Au coeur de l'Oetztal (AM36F)

Le Tyrol - Autriche Suisse

6 jours (dont 6 jours : Randonnée)

Prix à partir de 680.00 EUR *p.p.*

Niveau	
Type	Individuel
Age minimum	16 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Auberge Hôtel
Groupe	de 2 à 14 personnes
Repas	Demi-pension
Encadrement	En liberté

Les points forts de ce voyage

- Vous randonnez (niveau 4) dans des paysages de haute montagne à une altitude comprise en 2 000 et 3 000 mètres d'altitude.
- Une carte d'accès illimité aux transports (incluse dans le prix) pour vous déplacer en toute liberté dans la vallée.
- Un hébergement en étoile, au carrefour des principales vallées, offrant des prestations de qualité dans la plus grande tradition du pays avec accès à l'espace détente (sauna).
- Un large choix d'itinéraires pour découvrir les différentes facettes de cette vallée, des alpages verdoyants aux plus hautes cimes.
- Le paradis du randonneur sportif avec l'accès à plusieurs sommets belvédères flirtant avec les 3 000 mètres.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Votre voyage

Le massif de l'Oetztal, bien connu des adeptes de la haute montagne pour ses glaciers, mériterait une mention particulière pour la qualité de ses sentiers alpins qui mènent au sommet de quelques belvédères culminant à plus de 3 000 mètres.

Le massif de l'Ötztal, bien connu des adeptes de la haute montagne pour ses glaciers, mériterait une mention particulière pour la qualité de ses sentiers alpins qui mènent au sommet de quelques belvédères culminant à plus de 3 000 mètres. Dans ce cadre unique, nous avons sélectionné quelques randonnées majeures qui vous permettront de découvrir toutes les facettes de ce massif d'exception. Notre hébergement, idéalement situé au carrefour des principales vallées, vous permet de rallier en bus les principaux villages de cette vallée, points de départ des itinéraires que nous avons sélectionnés pour vous. Les randonnées proposées sont de type alpin, dans un décor de haute montagne, entre 2 000 et 3 000 mètres d'altitude. Le soir, vous retrouvez une couette douillette dans une auberge confortable avec la possibilité de vous ressourcer au sauna, à votre disposition pendant toute la durée du circuit. Dans ce pays de tradition, vous serez agréablement surpris par la présence de nombreux refuges en montagne qui, à eux seuls, constituent une idée de randonnée. Arrêtez-vous dans ces auberges conviviales pour boire une bière et échanger avec les gens du pays. Ils vous surprendront souvent à connaître quelques mots de français appris l'hiver sur les pistes de ski ou en haute montagne en tant que guide.

J 1/ Accueil à Sölden en fin de matinée
Accueil à l'auberge, située à Sölden, à partir de 11 heures. Installation et remise des derniers documents par votre hôte : carte de randonnée et *Oetztal Card* (accès illimité aux transports locaux). Cette première randonnée, facile, dans la forêt de Brunnenbergwald, à l'abri de la forêt, permet de profiter de la fraîcheur issue du torrent et, éventuellement, de monter jusqu'à la Brunnenbergalm (1910 m), petite auberge où l'on peut savourer une bonne bière locale. Retour à l'auberge, *farniente* et repas du soir dans un restaurant typique situé à 5 minutes à pied de l'hébergement.
3 h de marche, M et D = 500 m.

J 2/ Glacier de Tiefenbachferner (2700 m) - Vent (1895 m)
Une randonnée alpine à faible dénivelée positive, qui offre des vues splendides sur les sommets de l'Ötztal et leurs glaciers. Départ en bus de Sölden, le trajet d'une demi-heure vous conduit au pied du glacier de Tiefenbachferner à l'altitude de 2 700 mètres d'altitude. Itinéraire en balcon, vous progressez à flanc de montagne dans un univers très minéral aux allures presque himalayennes. On ne peut qu'être contemplatif devant ces paysages immenses et sauvages où vous aurez la possibilité de découvrir les multiples fleurs de montagne qui colonisent ces espaces minéraux, à première vue inaccessibles à la vie végétale. C'est en observant ces paysages et en marquant quelques pauses que vous surprendrez la faune locale (chamois, bouquetins, marmottes et aigles royaux). Descente progressive vers Vent, capitale de l'alpinisme et petit village authentique. Retour à Sölden en bus.
5 h de marche, M : 245 m et D : 1050 m.

