

Comme partout ailleurs, en cliquant sur « Oké, ça va, j'ai compris », vous reconnaissez que vous êtes informé(e) que Montagne-Cool.com utilise des cookies pour l'identification des utilisateurs, ainsi que le fonctionnement de services externes (Google Analytics et AdSense). Vous reconnaissez également que Montagne Cool est, et restera toujours cool, et n'a pas d'autre motivation qu'espérer pour tous une montagne 100% libre et gratuite. Car ici, on n'a rien à vendre, mais on a tout à s'échanger... [Oké, ça va, j'ai compris](#)



“ La Montagne 100% libre et gratuite ”



[\[Forum\]](#) [\[Contactez nous\]](#)

[\[Se connecter / s'inscrire\]](#)

Articles

Topos

Photos

Livres

Toute la section

Catégories

Editeurs

Collections

Enigmes

Recherche

[Partenaire]

Accueil -> Livres



Accueil

Votre Montagne Cool

Montagne Cool Autrement

## ■ Dans les Alpes suisses

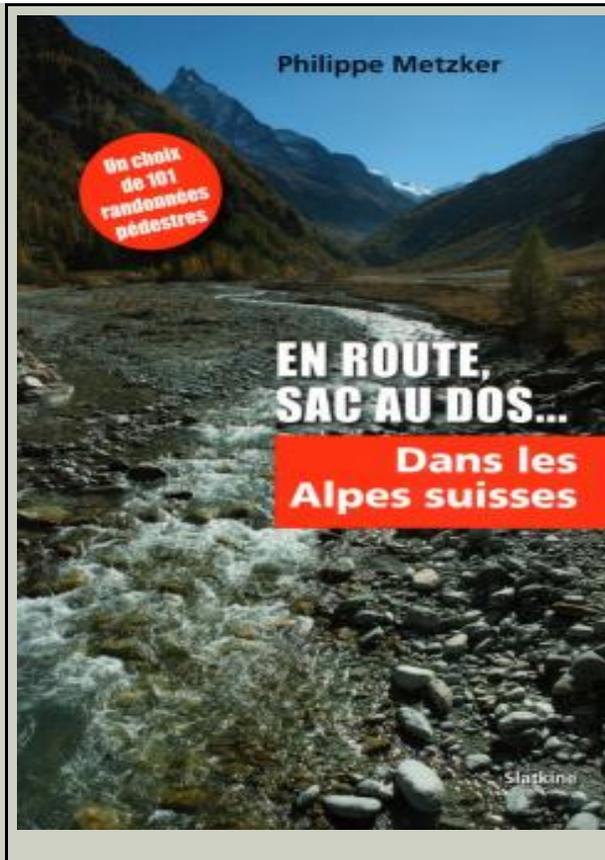
[Passe a ton voisin !](#) - [Imprimer](#) - [Contenu douteux](#) - [Envie de Chroniquer ?](#)

**Note importante** : Attention, à la rédac', on bosse en artisan, pour le respect des lecteurs. Le chroniqueur qui ose pomper, même partiellement, une 4ème de couv' ou un communiqué de presse se retrouve banni pendant 35 générations, assigné à lire toute la série de la Bibliothèque Rose (et la Verte aussi !). Du coup, on se laisse parfois un peu partir... Si vous souhaitez échapper à nos états d'ame, nos circonlocutions et autres bons mots douteux, pour rentrer dans le coeur du bouquin, sautez le premier paragraphe. Mais là, c'est notre coeur que vous fendez !

☆☆☆☆☆ 0 (0)

G+

+ 0



101 itinéraires proposés  
dans 8 cantons suisses et toutes les Alpes,  
Entre lac Léman à l'ouest et Basse Engadine à l'est,  
Partez à la découverte de plus de 140 refuges  
et cabanes de montagne

Ce guide offre un large choix de 101 itinéraires et découvertes variées à l'usage des randonneurs débutants ou expérimentés, des familles avec enfants ou également des seniors et autres vétérans qui n'ont plus les forces pour s'attaquer à la conquête de hauts sommets comme ceux de 3 000 ou 4 000 mètres.

