

## TOUR DE LA BERNINA

Entre glaciers étincelants et sommets majestueux



A cheval entre les Grisons et la Lombardie, ce trek de 6 jours offre une grande variété de paysages : glaciers étincelants, lacs d'altitude aux couleurs intenses, forêts de mélèzes et vallées suspendues. Le Piz Bernina, sommet de plus de 4000 mètres le plus oriental des Alpes, domine en toile de fond une traversée qui alterne panoramas spectaculaires et ambiances plus douces. Une aventure riche en contrastes, entre versants italiens baignés de soleil et vastes horizons suisses et un tour complet de ce massif singulier, riche en émotions et en merveilles naturelles.

🕒 6 jours

👤 Accompagné / guidé

🧳 Avec ou sans transport de bagages

🏠 Hébergement : Classique (dortoir)

🏔️ Niveau : \*\*\*\*

💰 A partir de : 1540€

### Vous allez aimer

- La découverte multiculturelle lombarde et romanche
- Les vues époustouflantes sur les glaciers et les hauts sommets de la Bernina
- Des randonnées variées entre alpages, forêts et landes rocailleuses
- Le départ et l'arrivée sur Saint-Moritz, l'une des perles des Alpes

# Le parcours

## Jour 1

**RDV à 9h00 à la gare routière de St-Moritz**

### **ST-MORITZ - VAL FORNO**

Bus depuis la gare de St-Moritz pour la petite ville de Maloja au départ de votre randonnée. Remontée du Val Forno en passant par le magnifique lac de Cavloc. Rapidement le glacier de Forno se laisse contempler durant toute la montée au refuge.

Nuit en refuge, en dortoir, **sans les bagages**.

4h30 de marche / Dénivelé : + 830 m ; - 70 m / 12 km

## Jour 2

### **SELLA DEL FORNO - LAGO PALU**

Poursuite de la montée de la veille jusqu'au col sauvage de Forno, frontière entre la Suisse et l'Italie. Redescente dans le Valmalenco sur les chemins d'alpages bordant le versant sud du massif de la Bernina entre mélézins, vastes prairies et pierriers débonnaires.

Nuit en refuge, en dortoir.

8h30 de marche / Dénivelé : + 1080 m ; - 1710 m / 20 km

## Jour 3

### **LAGO PALU - RIFUGIO BIGNAMI**

Encore une belle journée dans le Valmalenco. Passage par le col de Torno ou de Campolungo au pied du Monte Roggione puis montée à travers les alpages jusqu'au refuge Mitta puis plus haut au refuge Carate Brianza. Passage par le col de Fellaria pour enfin redescendre sur le refuge Bignami.

Nuit en refuge, en dortoir, **sans les bagages**.

6h00 de marche / Dénivelé : + 1250 m ; - 820 m / 12 km

## Jour 4

### **PASS DE CANFINAL - CAVAGLIA**

Aller/Retour en début de journée jusqu'au lac glaciaire de Fellaria, merveille de la Bernina italienne. Passage aujourd'hui en Suisse par le Pass da Canfinal pour redescendre dans le Val Poschiavo à travers les alpages puis la forêt pour atteindre la gare de Cavaglia.

Transfert avec le célèbre train panoramique Bernina express jusqu'à l'hébergement.

Nuit en hôtel, en chambre.

6h de marche / Dénivelé : + 610 m ; - 1300 m / 15 km

## Jour 5

### **DIAVOLEZZA**

Départ depuis l'hébergement pour la station de Diavolezza par une montée dégagée surplombant les beaux lacs du Val Bernina. Vue panoramique imprenable depuis le sommet sur les glaciers nord de la Bernina, joyaux étincelants du canton des Grisons. Descente en passant par lac de Pers jusqu'à Morteratsch. Transfert à l'hébergement en train et navette.

Nuit en hôtel, en dortoir.

