

en liberté ou accompagné



[La Gruyère, Un pays de coeur, de sports, de nature et de culture](#)

Entre le lac Léman et Berne, découvrez la région touristique de **La Gruyère** dans le canton de Fribourg en Suisse et plongez dans ses merveilles: culture, nature, fromage et chocolat !

Entre lacs et montagnes, une terre alliant traditions et modernité aux confins du **Parc Naturel Régional Gruyère Pays-d'Enhaut**.

La verte Gruyère offre une variété de paysages inédite au cours d'un périple d'exception :

La colline du Gibloux et le massif de la Berra dominant le lac de la Gruyère (rive gauche et droite).

Lac Noir (Schwarzsee) : un écrin blotti à la frontière des langues (français et allemand).

La fameuse chaîne des « Gastlosen » : montagnes spectaculaires surnommées « Les Dolomites suisses »

Château-d'Oex : bourgade touristique du Pays d'Enhaut, capitale du ballon à air chaud.

Col de Jaman « balcon » sur le Léman : une vue impressionnante de Montreux à Genève et la Savoie.

Les Paccots : sympathique station touristique au-dessus de Châtel-St-Denis.

Le Niremont et les Portes : 2 collines avec panorama sur Les 3 Lacs (Morat, Neuchâtel, Bienne) et le Jura.

L'itinéraire propose de parcourir l'une des régions les plus appréciées des Préalpes de Suisse romande : un équilibre entre terres agricoles, forêts, villages, rivières et lacs, peuplé d'une faune et d'une flore abondantes où il fait bon se ressourcer.

Cependant, compte tenu des distances et des dénivelés, le Tour de la Gruyère est **réservé aux cyclistes aguerris (possibilité de version light en 5 ou 6 jours)**. Notre itinéraire vous offre un bon mix entre sécurité/tranquillité et vous fera découvrir les plus beaux paysages de la Gruyère.

En bref :

- Hébergements en Gîte (Chalet d'altitude) et Hôtel typique avec petit déjeuner (demi-pension en option)
- Transport des bagages sur les 3 lieux de logements
- Cartes, Traces GPS (en liberté), Road-book, Documentation touristique
- *Ce circuit n'est pas adapté aux VTT à assistance électrique !*

En chiffres :

4 jours de VTT / 3 nuits

160 km / 7'000 m D+ / 24:00>26:00 heures de selle

Difficultés technique 4/5 et physique 4/5

*GruyèreEvasion – Case Postale 152 – 1635 La Tour-de-Trême
Tél. 0041 79 377 27 44 – E-mail : info@gruyere-evasion.ch*

Le Programme

Jour 1

Vuadens > La Berra

Vuadens, Alt. 869m (Chalet-Rest. Colombettes) > la colline du Gibloux, Alt. 1205m > La Berra, Alt. 1636m
50 km / Dénivelé + 2'150 m / 7h30

Début de l'«aventure» à Vuadens, précisément au Chalet-Restaurant des Colombettes.
Cap sur la colline du Gibloux : magnifique vue sur le lac de la Gruyère, le Moléson et la chaîne des Vanils.
Passage sur la rive droite du lac de la Gruyère via le barrage de Rossens avant d'attaquer le « plat de résistance » : la montée à la Berra par une superbe traversée panoramique et un final en mode DH !



Chalet-Restaurant des Colombettes



Gibloux avec son antenne



La Berra

Jour 2

La Berra > Gastlosen

La Berra (Gîte Alt. 1486m) > Lac Noir, Alt. 1036m (Schwarzsee) > Col des Euschels, Alt. 1567m > Bellegarde, Alt. 1015m (Jaun village) > Les Gastlosen (Chalet Alt. 1751m)
32 km / Dénivelé + 1'900 m / 6h00

Belle traversée ludique vers l'Auta Chia d'Amont (chalet-buvette) et descente sur le Lac Noir/Schwarzsee
Puis ascension du Col des Euschels et nouvelle descente pour atteindre Bellegarde (village).
Dernière montée de la journée pour rejoindre le pied des Gastlosen : endroit paradisiaque, les faces verticales au bout du doigt, là où règne une atmosphère de vraie montagne. Le point culminant du périple !



