

BERNINA-TREK - SENTIER DE RANDONNÉE - EXPÉRIENCES UNIQUES DANS LES COINS LES PLUS AU SUD DES GRISONS

Le Trek de la Bernina est une longue randonnée de cabane en cabane du CAS - et bien plus encore : Le Trek offre une hospitalité vivante dans des cabanes très différentes de la CAS Bernina, toutes situées dans un cadre sensationnel.

De l'Albulatal avec le Piz Kesch et le Chemin de fer rhétique mondial de l'UNESCO (de Thusis à Tirano), à la région de Julier avec sa géologie impressionnante et sa tranquillité, à la région de la Bernina avec les noms connus de Piz Palü, Piz Morteratsch et Piz Bernina ainsi que le mondialement célèbre Biancograt, la conclusion est formée par le charmant et chaleureux Puschlav avec son incomparable Italianità. Il y a quelque chose pour chaque randonneur et chaque randonneur !

LE CLASSIQUE L'ITINÉRAIRE POUR LES RANDONNEURS EN BONNE CONDITION

Etapas quotidiennes de 8 à 10 heures. Les itinéraires mènent à travers les forêts, les Alpes, des transitions prometteuses, le long des glaciers jusqu'à la région de la Bernina - en contact étroit avec les magnitudes époustouflantes du Piz Palü et du Piz Bernina - et se terminent dans le charmant Val di Campo à Puschlav.

OBTENEZ LES INFORMATIONS !

Aperçu des étapes : La version classique du Trek de la Bernina emmène les randonneurs à travers les régions en 7 étapes quotidiennes. Chaque étape est conçue pour durer entre 4 et 8 heures. Des moyens de transport individuels sont également disponibles (chemins de fer de montagne, Chemin de fer rhétique, car postal). Elles permettent de raccourcir les étapes, si on le souhaite. Bien entendu, seules certaines parties de cette variante du Trek de la Bernina peuvent être parcourues à pied. Il suffit de nous faire part de vos souhaits. Nous nous ferons un plaisir de vous conseiller et de vous proposer un arrangement individuel.

Carte interactive : Sur la base des cartes de Swisstopo, vous pouvez voir les sept étapes de la variante classique - obtenez rapidement une vue d'ensemble ! Descriptions de circuits, profils d'altitude, sentiers de randonnée, adresses utiles - tout cela d'une seule main !

Chaque étape peut également être téléchargée sous forme de fiche de visite PDF ! (voir sur le site www.bernina-trek.ch)

ROUTE CLASSIQUE

JOUR 1

Région : Engadine St. Moritz

Point de départ : Madulain, gare

Lieux le long de l'itinéraire : Madulain / Zuoz - Chamanna Es-cha

Madulain - Chamanna Es-cha :

Le premier jour commence par le voyage vers la Haute Engadine. La montée depuis Madulain est donc un peu plus courte que les étapes quotidiennes suivantes. A environ 40 m au sud de la gare de Madulain, (Arrivée en train recommandée) mène une route sur la voie ferrée en montée. Vous passez devant la ferme moderne et vous avez déjà quitté les dernières maisons du petit village. Avant d'atteindre un ravin, le chemin tourne à droite dans les pentes en terrasses et ensoleillées. Le sentier est bien balisé et passe devant l'Alp Es-

cha Dadour. Au début de Zuoz, vous traversez d'abord le beau village, où les anciennes maisons de l'Engadine sont situées à gauche et à droite. Depuis la station de vallée du télésiège, le Chamanna Es-cha est indiqué. En suivant le sentier d'altitude, vous atteignez l'Alp Es-cha Dadour. Devant l'Alp Es-cha Dadains, le sentier monte à droite jusqu'à la Chamanna Es-cha. Le gain d'altitude (900 hm) sur les pentes ensoleillées est un peu moite, mais la vue sur l'Engadin depuis la terrasse du refuge compense l'effort.

Note : Le sentier est bien balisé et marqué par Madulain et Zuoz (rouge-blanc). Réception téléphonique à l'Alp Es-cha Dadour, puis seulement sporadiquement.

Expérience / Nature :

Grimpez à travers des forêts claires de pins et de mélèzes sur des pentes chaudes et ensoleillées.

Attractions :

De la terrasse ensoleillée, vous avez une vue magnifique sur tout le groupe de la Bernina. La Stüva est décorée d'un plafond en stuc unique, probablement le seul dans une cabane du CAS.

Variante A : départ de Zuoz (gare)

Caractéristiques de la tournée

Temps nécessaire : 3 h

Distance : 5,5 km

Ascension : 900 m

Descente : 1 m Max.