6h00 de marche / Dénivelé : + 850 m ; - 1060 m / 15 km

## Jour 6

## **VAL ROSEG - FUORCLA SURLEJ - ST-MORITZ**

Découverte du sauvage Val Roseg avec en paysage de fond le glacier éponyme. Montée au Fuorcla Surlej offrant un dernier coup d'œil immanquable sur les cathédrales de pierre et de lumière de la Bernina. Descente sur St-Moritz avec une vue magnifique sur les lacs bordant la perle de l'Engadine.

6h00 de marche / Dénivelé : + 780 m ; - 1010 m / 15 km

**Fin de la randonnée samedi vers 16h00 à St-Moritz.**

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.

# Le voyage

## NIVEAU \*\*\*

Dénivelé : +/- 750 m en moyenne par jour. +1250 m le Jour 3.

Temps de marche : 5 à 6 heures par jour.

Itinéraire : Sentiers caillouteux qui empruntent quotidiennement des cols situés entre 2800m et 3000m d'altitude.

Quelques passages de cols sont escarpés ainsi que plusieurs chemins aériens ou techniques, principalement en début de saison avec la traversée de névés résiduels. Les sentiers sont relativement bien marqués, excepté à l'approche de certains cols.

Il est nécessaire d'être en bonne condition physique générale. Pratiquez régulièrement un sport d'endurance tel que la marche, la course à pied, le vélo, de 3 à 4 heures par semaine. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus. Découvrez le descriptif des niveaux en cliquant ici : [niveaux des randonnées](#)

## ENCADREMENT

Nombre de participants compris entre 6 et 12 personnes encadrés par un professionnel diplômé (accompagnateur en montagne).

Il est d'usage de donner un pourboire à votre accompagnateur à la fin de votre randonnée, selon votre satisfaction. Ceci n'est pas obligatoire mais très apprécié.

## HÉBERGEMENT

3 nuits en refuge, en dortoir.

2 nuit en hôtel, en dortoir.

Tous les hébergements sont équipés de douches chaudes. Néanmoins en raison des périodes de sécheresse de plus en plus récurrentes, l'accès aux douches n'est pas garanti.

## LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont pris dans les hébergements.

Pour le midi, votre accompagnateur vous aura soigneusement préparé un pique-nique généralement composé de salades variées et de produits régionaux. Pour le jour sans bagages, le pique-nique est commandés au refuge.

**Merci de nous préciser vos allergies et régimes alimentaires au moment de la réservation.**

*Nous faisons de notre mieux pour prendre en compte les régimes particuliers (sans gluten, végétarien, etc.). Nous vous encourageons cependant à prévoir quelques produits complémentaires pour vos propres pique-niques.*

## CARTOGRAPHIE

Cartes Italiennes : L'ESCURSIONISTA n°21 BERNIA VALMALENCO - SONDRIO

# Infos pratiques

## ACCÈS AU POINT DE DÉPART

**RDV à 9h00 à la gare routière de St-Moritz.**

### EN TRAIN

Accès : gare de Lyon (Paris) - Basel (Bâle) - Zurich

Retour : départ de St-Moritz le soir même ou le lendemain.

Les horaires donnés le sont à titre indicatif et doivent être vérifiés impérativement auprès de la [SNCF](#) et [CFE](#).

### EN VOITURE

Autoroute Genève, Berne, Zurich, Chur puis suivre St-Moritz (vous pouvez acheter la [vignette autoroutière suisse en ligne](#) = 54€ / )

Rendez-vous à la gare routière de St-Moritz.

Vous pourrez laisser votre voiture sur le [parking San Gian](#) (payant). Renseignements auprès du bureau de police de Saint-Moritz (+41 81 833 30 17)

**Fin de la randonnée samedi vers 16h00 à Saint-Moritz.**

## HEBERGEMENT AVANT ET APRES LA RANDONNEE

[Office de Tourisme de St-Moritz](#) : +41 81 837 33 33

## ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. En aucun cas nous ne pouvons nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle. Si vous avez choisi l'assurance assistance rapatriement EUROP ASSISTANCE que nous proposons, Altitude Mont Blanc sert seulement d'interface entre le client et l'assureur. Nous ne pouvons influencer sur l'une ou l'autre des parties. Nous nous en tenons aux conditions strictes de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre.