Lac Noir



Chalet du Soldat et les Gastlosen

Jour 3

Gastlosen > Allières

Les Gastlosen (Chalet, Alt. 1751m) > Vallées du Petit Mont et du Gros Mont > Château-d'Oex, Alt. 968m > Plateau de Corjon, Alt. 1597m > Allières, Alt. 1003m (hameau sous Jaman)
40 km / Dénivelé + 1'580 m / 6h00

Enchaînement des descentes au Petit Mont et au Gros Mont, vallons séparés par la « bosse » de La Gueyre ; traversée des Ciernes Picat pour rejoindre Château-d'Oex.
Plat de résistance pour accéder au Plateau de Corjon qui propose une vue imprenable sur toute la vallée du Pays d'Enhaut de Gruyères à Château-d'Oex.
Longue descente technique et dernier « coup de cul » pour atteindre le hameau d'Allières.



Les Gastlosen / Vallée du Petit Mont *Château d'Oex*
VTT – Tour de la Gruyère « RAID Sportif » en 4 étapes

Jour 4

Allières > Vuadens

Allières. Alt. 1003m (hameau sous Jaman) > Col de Jaman, Alt. 1511m et du Soladier, Alt. 1549m > Les Paccots, Alt. 1107m > Le Niremout, Alt. 1513m > Les Alpettes, Alt. 1412m > Vuadens. Alt. 869m (Chalet-Restaurant des Colombettes)

38 km / Dénivelé + 1'320 m / 5h45

Col de Jaman par un chemin muletiers où vous attend une vue époustouflante sur le bassin lémanique, la côte vaudoise jusqu'à Genève et les Alpes savoyardes.

Poursuivre vers le Col du Soladier « soft », puis descente vers la station des Paccots, puis enchaînement des collines du Niremout et des Alpettes.

Final en mode « dessert » avec une dernière descente ludique sur Vuadens (les Colombettes).



Col de Jaman



... et vue sur le Léman



Région des Paccots

Itinéraire : Variantes & Options

Jour 1

Option allégée :

Entre le barrage de Rossens et la montée de la Berra : contourner le bois de la Combent par le village de Treyvaux via la route cantonale (env. 300m D- / km idem).

Option :

Aller et retour au sommet de la Berra (triangle 1719m) à pied ou avec le VTT

Jour 2

Variante par terrain gras :

De la Berra (Gîte) descendre à la Valsainte, Alt. 1015m (Chartreuse) et rejoindre le Lac Noir via le Col de la Balisaz, Alt. 1411m (env. 200m D+ / km idem).

Option allégée :

En été, possibilité d'effectuer la montée de Bellegarde à Bärghus en télésiège (payant).

Attention ! se renseigner sur la saison et l'horaire de fonctionnement ! (env. 400m D- / - 5 km).

Jour 3

Option allégée :

Pour éviter la difficulté du Plateau de Corjon : de Rossinière (lac du Vernex) rejoindre Montbovon (village), puis le hameau d'Allières via la Comba d'Amont. (env. 600m D- / - 3 km).

Jour 4

Variante « corsée » sur les hauts de la station des Paccots :

Traversée panoramique sous le Dent de Lys et Teysachaux rejoignant Rathvel avant de poursuivre sur les collines du Niremout et des Alpettes. (env. 400m D+ / km idem).

Option allégée :

De Rathvel, rejoindre Vuadens via la vallée de la Trême et ainsi éviter les collines du Niremout et des Alpettes (env. 450m D- / - 5 km).

Modalités pratiques

Formalités administratives

Votre périple est organisé et coordonné par :

GruyèreEvasion

Case postale 152

CH – 1635 La Tour-de-Trême

E-mail : info@gruyere-evasion.ch

Tél. 0041 79 377 27 44 ou 0041 79 722 77 36

www.gruyere-evasion.ch

cité ci-après « Organisateur »

Accueil & Départ

Le jour 1 à Vuadens à 08h00

Pinte Ô Colombettes

Route des Colombettes 480, 1628 Vuadens FR

Tél. 0041 26 919 16 16

NB Lundi + Mardi sur le **parking** car le Restaurant est fermé !

En cas de problème de dernière minute, contacter votre Organisateur :

Tél. 0041 79 377 27 44 ou 004179 722 77 36 – E-mail : info@juralp.ch

Localisation & Accès

Transports publics :

Train SBB/CFF > Romont (Gare), puis Train TPF > Vaulruz-Sud (Gare)

puis Taxi www.bultaxi.ch Tél. 041 79 398 20 30 ou Vélo (15 min. en montée !)