Ce choix de randonnées en montagne s'étend sur huit cantons et toutes les Alpes suisses, entre le lac Léman à l'ouest du pays et la Basse Engadine à l'est.

Le randonneur vaillant qui imaginerait de parcourir tous les itinéraires décrits dans ce livre aurait la chance de découvrir plus de 140 refuges ou cabanes de montagne.

Ce guide de randonnées a été complètement contrôlé, corrigé et actualisé par l'auteur pour tenir compte des très importantes modifications de divers genres survenues récemment dans nos montagnes et les vallées des Alpes, provoqués par les modifications du climat et la hausse générale de la température.

ISBN 978-2-8321-0860-4



En route, sac au dos... 1

Auteur : Philippe METZKER ([+ de livres de cet auteur](#))

Editeur : Slatkine ([+ de livres de cet éditeur](#))

Collection : En route, sac au dos... ([+ de livres de cette collection](#))

Catégorie : Topos > Randonnées ([+ de livres de cette catégorie](#))

Edition 2018 - 284 pages - 25 €

Critique commise le 08-05-2018 par jyhes

*On savait déjà que ce sont les vieilles peaux qui font les meilleures soupes.  
Mais n'oublions pas que c'est dans les vieux topos que l'on trouve les meilleures courses !*

***On suit assidument par ici les éditions Slatkine, car chacune de leur publication arbore cette « Swizz touch » si singulière.***

***Ce nouveau topo, délicieusement « old school » - dans la bonne acception - démontre, une fois encore, qu'il n'est pas besoin d'exubérance pour être parfait.***

***Chaque itinéraire fleure bon le travail d'orfèvre, disons la précision helvète.***

**Et c'est toute la valeur-ajoutée de cet auteur : c'est un « ancien » de l'affaire, un érudit qui connaît parfaitement chaque val et toponyme, et leurs inexorables évolutions.**

**Cela donne au final un ouvrage très à jour et parfaitement fonctionnel, dans le plus pur style. Cela a fait et fera encore référence !**

**NB : En plus du sommaire, on aurait juste apprécié une carto récapitulative à partager avec vous.**

## Index des randonnées

### Chapitre I - Chablais et Alpes valaisannes

1	De Champéry aux Marécottes - Cabane de Susanfe .....	16
2	De Salvan à Champéry - Refuge des Dents du Midi et Cabane de Susanfe .....	18
3	Dès Giettes à Champéry - Refuge de Chalin .....	22
4	De Champex à Praz de Fort - Cabanes d'Orny, du Trient et de Saleina .....	24
5	De Praz de Fort à La Fouly - Cabanes de Saleina et de l'A Neuve .....	28
6	Tour du Mont Rogneux - Cabane du Col de Mille et Cabane Marcel Brunet .....	30
7	De Fionnay à Lourtier - Cabanes FXB-Panossière et Marcel Brunet .....	34
8	En circuit de Fionnay - Cabanes FXB-Panossière et de Chanrion .....	36
9	De Verbier à Fionnay par le « Sentier des Chamois » .....	40
	Cabane du Mont Fort et Cabane de Louvie .....	42
10	De Verbier à la Grande Dixence - Cabanes du Mont Fort et de Prafleuri .....	42
11	De Haute-Nendaz ou Siviez à Arolla par le Col de Riedmatten .....	44
	Refuge de Saint-Laurent et Cabane de Prafleuri .....	48
12	Du Barrage de la Dixence à Fionnay - Refuge-Igloo des Pantalons Blancs .....	48
13	Des Haudères à Zinal, par le Col du Tsaté - Cabanes de Moiry et de Sorebois .....	50
14	De Grimont à Villa ou Evolène par le Col de Torrent - Cabane de Moiry .....	52
15	De Grimont à Vercorin par le Val de Réchy - Cabane des Becs de Bosson .....	54
16	De Zinal, circuit par le Col de Milon - Cabanes de Traucuit et d'Arpilletta .....	58
17	De St-Luc à Gruben par Forcletta - Cabane de la Bella Tola et Turtmannhütte .....	60
18	De Saas Almagell à Gondo par le Zwischbergenpass - Almagellerhütte .....	62
19	De Fäld au Valle Antigorio/Formazza par l'Albrunpass - Binnthalhütte .....	64
20	De Binn par l'Hohsändjoch au Val Bedretto .....	66
	Binnthalhütte, Rifugio Città di Busto et Capanna Corno-Gries .....	66