**Avant de prendre toute décision, contactez EUROP ASSISTANCE.**

## NOUS CONTACTER

Si vous êtes en retard, contactez l'agence : **+33 (0)4 50 79 09 16** ou **+33 (0)6 42 49 76 07**

# Dates & tarifs

## LE PRIX

### Comprend :

- Les frais d'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé ;
- Les repas en pension complète, les encas ;
- les nuits en refuge, gîte ou hôtel ;
- les éventuels jetons de douches dans les refuges et les taxes de séjour ;
- Le transport de vos effets personnels (sauf le jour 1, 3 et 5) ;
- Les transferts routiers et ferrovières comme stipulé sur le parcours.

### Ne comprend pas :

- L'assurance assistance annulation ;
- Les dépenses à caractère personnel (boissons, etc...), les visites ;
- Le transport de vos bagages les jours 1, 3 et 5 ;
- Le voyage aller/retour de votre domicile au point de départ.

**Le tarif s'entend tout compris du point de rendez-vous au point de dispersion.**

# Équipement et bagages

## ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

### Vêtements

- Pantalons de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts "respirants" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Cape de pluie + guêtres ou pantalon type Goretex + une cape de sac
- Une paire de gants et un bonnet léger
- Chapeau ou casquette
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes... 1 paire par jour)
- Chaussures de randonnée déjà rodées et à semelles bien crantées
- 1 tenue de rechange pour le soir
- Chaussures de rechange pour le soir

### Matériel divers

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette (séchage rapide, vendue en boutique spécialisée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts
- Une boîte hermétique en plastique en guise d'assiette pour vos pique-niques
- Gobelet pour le café
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Frontale ou lampe de poche
- Un drap-sac et une taie d'oreiller (les gîtes fournissent des couvertures)
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d'identité ou passeport valide

## SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 30 à 40 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, boîte et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

## TRANSPORT DE BAGAGES

Vos affaires de rechange doivent être regroupées en **1 seul sac souple de 10kg maximum par personne**. Votre bagage est acheminé par un véhicule logistique d'étape en étape, sauf les jours 1, 3 et 5 dans des hébergements dont l'accès n'est pas toujours simple.  
**Attention, les bagages trop lourds ou trop volumineux ne seront pas pris en charge par les chauffeurs, pensez à leurs dos !**

## VOTRE SAC A DOS POUR LES NUITS SANS BAGAGES

**Pour les nuits 2 et 4**, vous n'aurez pas votre bagage à l'hébergement (vous le retrouvez le lendemain). Voici quelques conseils concernant les éléments à ajouter à votre sac à dos (environ 2 kg suffisent !):

- un petit nécessaire de toilette
- votre drap-sac
- vêtements de rechange (le strict nécessaire !)

# Détails

## MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE PAIEMENT

- Par courrier : formulaire à remplir ci-dessous.
- Par internet : <http://www.altitude-montblanc.com/>
- Par téléphone : +33 (0)4 50 79 09 16

Merci de préciser si vous souhaitez prendre une assurance annulation (4.2% du prix du voyage).

Nous vous faisons ensuite parvenir, par e-mail, une facture proforma (par couple) avec une demande d'arrhes de 30%, associée aux coordonnées de votre compte chez Altitude Mont-Blanc (rubrique "mon compte"). Vous pouvez faire votre règlement par CB, virement bancaire, chèque ou chèques vacances. Vous recevez ensuite une confirmation d'inscription. Le solde du séjour est à régler 1 mois avant le départ, sans rappel de notre part.

Les conditions de vente, annulation etc. sont disponibles sur notre site.

Nous restons à votre écoute pour toute information.