Hauteur : 2594 m.ü.M.

Difficulté : T2 randonnée en montagne

JOUR 2

Point de départ : Madulain, Chamanna Es-cha

Lieux le long de l'itinéraire : Chamanna Es-cha - Fuorcla Gualdauna - Ospiz - Fuorcla Crap Alv - Palu Marscha - Alp Suvretta - Tegia d'Val - Chamanna Jenatsch

Chamanna Es-cha - Chamanna Jenatsch :

De la cabane Chamanna Es-cha avec peu de perte d'altitude au sud-ouest jusqu'à Fuorcla Gualdauna et de là descente jusqu'à la Albulapasstrasse. Le long de la route du col, peu fréquentée, jusqu'à Ospiz (2,5 heures, restaurant). Continuer sur le côté droit de la vallée pendant 1,5 km jusqu'à ce que le terrain s'abaisse fortement jusqu'aux lacs. Ici, nous tournons à gauche sur la route en direction de Fuorcla Crap Alv. Le long de l'unique et chatoyant Crap Alv Laiets (qui nous invite à nous baigner), le sentier nous mène au col de Fuorcla Crap Alv, à 2 466 mètres d'altitude (1,5 heures). Cette Fuorcla est connue pour la plus grande densité de biodiversité (flore) de la Suisse. Une descente raide nous amène dans la forêt claire du Palüd Marscha dans le haut Val Bever (1 heure). Nous suivons la route vers l'Alp Suvretta. Là, nous passons le pont sur le Beverin et grimpons, en passant par Tegia d'Val, jusqu'à la Chamanna Jenatsch à 2652 m (3 heures).

Note : Le sentier est bien balisé (rouge-blanc).

La plupart du temps, il n'y a pas de réception de téléphone portable sur le parcours.

Expérience / Nature :

Des pâturages fleuris riches en espèces des terrasses ensoleillées et des pentes de montagne jusqu'au Val Bever sauvage.

Attractions :

Alp Weissenstein (Albulapasstrasse en direction de Preda / Bergün), qui est une ferme expérimentale de l'ETH Zurich.

Caractéristiques de la tournée

Temps nécessaire : 8 h

Distance : 23 km

Ascension : 1090 m

Descente : 1030 m

Max. Hauteur : 2652 m.ü.M.

Difficulté : T3 Randonnée en montagne difficile

JOUR 3

Point de départ : Val Bever, Chamanna Jenatsch

Lieux le long de l'itinéraire : Chamanna Jenatsch - Fuorcla Suvretta - Alp Suvretta - Silvaplana - Surlej - station intermédiaire Murtél (Corvatsch) - Fuorcla Surlej - Chamanna Coaz

Étape 3, Chamanna Jenatsch - Chamanna Coaz :

Suivez le chemin fléché jusqu'à Fuorcla Suvretta et descendez à Lej Suvretta. Sortie de la vallée vers l'Alp Suvretta et plus loin le sentier panoramique vers Silvaplana. De l'autre côté de la vallée, près de Surlej, le téléphérique Corvatsch mène à la station intermédiaire Murtél. De Silvaplana, vous pouvez également prendre le bus de l'Engadine jusqu'à Surlej. Depuis la station intermédiaire Murtél, la randonnée continue sur le Fuorcla Surlej sur l'impressionnant sentier panoramique avec vue sur le massif de la Bernina jusqu'à la Chamanna Coaz.

Note : La plupart du temps, il n'y a pas de réception de téléphone portable sur le parcours.

Expérience / Nature :

Des traversées saisissantes, un environnement alpin proche du glacier, des vues sur la vallée de l'Engadine et des chaînes de montagnes célèbres (Bernina, Roseg, Julier), des bouquetins, des marmottes, des gypaètes barbus, des aigles et une géologie impressionnante.

Attractions :

Géologie exceptionnelle et colorée sur la route de Fuorcla Suvretta.

Chamanna Coaz, architecte : Jakob Eschenmoser.

Variante A : Piz Nair - Corviglia - St. Moritz - Silvaplana - Surlej (par téléphérique et bus de l'Engadine)

Caractéristiques de la tournée

Temps nécessaire : 8 h

Distance : 26 km

Montée : 1643 m

Descente : 1700 m

Max. Hauteur : 2966 mètres au-dessus du niveau de la mer.