J 3/ Umhausen - Niederthai - Stuibenfall
Après une journée passée en altitude, nous vous invitons à découvrir la petite vallée secrète de Niederthai qui vous conduira aux plus hautes chutes d'eau du pays, celles de Stuibenfall. Cette jolie boucle permet de réaliser l'ascension du Narrenkogel (2309 m), belvédère au-dessus de la vallée de Niederthai. Le retour permet d'en faire le tour complet sur un versant bien ensoleillé au c½ur d'une végétation aux allures méditerranéennes. Les alpages de Platte sont une invitation à la sieste, mais votre marche ne s'arrête pas là. De Niederthai, vous poursuivez la descente le long de la rivière qui se jette littéralement dans la vallée après plusieurs ressauts assez impressionnants. Vous parcourez le sentier aménagé qui offre de très belles vues sur les chutes et vous laissez guider par le chemin qui vous ramène à Umhausen. Retour en bus à Sölden.
6 h de marche, M : 850 m et D : 1200 m.

J 4/ De Obergurgl à Zwieselstein, Nedersee
Depuis Obergurgl, plus haut village d'Autriche, situé à 1 907 mètres d'altitude, le parcours vous conduit dans des paysages d'une grande quiétude à travers les landes de rhododendrons et les splendides pelouses alpines, invitation à la contemplation. C'est ici qu'il n'est pas rare de surprendre le vol de l'aigle royal en chasse. Sur

votre gauche, une succession de sommets dépassant les 3 000 mètres, derrière vous les derniers grands glaciers des Alpes orientales !
5 à 6 h de marche, M : 740 m et D : 1000 m.

J 5/ Wildes Mannle (3023 m)
Selon votre condition physique, possibilité de partir directement du village de Vent à pied, ou d'emprunter le télésiège de la station jusqu'à Stablein (2356 m). L'ascension, non technique, du Wildes Mannle (3026 m) fait partie des randonnées faciles permettant de réaliser un sommet à plus de 3 000 mètres. Sa situation géographique privilégiée en fait un belvédère exceptionnel sur les plus grands glaciers et sommets emblématiques de la région. Du sommet, une belle traversée permet de rejoindre le refuge de Breslauer (2844 m) et de descendre dans la partie sauvage de la vallée de Rofental avec toute la chaîne des montagnes en toile de fond. Retour à Sölden en bus.
6 h de marche, M : 1250 m (680 m si télésiège de Stablein), D : 1250 m.

J 6/ Berglersee (2560 m)
Les combes et les grandes pentes herbeuses qui plongent littéralement dans la vallée sur votre droite sont des milieux de prédilection pour les chamois. Le sentier chemine dans un cadre somptueux où alternent gros pierriers, lacs d'altitude et landes de rhododendrons. La fin du parcours assure la transition entre les prairies alpines et les doux alpages où subsistent encore de très anciennes et parfaitement bien entretenues habitations traditionnelles et bergeries encore en activité. Retour à Sölden en fin de journée. En fonction de vos impératifs horaires, vous pourrez toujours réserver une nuit supplémentaire. Dans le cas où vous devriez prendre un train de nuit, nous vous conseillons de choisir une randonnée plus courte que vous trouverez dans votre carnet de voyage.
5 à 6 h de marche, M : 650 m et D : 1300 m.

L'accès sur place
- Ferroviaire :
train Paris-Ötztal (Ötztal Bahnhof, train de nuit de préférence pour une arrivée le matin), puis bus régulier jusqu'à Sölden (1 h 20 de transfert). Pour les horaires de bus, vous pouvez consulter le site de la compagnie locale, www.vvt.at. Bus toutes les heures environ. L'adresse de l'auberge vous sera communiquée dans la convocation. Stoppez à l'arrêt de la Poste (*Postamt*). Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur www.voyages-sncf.com. Consulter aussi le site du réseau ferroviaire suisse, très clair : www.cff.ch.
- Routier :
par la Suisse, Zurich, Liechtenstein, tunnel de l'Arlberg, Landeck, puis direction Innsbruck. A la hauteur de Imst, bifurquer à droite dans la vallée de l'Ötztal et remonter jusqu'à Sölden. Noter qu'il faudra nécessairement acquitter les vignettes suisse (40 CHF) et autrichienne (7,60 € pour 10 jours) pour circuler sur les autoroutes. Plus d'information sur www.viamichelin.fr

Dates du séjour - Accueil le J 1 à partir de 11 heures.
- Fin de séjour le J 6 (les chambres devront être libérées le matin si vous ne restez pas une nuit de plus).
A noter : *la durée du circuit est de 6 jours et le programme de randonnées comprend 6 randonnées. Le voyage depuis la France ou la Belgique étant assez long, surtout si vous venez en voiture, nous vous conseillons de rester une nuit de plus à Sölden après la randonnée du J 6. Si vous venez en train, compter 1 h 30 pour rejoindre la gare. Les trains de nuit partent en fin de journée et dans la soirée (à vérifier).*

L'hébergement
Auberge confortable ou hôtel en fonction des disponibilités au moment de la réservation (base chambre double). Les deux établissements offrent des prestations équivalentes avec accès aux installations de bien-être au retour des randonnées. Ce circuit n'est pas un circuit de remise en forme, l'accès aux installations constitue un plus !
A noter : *draps et linge de toilette sont fournis par l'hébergement.*

Le transport
- Les transferts sur place se font en bus local.
- Certaines randonnées peuvent nécessiter de recourir à des navettes secondaires (pour accéder à des vallées plus reculées) ou aux remontées mécaniques.