### Chapitre II - Alpes vaudoises et bernoises

21	Tour du Grand Chavalard - Dès L'Erié, par Sorgno et le Col de Fenestral .....	70
22	D'Ovronnaz à Champex d'Allesse - Cabanes du Fenestral, de Sorniot .....	72
	du Demècre et du Sex Carro .....	74
23	Circuit du Muveran, de Pont de Nant - Cabanes de Plan Nèvé et Rambert .....	74
24	D'Ovronnaz à La Barboleuse par Derborence - Cabane Rambert .....	76
25	Du Col du Pillon à Daillon - Cabane des Diablerets et Cabane de Prarochet .....	78
26	Du Col du Pillon à Gsteig par le Col du Sanetsch .....	82
	Cabane des Diablerets et Cabane de Prarochet .....	86
27	En circuit depuis Lauenen - Geltenhütte .....	86
28	D'Abländschen par la vallée des Fenils à Rougemont - Grubenberghütte .....	88
29	D'Anzère à Derborence par le Poteu des Etales .....	90
	Cabane des Audannes et Cabane de Prarochet .....	94
30	De Lenk à Ayent, à Anzère ou à Montana par le Bisse du Ro - Wildhornhütte .....	94
31	De Lenk ou d'Ayent à Leukerbad - Wildstrubelhütte et Cabane des Violettes .....	98
32	De Leukerbad à l'Engstigenalp, par le Chindbettipass - Lämmerenhütte .....	102
33	De Leukerbad à Ferden ou Wiler par la Gitzfurrgu - Lötschepasshütte .....	104

272

34	De Fafleralp à Kandersteg par le Gasterental - Lötschepasshütte .....	106
35	De Belalp au Lötschental par le Beichpass - Oberaletschhütte .....	108
36	De Kandersteg à Stechelberg ou à Fafleralp - Mutthornhütte .....	110
37	De la Griesalp à Stechelberg - Gspaltenhornhütte et Mutthornhütte .....	112
38	De Kandersteg à Mürren - Blümlisalphütte et Gspaltenhornhütte .....	114
39	De Lauterbrunnen par la Grütschalp à Mürren - Suls-Lobhornhütte .....	116
40	De la Schynige Platte à l'Axalp par le Faulhorn - Berghaus Männlienen .....	118
41	De Handegg et du Räterichsbodensee à l'Hospice du Grimsel - Bächlitalhütte et Lauteraarhütte .....	122
42	Du Col du Grimsel à Münster - Oberaarjochhütte et Galmihornhütte .....	124
43	Du Col du Grimsel au Sidelhorn et à Obergesteln - Val de Conches .....	126

### Chapitre III - Alpes urannaises, schwyzoises et d'Unterwald

44	De Furen à Innertkirchen - Windegghütte .....	130
45	D'Engelberg à Oberrickenbach - Brunnhütte et Rugghubelhütte .....	132
46	De la Klewenalp à Niederrickenbach - Brisenhaus .....	134
47	D'Engelberg à Amsteg - Spannornhütte, Kröntenhütte et Leutschachhütte .....	136
48	De l'Hôtel Steingletscher à Göschenen - Tierberglühütte et Chelenaalphütte .....	140
49	De Realp à Göschenen - Albert-Heim-Hütte, Chelenaalphütte, Bergsee-Hütte et Voralphütte .....	142
50	De Realp à All'Acqua - Rotondohütte et Capanna Piansecco .....	144
51	De Flüelen au Stoos - Lidernenhütte .....	146
52	De Flüelen à Hinterthal/Muotathal - Lidernenhütte .....	148
53	De Bisisthal à Braunwald ou vers le Klöntal - Glattalphütte .....	150
54	De Bristen à Disentis - Windgällenhütte, Hüfihütte et Planurahütte .....	152
55	De Bristen à Gurtellen - Etlzhütte et Treschhütte .....	156
56	De Disentis / Aclletta à Bristen - Camona da Cavardiras et Etlzhütte .....	158
57	De Gurtellen à Airolo - Treschhütte, Camona da Maighels et Capanna Cadlino .....	160