Difficulté : T3 Randonnée en montagne difficile

JOUR 4

Point de départ : Val Roseg, Chamanna Coaz

Lieux le long de l'itinéraire : Chamanna Coaz - Chamanna Tschierva

Étape 4, Chamanna Coaz - Chamanna Tschierva :

Plongez dans le monde fascinant des glaciers entre Il Chapütschin, Piz Roseg et le Piz Bernina. Sur l'un des plus beaux sentiers de montagne des Alpes, parcourez les hauteurs du Val Roseg. Après environ 20 minutes, le sentier de montagne vous mène en bas au Lej da Vadret (lac glaciaire allemand), d'un vert émeraude et brillant. Dans le parvis du glacier qui suit, vous découvrirez à chaque étape des particularités géologiques et rencontrerez des témoins du développement glaciologique. Par la moraine du Vadret da Tschierva, nous atteignons enfin la Chamanna Tschierva au point de départ des célèbres Biancogrates sur le Piz Bernina, les seuls Grisons des années 2000 et les Alpes orientales.

Remarque : réception des téléphones portables sur tout le parcours.

Expérience / Nature :

Champ de glaciers d'importance nationale, protégé.

Attractions :

Place des Philosophes : Au cours d'un voyage (environ 0,5 heure) de la Chamanna Coaz en direction de Vadret da Roseg, l'essence et le travail d'un glacier peuvent être démontrés de manière impressionnante, par exemple, au moyen de moulins à glaçons. Et que les glaciers sont "vivants", on peut l'entendre tous les jours, encore et encore, lors des ruptures de glace - à distance de sécurité bien sûr. Laissez-vous impressionner et inspirer par les forces de la nature.

Option A : Hôtel Roseg Glacier - Alp Misaun - Chamanna Tschierva

Caractéristiques de la tournée

Temps nécessaire : 4 heures

Distance : 8 km

Montée : 585 m

Descente : 611 m

Max. Hauteur : 2640 m.ü.M.

Difficulté : T3 Randonnée en montagne difficile

JOUR 5

Point de départ : Val Roseg, Chamanna Tschierva

Lieux le long de l'itinéraire : Chamanna Tschierva - Chamanna Boval

Étape 5, Chamanna Tschierva - Chamanna Boval :

La descente par le Val Roseg nous amène à Pontresina. Dans la partie supérieure de la vallée, vous avez de bonnes chances de voir des chamois et des marmottes. La partie inférieure longe la rivière Ova da Roseg à travers une forêt de mélèzes et de pins. Assurez-vous de prendre le sentier balisé à droite après le glacier de l'hôtel Roseg et non la large allée.

À Pontresina, continuez à travers le Taiswald, puis le long du train jusqu'à la gare de Morteratsch. Bien sûr, vous pouvez aussi prendre le train (station Surovas) pour cet itinéraire. Derrière la gare de Morteratsch, sur la gauche, se trouve la fromagerie Alpschau de Morteratsch - idéale pour faire une pause. On traverse ensuite la voie ferrée et on prend

le chemin balisé qui mène à la Chamanna Boval sur la Chünetta. La montée mène à travers la forêt de pins toujours plus mince et sur un sentier prometteur au-dessus du glacier de Morteratsch jusqu'à Chamanna Boval.

Remarque : la réception des téléphones portables est très bonne.

Expérience / Nature :

Zone de calme alpin, forêt de pins et de mélèzes, sommets enneigés de l'imposant massif de la Bernina

Attractions :

Extension moderne de la Chamanna Tschierva.

Fromagerie alpine Morteratsch

Caractéristiques de la tournée

Temps nécessaire : 7 h

Distance : 21 km

Ascension : 680 m

Descente : 765 m

Max. Hauteur : 2583 m.ü.M.

Difficulté : T2 randonnée en montagne

JOUR 6

Point de départ : Val Morteratsch, Chamanna Boval

Lieux le long de l'itinéraire : Chamanna Boval - Chuenetta - Morteratsch - Lagalb - Fuorcla Minor - La Rosa - Salva - Lungacqua - Rifugio Saoseo

Étape 6, Chamanna Boval - Rifugio Saoseo :

Descente en direction de la station de Morteratsch. Voyage en train sur le Chemin de fer rhétique jusqu'à Lagalb. (Au lieu du trajet en train, on peut aussi faire une randonnée en direction de Lagalb.) Randonnée à travers le Val Minor jusqu'au lac du même nom (Lej Minor), avant la selle (Fuorcla Minor) en suivant les nouvelles indications, à une courte distance de la route de Livigno. De La Rösa via Salva à Lungacqua jusqu'au Rifugio Saoseo près du lac du même nom. La courte montée vers le magnifique lac est absolument recommandée.

Note : Expérience / Nature : Caractéristiques du paysage, nature pure au milieu du groupe de la Bernina.

Attractions : Le monde glaciaire de Morteratsch

Variante A : Chamanna Boval - Pasculs - Chünetta (le sentier est balisé avec Steinmännli uniquement)

Caractéristiques de la tournée

Temps nécessaire : 7 h

Distance : 25 km

Montée : 821 m

Descente : 1280 m Max.

