Newsletter

En juin nous nous rendrons au Toggenburg, région pré-alpine de Suisse orientale. Prairies en fleurs, hauts-marais, panoramas sur le massif de l'Alpstein et les Churfirsten, chutes de la Thur : six jours de randonnées pour (re)découvrir paysages variés et traditions centenaires.

Séjour au Toggenburg

Du 21 au 26 juin2027
6 jours / 5 nuits
Prix : 1115.- CHF
En chambre double, demi-pension
Chambre individuelle suppl. 150.- CHF
Nombre de randonnée guidées : 5
Niveau physique : ▲ ▲ ▲ △
Niveau technique : ▲ ▲ ▲ △

Régions discrète de Suisse orientale, le Toggenburg s'étire entre le Säntis et les Churfirsten, au milieu de pâturages, de falaises calcaires et d'alpages. Pendant notre séjour de six jours, nous parcourrons cette région préalpine en pleine floraison des prairies. Les randonnées, accessibles et variées, nous conduirons vers le massif de l'Alpstein ou les sept sommets des Churfirsten, autour de Schwägalp et ses hauts-marais ainsi qu'aux chutes de la Thur.

Jour 1 – lundi 21 juin – Wildhaus et les chutes de la Thur

Trajet individuel en train et en bus via Zurich et Sargans jusqu'à Wildhaus. Après avoir déposé les bagages à l'hôtel, montée en télécabine jusqu'à Gamplüt, puis randonnée dans le massif de l'Alpstein jusqu'aux chutes de la Thur. Poursuite du chemin jusqu'à Alt St. Johann et son ancien monastère bénédictin. Retour en bus à Wildhaus.

Distance : 9.5 km
Dénivelé positif : 50 m
Dénivelé négatif : 500 m
Temps de marche : 2 h 30
Niveau physique : ▲ △ △ △
Niveau technique : ▲ ▲ △ △

Jour 2 – mardi 22 juin – Churfirsten

Randonnée exigeante vers le plus haut des Churfirsten, le Hinderrugg. Depuis Iltios, montée dans le vallon du Gluristal, connu pour sa flore variée, puis poursuite jusqu'au Hinderrugg (2306 m) et au

Chäserrugg. Vue magnifique sur le lac de Walenstadt, la vallée de la Thur et les montagnes environnantes. Depuis le Chäserrugg, descente possible en télécabine ou en partie à pied.

Distance : 6.5 km (que la montée)
Dénivelé positif : 980 m
Dénivelé négatif : 70 m
Temps de marche : 4 h
Niveau physique : ▲▲▲▲
Niveau technique : ▲▲▲▲

Jour 3 – mercredi 23 juin – Schwägalp

Randonnée dans la région de la Schwägalp, dont les paysages figurent à l'Inventaire fédéral des paysages d'importance nationale (IFP). Traversée de hauts-marais, de pâturages et de zones boisées, face aux parois majestueuses du Säntis.

Distance : 9 km
Dénivelé positif : 330 m
Dénivelé négatif : 450 m
Temps de marche : 3 h 30
Niveau physique : ▲▲▲▲
Niveau technique : ▲▲▲▲

Jour 4 – jeudi 24 juin – le massif de l'Alpstein

Randonnée en boucle dans l'imposant massif de l'Alpstein, avec ses sommets très connus que sont le Säntis et l'Altmann. Depuis Gamplüt, traversée de l'alpage de Tesel, puis montée jusqu'à la cabane du Zwinglipass (2000 m). Poursuite jusqu'au Mutschensattel, puis descente par la vallée de la Gruebe jusqu'à l'alpage de Tesel et retour à Gamplüt.

Distance : 14 km
Dénivelé positif/négatif : 900 m
Temps de marche : 6 h 30
Niveau physique : ▲▲▲▲
Niveau technique : ▲▲▲▲

Jour 5 – vendredi 25 juin – les lacs de Schwendi

La culture du chant et de la musique est profondément ancrée au Toggenburg. Lors de cette randonnée en boucle vers les lacs de Schwendi nous parcourons une partie du chemin des sons et nous nous arrêtons au « Klanghaus », la maison des sons, un bâtiment en bois conçu comme un instrument de musique géant.

Distance : 10 km
Dénivelé positif/négatif : 470 m
Temps de marche : 3 h 30
Niveau physique : ▲▲▲▲
Niveau technique : ▲▲▲▲

Jour 6 – samedi 26 juin – Lichtensteig
Après le petit-déjeuner, déplacement à Wattwil. Ensuite balade longeant la Thur jusqu'à Lichtensteig, l'une des plus petites villes de Suisse, lauréate du Prix Wakker pour la beauté de sa vieille-ville. Visite guidée de la vieille-ville. Retour à pied ou en bus à Wattwil. Fin du séjour dans l'après-midi et retour à domicile.

Distance : 4 km (allée)
Dénivelé positif : 40 m
Dénivelé négatif : 10 m
Temps de marche : 1 h
Niveau physique : ▲▲▲▲
Niveau technique : ▲▲▲▲

Ce montant comprend

- Les frais d'inscription
- Le logement en Hôtel *** en chambre double avec salle de bain
- 5 petits-déjeuners
- 5 repas du soir
- Eau, thé et café durant les repas du soir
- Tous les déplacements du groupe sur place
- Le dépôt de bagages le dernier jour
- 5 randonnées guidées
- Visite guidée de la vielle-ville de Lichtensteig
- L'accompagnement et les animations durant le séjour

Ce montant ne comprend pas

- Le déplacement aller et retour, domicile – Wildhaus et Wattwil – domicile
- Les assurances rapatriement, responsabilité civile, etc.
- Le supplément pour chambre individuelle
- Les boissons (sauf eau, thé et café durant les repas du soir)
- Les pique niques
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans le paragraphe « Ce montant comprend »

Ce programme pourra être modifié en fonction des conditions météorologiques, de la présence éventuelle de neige en altitude, de la fermeture de certains chemins et/ou remontées mécaniques ainsi que pour garantir la sécurité du groupe.

Le détail des horaires, les adresses des hôtels et d'autres informations utiles seront communiqués en temps opportun aux participants. Les documents de voyage ainsi qu'une check-liste pour la préparation des bagages seront transmis environ trois semaines avant le départ.