### Chapitre IV - Alpes glaronaises et st-galloises

58	De Hinter Klöntal (Plätz) à Braunwald - Glärnischhütte .....	166
59	De Hinter Klöntal (Plätz) à Glarus par Schwammhöhe - Glärnischhütte .....	170
60	De Linthal à Disentis/Mustér - Claridenhütte et Planurahütte .....	172
61	De Linthal à Trun (Rhin antérieur) - Fridolinshütten, Grünhornhütte et Camona da Punteglias .....	174
62	De Linthal à Breil/Brigels - Mutsee-Hütte, Kistenpasshütte et Bifertenhütte .....	178
63	De Schwanden/Chis à Elm par la Wildmadfurrgeli - Leglerhütte .....	180
64	D'Elm à Pigniu, Ruis ou Andiast - Panixer Pass et Panixerpasshütte .....	182
65	D'Elm à Flims - Pass dil Segnas / Segnespass et Camona da Segnas .....	184
66	De Vättis ou Bargis à Elm par le Foopass - Sardonahütte .....	186
67	De Flums à Matt - Spitzmeilenhütte .....	188

273

<b>Chapitre V - Alpes tessinoises</b>	
68	D'Airolo à Ulrichen - Capanna Cristallina et Capanna Corno-Gries ..... 192
69	D'Airolo à Domodossola - Capanna Cristallina, Capanna Basòdino et Rifugio Maria Luisa ..... 194
70	De San Carlo à Foroglio - Rifugio Piano delle Creste ..... 196
71	De Cimalmotto à Bosco/Gurin - Capanna Grossalp - Bocchetta d'Orsalia .. 198
72	De Gresso à la Valle di Campo ou à Someo - Capanna d'Alzasca ..... 200
73	De Rivera et l'Alpe Foppa à Migliaglia - Capanna Tamaro - Monte Tamaro et Lema ..... 202
74	De Maggia à Lavertezzo (V. Verzasca) - Capanna Nimi - Bocchetta d'Orgnana ..... 204
75	De Sorgno (Verzasca) - Rifugio Barone - Lago Barone - Lago dei Porchièisc ..... 208
76	D'Airolo - Alpe di Pesciüm à Fusio - Rifugio Garzonera ..... 210
77	De Dalpe à Fusio - Capanna Campo Tencia et Capanna Leit ..... 212
78	De l'Alpe Casaccia, à Leontica - Capanna Prodör et Capanna Piandioss ..... 214
79	De Campo Blenio à Vrin - Capanna Motterascio et Camona da Terri ..... 216
80	De Campo Blenio à Tenigerbad - Capanna Motterascio et Camona da Medel ..... 218
81	De Campo Blenio à Hinterrhein - Capanna Adula et Zapporthütte ..... 220
<b>Chapitre VI - Alpes grisonnes</b>	
82	De Haldenstein à Tamins - Calandahütte et Ringelspitzhütte ..... 224
83	De Sufers à Safien - Cufercalhütte ..... 226
84	De Lumbrein à Ilanz - Piz Sezner et Piz Mundaun ..... 228
85	D'Arosa à Lenzerheide - Ramozhütte ..... 230
86	Tour du Weisshorn - Arosa - Carmäna - Ochsenalp - Arosa ..... 232
87	De Davos Dorf à Klosters - Chamanna da Grialetsch et Berghaus Vereina ... 234
88	De Filisur à Preda, ou à Savognin - Chamonas d'Ela ..... 236
89	De Spinas au Pass del Güglia et à Bivio - Chamanna Jenatsch ..... 238
90	De Bergün/Bravuogn à Davos - Chamanna digl Kesch ..... 240
91	De Madulain à Davos - Chamanna d'Es-cha, digl Kesch et da Grialetsch ..... 242
92	De Lavin à Klosters - Chamanna dal Linard et Berghaus Vereina ..... 246
93	De Klosters à Guarda - Silvretthütte et Chamanna Tuoi ..... 248
94	De Klosters à Schlappin - Seetalhütte ..... 250
95	De Sankt Antönien à Seewis - Carschinahütte et Schesaplanahütte ..... 252
96	De Maloja à Bivio - Pass Lunghin et Pass da Sett (Septimerpass) ..... 254
97	Entre Casaccia et Soglio - La « Via Panoramica » dans le Val Bregaglia ..... 256
98	De Bondo au Col de la Maloja - Capanna di Sciora, de l'Albigna et del Forno ..... 258
99	De Saint-Moritz à Sils i.E. / Segl - Chamanna Coaz ..... 262
100	De Morteratsch à Saint-Moritz - Chamanna da Boval et da Tschiera ..... 264
101	Du Passo del Bernina au Piz Lagalb, retour par le Val Minor ..... 268

