point culminant de cette 1ère partie du séjour qui nous permettra un superbe point de vue sur le lac de Thun, la Blüemlisalp et son glacier. Montée qui s'effectuera par le vallon du Chüegwindli, à la flore exceptionnelle. La descente par le hameau de Dünde nous permettra peut-être une pause « rafraîchissement » dans une ferme d'alpage. Journée dominée par les alpages, avec les points de vue époustouflants qu'ils nous offrent. Retour à l'auberge où la douche sera appréciée vers 16H30

980 m de dénivelée positive - 980 m de dénivelée négative - 12km - 5 heures de marche effective

JOUR 3 :

Nous entamerons la 2ème partie de notre séjour, en itinérance cette fois, et donc avec le sac un peu plus lourd. Nous nous dirigerons vers le col « Sefinafurrga » qui permet le passage du Kiental au Lauterbrünnental ; un petit banc nous permettra d'apprécier la vue sur la trilogie bernoise, les sommets Eiger, Mönch, Jungfrau, et le Schilthorn célèbre pour son Piz Gloria (James Bond). Nous arriverons au refuge « Gspaltenhornhütte » (2455m) se situant au pied de d'imposantes falaises, à l'extrême fond du Kiental, sur un étroit promontoire rocheux qui domine le Gamchigletscher (glacier). Se poser (vers 16H30) sur la terrasse sera appréciable après cette Journée, la plus difficile de par son dénivelé positif.

1400 m de dénivelée positive - 550 m de dénivelée négative - 10 km - 5 heures de marche effective

Itinéraire bis moins long en cas de météo incertaine (980m de dénivelée +)

JOUR 4

2^{ème} jour de notre itinérance qui nous verra atteindre le point culminant de notre séjour, le refuge « Blüemlisalphütte » (2840 m). Pour cela nous devons redescendre quelque peu pour rejoindre le glacier noir « Gamchigletscher » et rejoindre la partie haute des alpages de Bundalp, pour s'attaquer à une montée impressionnante jusqu'au col « Hohtürli » (2778 m, 2^{ème} col le plus élevé de la Via Alpina), col de passage entre Kiental et Kandersteg avec son célèbre « Oeschinensee ». Arrivé à notre refuge (rénové en 2023) nous serons époustouflés par la vue panoramique qu'il permet, avec vue sur le versant nord des glaciers de la Blüemlisalp, jusqu'au plateau du Jura en passant par la trilogie bernoise, Eiger, Mönch, Jungfrau. Et quel coucher de soleil !

1000 m de dénivelée positive - 650 m de dénivelée négative - 8 km - 4 heures 30 de marche effective

JOUR 5

Fin de notre itinérance. Journée essentiellement descendante et nous prendrons le temps pour encore profiter de ce grand cirque qu'est le fond de vallée du Kintal. Retour dans les alpages en passant par les fermes de l'alpage de Bundalp, sans doute encore actives à cette saison. Nous retrouverons notre point de départ du séjour vers 13H30 - 14H

30 m de dénivelée positive - 1400 m de dénivelée négative - 6 km - 3H de marche effective

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant notamment en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants, de la disponibilité des hébergements ou tout autre événement inattendu. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

ACCUEIL

Le Jour 1, rendez-vous à Kiental (parking télésiège) à 10h30.
Possibilité de chercher des participants à la gare de Reichenbach im Kandertal

DISPERSION

Le Jour 5, fin du séjour à Griesalp (bus ou parking des véhicules) à 13h30 - 14H.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Christian / MOSER
N° de téléphone : 00 33 682 240 433
Adresse e-mail : randoemotion67@gmail.com

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 5 personnes

Nombre de participants maximum : 12 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

1^{ère} partie du séjour Moyen +

2^{ème} partie du séjour : Difficile

Indiquer le niveau de difficulté physique, de 3 sur 4

Détailler les aptitudes des participants requises pour ce séjour : habitudes régulières de randonnées avec dénivelé sur sentier.

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement : demi-pension

J1 et J2 : auberge de montagne (en chambre double, sanitaires et douches)

J3 et J4 : refuges de montagne (petits dortoirs)

A PREVOIR : draps de sac (sac à viande) et nécessaire de toilette (serviette)

Pique-niques : à prévoir par les participants soit en amont du séjour ou à commander en auberge et refuges (environ 15CHF).

TRANSFERTS INTERNES

Arrivée possible en train à la gare de Reichenbach Im Kandertal ; bus ensuite jusqu'à Kiental.

Possibilité de prendre des personnes à la gare.

DATES DU SÉJOUR

26 au 30 août 2024

Plusieurs dates possibles

PRIX DU SÉJOUR

570 € / personne

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,
- L'hébergement en auberge (chambre 3-4 places) et refuge (dortoirs 5-6 places), (draps et linges non fournis),
- ½ pension dîner et petit déjeuner du Jour 1 (soir) au petit déjeuner jour 5,

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,
- Les pique-nique de midi : à prévoir en amont ou commande en auberge et refuge (environ 15CHF)
- Les boissons et les achats personnels,
- Les assurances,
- Les frais de dossier d'AEMV de 15 € / dossier
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

Liste de l'équipement et du matériel indispensables à chaque participant

- **Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours**
- **Bâtons de marche obligatoires (prêt possible)**
- Un sac à dos (45-50l)
- Habits hivernaux : gants très chauds, bonnet, polaire, veste imperméable, tee-shirt technique.
- Chaussures de marche montantes aussi étanches que possible
- Gourde 1,5l minimum
- Une paire de chaussettes chaudes
- Lunettes de soleil
- Crème solaire
- Pique-nique pour deux ou 4 jours à midi (possibilité de commande en refuge)
- Un nécessaire de toilettes le plus sommaire possible (une brosse à dent et dentifrice, une petite serviette et petit savon).
- Un drap housse ou dit drap de sac (couettes dans les dortoirs).
- Lampe frontale pour le dortoir
- Linge de rechange :
- Une paire de chaussettes chaudes que vous pourrez porter le soir en rechange au refuge, et mettre le lendemain.
- Un tee-shirt technique pour la rando.
- Un tee-shirt pour le refuge le soir pouvant servir également de pyjama et rechange pour la rando le dimanche.
- Un pantalon léger ou un caleçon à mettre au refuge pour le soir et dormir.

Pas besoin de chaussures de rechange pour auberge et refuges : il y a des chaussons ou sabots

FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale ou carte européenne d'assurance maladie pour un séjour dans l'UE / EEE ou en Suisse
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance / rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.