Hauteur : 2495 m.ü.M.

Difficulté : T3 Randonnée en montagne difficile

JOUR 7

Point de départ : Val di Camp, Rifugio Saoseo

Lieux le long de l'itinéraire : Rifugio Saoseo - Aura Freida - Poschiavo

Étape 7, Rifugio Saoseo - Poschiavo :

Après environ 300 m le long de la route, le sentier bifurque à gauche vers Terzana, en passant par l'idyllique Poz da Rùgiul. Continuez vers Terzana jusqu'à la bifurcation vers Aura Freida. Après une ascension de 100 mètres, nous atteignons la magnifique tourbière de Plan San Francesc avec une vue magnifique sur le Piz Varuna, le glacier du Palü et le Piz Palü. Une allée (route naturelle) se révèle être un sentier panoramique, passant par divers points de vue et hameaux, nous descendons lentement vers Poschiavo.

Poschiavo nous accueille avec une ambiance méridionale. La piazza, entourée de l'imposante église et des bâtiments majestueux, nous montre un autre monde. Les restaurants attirent avec les meilleurs Gelati et nous avons maintenant gagné ! Le voyage de retour avec le Chemin de fer rhétique est un voyage d'aventure, car il mène à travers des tunnels en spirale, en passant par des lacs de glacier laiteux et des glaciers bleutés et chatoyants.

Remarque : un tiers de l'étape se déroule sur des sentiers, les deux tiers restants sur la route de la nature/forêt.

Expérience / Nature : Magnifiques forêts de mélèzes et tourbières hautes, diversité florale.

Attractions : Vue particulière sur le Piz Palü et le Palüglletscher, le Piz Varuna et au sud le Pizzo Scalino

Caractéristiques de la tournée

Temps nécessaire : 4½ h

Distance : 13,6 km

Montée : 327 m

Descente : 1292 m

Max. Hauteur : 2120 m.ü.M.

Difficulté : T2 randonnée en montagne

Informations utiles :

Le Trek de la Bernina est une randonnée de haute montagne. Nous vous recommandons d'emporter une carte de randonnée. Pour une vue d'ensemble, la carte 5013 de l'Office fédéral de topographie de la Suisse, Haute Engadine (Engiadin'Ota), 1 : 50'000 est recommandée.

Coûte les cabanes du CAS : Prix recommandés : 60 CHF pour les membres adultes du Club alpin, 70 CHF pour les non-membres pour le dîner, la nuitée, le petit déjeuner, le thé de marche et toutes les taxes (de petites différences de prix d'une cabane à l'autre sont possibles).

Paiement des nuitées par carte de crédit ou de débit :

Le paiement par carte est possible dans les hébergements suivants : Gasthaus Spinass, Ospizio La Veduta, Cabanes Jenatsch, Coaz, Tschierva et Boval SAC, Ospizio Bernina

Contacts :

Es-cha Hütte SAC, +41 (0) 81 854 17 55, www.es-cha.ch, info@es-cha.ch

Gasthaus Spinass, +41 (0) 81 851 19 20, www.spinassbever.ch, info@spinassbever.ch

Promenades en calèche Bever / Spinass - à réserver via Gasthaus Spinass

Jenatschhütte SAC, +41 (0) 81 833 29 29, www.jenatsch-huette.ch, jenatsch@sac-bernina.ch

Ospizio La Veduta, Julier Pass, +41 (0) 81 828 96 77, www.laveduta.ch, info@laveduta.ch

Car postal des Grisons, +41 (0) 58 431 34 86, www.postbus.ch/graubuenden,
chur@postauto.ch

Téléphérique Corvatsch, +41 (0) 81 838 73 73, www.corvatsch.ch, info@corvatsch.ch

Chamanna Coaz Sac, +41 (0) 81 842 62 78, www.coaz.ch, info@coaz.ch

Tschierva Hütte SAC, +41 (0) 81 842 63 91, www.tschierva.ch, tschierva@sac-bernina.ch

Bus hippomobile Val Roseg, +41 (0) 78 944 75 55, www.engadin-kutschen.ch,
info@engadin-kutschen.ch

Cabane Boval CAS, +41 (0) 81 842 64 03, www.boval.ch, boval@sac-bernina.ch

Repos / Hôtel Cambrena, Bernina Pass, +41 (0) 81 844 05 12, www.cambrena.ch,
ristorante@cambrena.ch

Rifugio Saoseo, +41 (0) 81 844 07 66, www.saoseo.ch, info@saoseo.ch