## Table des matières

Préface de l'auteur.....	5
Introduction à la randonnée.....	7
Échelles des degrés de difficultés en randonnée et en haute montagne.....	10
Sauvetage par hélicoptère.....	11
Prendre garde au bétail.....	12
Zones de tir militaires.....	12
Faune alpine.....	13
Abréviations utiles.....	14
<b>Description des randonnées :</b>	
<b>Chapitre I :</b> Chablais et Alpes valaisannes.....	15
<b>Chapitre II :</b> Alpes vaudoises et Alpes bernoises .....	69
<b>Chapitre III :</b> Alpes uranaises, schwyzoises et d'Unterwald .....	129
<b>Chapitre IV :</b> Alpes glaronaises et Alpes saint-galloises .....	165
<b>Chapitre V :</b> Alpes tessinoises .....	191
<b>Chapitre VI :</b> Alpes grisonnes.....	223
Index des randonnées.....	272
Table des matières.....	275

**Les internautes qui ont apprécié ce bouquin sont aussi passés par là :**

- [En Haute-Savoie et en Valais / Philippe METZKER \[Slatkine\]](#)
- [En Suisse romande / Philippe METZKER \[Slatkine\]](#)
- [Vercors, l'île aux trésors / Jeanne Palay \[Glénat\]](#)

**Si ce bouquin vous a bien parlé, ceux là devraient vous plaire :**

- [En Haute-Savoie et en Valais / Philippe METZKER \[Slatkine\]](#)
- [En Suisse romande / Philippe METZKER \[Slatkine\]](#)

- [Chartreuse, Les plus belles randonnées / Pascal Sombardier \[Glénat\]](#)
- [Aspe-Ossau / G Véron \[Rando Editions\]](#)

[Retour à la liste des livres](#)

[▲ Haut de page](#)

© Montagne cool - Enigmes cool - Livres sur la montagne 2004 à 2018

[Infos légales](#) | [Nous contacter](#) | [Partenaires](#) | [Liens](#) | [Plan du site](#)

En manque d'Aventure, voici 5 idées de sorties...

Petit Astazou // par les Rochers Blancs [Gavarnie-Mt Perdu] , Falaise de Tralenta // Garden Party [Vanoise] , Le col des Béraudes [Cerces], Via Ferrata Francesco Hangender Stein (AUT) [Tyrol] , Plateau du Caroux // Par les G. De Colombières et le S. du Garel [Massif du Caroux],

Et un peu de lecture...

Pyrénées, les plus belles courses de F à D , Mes plus belles balades en montagne (Alpes, Pyrénées, Massif Central, Vosges, Jura, Corse...), Les Fous du Verdon, Ascension au pic de Néthou (Sommet culminant de la Maladetta en juillet 1842), Randonner ; tout ce qu'il faut savoir pour des randonnées réussies ,