A noter : *à votre arrivée, l'hébergeur vous remet la carte de transport (valable 7 jours) qui vous donne accès à tous les transports de la vallée. Vous pourrez aussi utiliser cette carte pour retourner gratuitement à la gare en fin de séjour si vous venez en train.*

Oetztal Card, les services en plus

- Accès aux musées et curiosités, notamment le musée d'Ötzi.
- Entrée de 3 heures aux thermes Aqua Dôme à Längenfeld, à privilégier en cas de mauvais temps (http://www.aqua-dome.at/xxl/_lang/en/).
- Location possible de VTT et vélos à tarifs préférentiels.
- Centre de loisir, piscine au parc aquatique de Sölden.
Des avantages dont vous pouvez bénéficier avec cette carte qui vous est remise à votre arrivée sur place.

Les repas
Formule en demi-pension (petit déjeuner et repas du soir compris), les pique-niques restent à votre charge.
- Les dîners ne sont pas pris sur le lieu d'hébergement mais dans un restaurant situé à 5 minutes à pied de celui-ci. Vous aurez la possibilité de choisir vos plats dans un large menu. Les boissons sont à votre charge.
- Pour les pique-niques, plusieurs épiceries et supérettes dans Sölden et sur le parcours.
- Les petits déjeuners, complets, sont servis le matin en fonction votre horaire de départ en randonnée. Très copieux, ils constituent un vrai repas gourmand à base de produits sucrés et salés.

L'orientation
Vous êtes maître de votre itinéraire et vous devez savoir utiliser une carte et une boussole. Le topo fourni au départ vous donne quelques précisions. A chaque étape, vous pourrez obtenir des renseignements sur l'état des sentiers ou demander directement au responsable de l'hébergement.

A noter : *les cartes autrichiennes sont à l'échelle 1/35 000 et les courbes de niveau équidistantes de 40 mètres. De plus, tous les sentiers balisés en noir sont considérés comme difficiles (contenant souvent des portions sécurisées et à déconseiller aux personnes sujettes au vertige).*

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Dates et prix

Promotion | Départs complet | Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Le Tyrol	Au coeur de l'Oetztal	01/06/2025	30/09/2025	6 jours	680.00 EUR

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Info pays

Le Tyrol

Pas à pas, les trésors de la montagne tyrolienne se dévoilent au marcheur : hauts sommets et gorges profondes, parois abruptes et doux alpages, neiges éternelles et prairies fleuries. Nos randonnées conduisent sur les plus belles crêtes du Tyrol dans un univers naturel exceptionnellement préservé. Une destination à privilégier pour randonner dans un cadre agréable et profiter d'hébergements et d'un accueil de qualité.

Formalités administratives

Autriche
L'Autriche étant membre de l'Union Européenne, il suffit d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité pour les ressortissants européens.

Conseil(s) santé

Autriche
Les conditions sanitaires sont équivalentes à celles de l' Europe.

Nous vous conseillons cependant d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.
Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).
De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.
Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

- L'hébergement en auberge confortable ou hôtel (base chambre double).
- Les repas du soir du J 1 au J 5.
- Les petits déjeuner du J 2 au J 6.
- Tous les transferts sur place utiles au bon déroulement du séjour (carte de transports illimités).
- L'accès aux installations de bien-être dans les hébergements.
- Un accès de trois heures au centre thermal Aqua Dôme de Längenfeld.
- Le carnet de route (ainsi qu'une carte et les bons de réservation pour un groupe de 2 à 4 personnes).

Le prix ne comprend pas

- L'assurance, l'assistance
- Les boissons et dépenses personnelles, les pourboires, les vivres de course.
- Les déjeuners.
- Les entrées dans les sites, monuments, musées (sauf ceux prévus dans le contrat de votre carte de transport).
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'Le prix comprend'.

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme au moins une fois par semaine en marchant (15 à 18 km) si possible sur un parcours avec dénivelée (350 m/h), ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :
- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds
- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO
www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable
- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivol et documents
- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance

- Papiers personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Le couchage est fournit par l'hébergeur

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25