

LE TYROL

Randonnée autour d'Innsbruck

Une découverte sportive des beaux alpages de la région d'Innsbruck

Du 1^{er} au 07 juin 2015

Accompagnement par des guides de montagne
Funiculaire entre Innsbruck et la montagne Hungerburg

Ce programme au rythme étudié propose une découverte sportive de la région d'Innsbruck et de ses villages de charme, alternant des étapes techniques réalisées en autocar et des randonnées quotidiennes au cœur des paysages grandioses des Alpes autrichiennes : une approche sportive et authentique du voyage.

Jour 1 - Votre localité / Tyrol

Départ de votre localité en direction du TYROL par autoroute. Arrêt déjeuner libre en cours de route. L'après-midi, continuation vers

ZURICH et passage en Autriche à FELDKIRCH. Continuation par INNSBRUCK et arrivée à l'hôtel dans la région d'Innsbruck et ses villages de charme. Dîner et nuit.

Jour 2 – De Götzens jusqu'à l'alpage / promenade aux flambeaux

Petit-déjeuner et randonnée au départ de Götzens jusqu'à l'alpage. Départ par le chemin panoramique en direction d'Axams. Montée jusqu'au Adlerhorst et retour à Götzens par les alpages.

Déjeuner panier-repas en cours de randonnée

Le soir, dîner à l'auberge de Natterer Boden. Puis, *promenade digestive aux flambeaux jusqu'au village de Natters*. Nuit à l'hôtel.

(dénivelé : 300 m à 400 m. niveau : facile) (600 m à 800 m. niveau moyen). Temps de marche : 5 H maximum.

Jour 3 – Mieming : Le Plateau du Soleil

Petit-déjeuner et départ en autocar pour le massif de Mieming, l'une des parties les plus impressionnantes des Préalpes orientales septentrionales. Ici, entre l'Artsberg et Innsbruck, en face de l'Oetztal, le plateau de Mieming séduit par son ensoleillement et ses paysages apaisants. Au cours de cette randonnée, le regard s'émerveillera sur les paysages alentours ! Les vues sur la Zugspitze sont particulièrement impressionnantes. Départ sur le Plateau de Mieminger jusqu'au Arzkasten à 1151 m. d'altitude. Le sentier vous conduira par la forêt jusqu'au refuge de Lehnberghaus situé à 1554 m. Pour les plus motivés, la randonnée se poursuit jusqu'au « Lacke » à 1706 m. d'altitude où la vue sur le plateau de Mieminger et la Vallée de l'Inn est magnifique.

Déjeuner panier-repas en cours de randonnée

Retour à l'hôtel pour le dîner et la nuit. (Randonnée niveau facile : dénivelé 400 m. durée env. 4 h 50)

(Randonnée niveau moyen : dénivelé 560 m. durée environ 5 H).



Jour 4 - Innsbruck : Bergisel – visite guidée – funiculaire du Hungerburg

Après le petit-déjeuner, visite du tremplin de saut à ski du Bergisel, empruntant un funiculaire puis un ascenseur. Avec sa piste construite comme un pont, sa haute tour et sa tête de tour métallique, c'est un chef d'oeuvre d'architecture conçu par Zaha Hadid. Après avoir admiré la vue panoramique, vous rejoindrez le centre ville d'Innsbruck.

Déjeuner au restaurant et visite guidée. Belles maisons datant de l'époque de l'Empereur Maximilien I et nombreux monuments, la vieille ville est pleine de charme. Impossible de rater le célèbre « petit toit d'or » et la Cathédrale Saint-Jacques, chef d'oeuvre du baroque autrichien. Vous quitterez Innsbruck en empruntant le nouveau funiculaire du Hungerburg, également conçu par Zaha Hadid, qui se faufile tantôt sous terre, tantôt dans les airs, pour escalader en quelques minutes une montagne de près de 900 mètres ! Du sommet, la vue sur la vallée de l'Inn, les Alpes et la ville est unique. Retour à l'hôtel pour la nuit.

Jour 5 - Randonnée autour des lacs de Kühtai

Petit-déjeuner et départ en autocar jusqu'à Kühtai, à 2020 mètres d'altitude ; de là avec votre guide de montagne, à travers les alpages, vous vous dirigerez vers le lac de Hirscheben puis vers celui de Plenderle, où vous débuterez votre ascension jusqu'au point de vue de Dreiseenhütte, à 2281mètres. Une pause déjeuner sous forme de **panier repas** et vous vous dirigerez vers le barrage du lac de Finstertaler jusqu'à Hohen Mute. Puis, vous redescendrez ensuite jusqu'à Dortmund Hütte à Kühtai, où le bus vous attendra pour retourner à votre hôtel. Dîner et nuit. (Ascension : 450 m, descente : 450 m, temps de marche : 5 H environ)

Jour 6 – Les Forêts et les alpages du Nockspitze

Petit-déjeuner et départ en autocar dans la vallée du Stubaital. A travers des forêts de conifères, vous monterez sur la montagne de Telfes, vue magnifique sur les vallées du Pinnistal et du Stubaital et sur le sommet du glacier. Vous continuerez à marcher sur l'alpage de Krelthalm, situé à 1492 m. **Panier repas** avant de rejoindre l'alpage de Raitiseralm, à une altitude de 1553 m, jusqu'à Raitis, où vous entamerez la descente vers Mutters. Le bus vous y attendra pour vous ramener à votre hôtel. (Ascension : 650m, descente : 750m, 5H environ). Dîner et nuit à l'hôtel.



Jour 7 - Tyrol – votre localité

Petit déjeuner et départ vers la France. Arrêt **déjeuner libre** sur autoroute. Continuation vers votre localité et arrivée en soirée.

Prix : 549 €.

FORMALITES : Carte d'identité en cours de validité / Carte européenne d'assurance maladie conseillée.
Certificat médical de non contre indication à la randonnée exigé.

Nos prix comprennent :

- ✓ Le transport en autocar de Grand Tourisme
- ✓ 6 nuits en hôtel 3*** base chambre double/twin
- ✓ 6 petits-déjeuners et 6 dîners dont 1 avec ambiance musique à l'auberge de Nattererboden
- ✓ 4 déjeuners panier repas)
- ✓ 1 déjeuner au restaurant à INNSBRUCK.
- ✓ Les visites guidées d'Innsbruck (2 H 30)
- ✓ L'accès au tremplin de saut à ski du Bergisel par funiculaire et ascenseur.
- ✓ Les droits d'entrée à la Cathédrale Saint-Jacques (Innsbruck) ;
- ✓ Les guides pour les 4 randonnées et la promenade aux lanternes
- ✓ L'assurance assistance-rapatriement.

Nos prix ne comprennent pas :

- ✓ Le supplément chambre individuelle : 85 €.
- ✓ Les déjeuners aller /retour en cours de route.
- ✓ Les boissons au cours des repas.
- ✓ Tout ce qui n'est pas mentionné au programme.
- ✓ L'assurance annulation : 15 €/personne nominative et Non remboursable.

- * Les randonnées sont accompagnées par deux guides de montagne de l'école alpine d'Innsbruck.
(2 niveaux différents seront constitués sur chacune des randonnées (FACILE et MOYEN).
- * Dénivelé et niveau de la randonnée laissés à l'appréciation des guides sur place (en accord avec le responsable de groupe).

1 guide de montagne pour chaque groupe.

Points forts

Un concept unique. Des paysages magnifiques.
2 guides de randonnées par autocar. 2 niveaux de randonnées « facile » et « moyen ».
Visite guidée d'Innsbruck incluse
Pour les non randonneurs, navettes au départ du village à destination d'Innsbruck toutes les 30 minutes.
Un excellent rapport qualité prix.

Bon à Savoir...

Les guides de randonnées n'ont pas tous un français parfait.
Les paniers repas lors des randonnées sont un peu répétitifs, vous êtes en Autriche.
Une soirée à Naterer Boden est incluse, en aucun cas ce n'est une soirée folklorique (prévoir chaussure de marche).
Maximum de 10 % de chambres individuelles par groupe.