Voiture :

Par le Sud :

Autoroute > Lausanne > Vevey > Vaulruz (sortie), puis route cantonale / communale > Vuadens

Par le Nord :

Autoroute > Fribourg > Bulle > Vaulruz (sortie), puis route cantonale / communale > Vuadens

Fin du séjour

Dans l'après-midi de la dernière étape

Pinte Ô Colombettes

Route des Colombettes 480, 1628 Vuadens FR

Niveau & Aptitudes

NIVEAU PHYSIQUE : 4 / 5

Très sportif : Nul doute, vous êtes un mordue de VTT. Vous pratiquez le VTT très régulièrement et faites peut-être parti d'un club. Vous vous entraînez toute l'année, vous savez gérer vos efforts et avez le goût du challenge sportif : 40 > 60 km/jour, dénivelée + cumulée : 1300 à 2200 m

NIVEAU TECHNIQUE : 4 / 5

On emploie le mot d'expert et de pilote ; un vététiste pour qui descendre du vélo n'existe – presque - pas. Vous savez monter à vitesse très réduite en évitant ou en franchissant les obstacles, descendre le moindre franchissement, maîtriser parfaitement l'adhérence, le freinage dosé et précis. Pratique sur tous types de sentiers, comportant des zones "trialisantes" et extrêmes (pentes raides, pierriers et lacets serrés).

Hébergements

De la nuit du 1^{er} jour à celle précédant le dernier jour :

Hôtels simples, auberges, gîtes, B&B ou chambres d'hôtes : chambre de 2 à 4 ou collective (selon la disponibilité et la composition de votre groupe)

Salle d'eau privative ou, parfois, commune.

Draps et chaussons de cabanes (Crocs) fournis

Nuit(s) avant ou après le séjour :

OPTION :

Nuit(s) supplémentaire(s) à réserver individuellement :

www.la-gruyere.ch

Acheminement des bagages

Vous ne transportez que vos affaires pour la journée dans un petit sac à dos !

Durant votre circuit, 1 bagage itinérant par personne vous suit :

Vous retrouvez vos bagages tous les soirs à l'étape.

Il s'agit d'un sac de voyage/sport par personne pas trop volumineux (60 cm maximum), dont le poids ne dépasse pas 10 kg + 1 sac de matériel technique pour le groupe.

Les bagages doivent être étiquetés avec votre NOM, Prénom, Adresse + Dates et lieux des Hébergements.

Votre Organisateur se décharge de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile.

Chaque matin, les bagages doivent être déposés à l'endroit indiqué par l'hébergeur au plus tard à 09h00 !

Repas + Pique-niques

MATIN :

Un petit-déjeuner copieux adapté aux efforts d'endurance est servi par l'hébergeur et inclus dans le forfait de l'organisateur (jours 2 > 4).

MIDI :

1^{er} Jour : Avoir un pique-nique sur soi ! (peu de possibilités de se restaurer sur le parcours et temps limité).

Possibilité d'acheter / commander des sandwiches auprès des hébergeurs (NON inclus dans le forfait)

OU se ravitailler dans les villages traversés (boulangeries, petits commerces locaux)

OU s'arrêter dans un chalet-buvette ou un restaurant sur le parcours ; cela est souvent une bonne idée pour découvrir les produits locaux d'une région.

Vous trouverez les informations sur votre carnet de route.

SOIR :

Repas « à la carte » auprès des hébergeurs (NON inclus dans le forfait)

Dossier de randonnée

Au minimum 1 semaine avant votre départ mais après réception du solde, votre Organisateur adresse un dossier par groupe. Celui-ci comporte :

- Topoguide (cartes papier avec les tracés)
- Descriptifs détaillés des itinéraires par jour pas à pas
- Road-book avec coordonnées des hébergeurs, Resto-Buvettes, Commerces de Cycles etc.
- Documentation touristique de la région « La Gruyère »
- **Traces GPS = Fichiers GPX via e-mail (1 x par groupe)**

Consulter votre Organisateur si vous souhaitez des dossiers supplémentaires : + CHF 100.-/pce.

Si votre inscription intervient à moins de 10 jours du départ, votre carnet de route sera adressé au 1er hébergement. Par précaution, nous l'enversons « en express » (type Poste Suisse Express) ; un supplément vous sera demandé (selon tarifs en vigueur au moment de la réservation).

Equipement personnel individuel

Pour le bagage transporté par l'Organisateur :

Choisir un sac souple (sac à dos ou sac de sport-voyage en bon état). UN SEUL SAC PAR PERSONNE + 1 sac de matériel technique pour le groupe.

Contenu du bagage transporté :

- Vêtements CHAUDS pour le soir (type veste polaire et pantalon de sport...)
- Sous-vêtements et chaussettes
- Vivres de course (barres de céréales, fruits secs...)
- Trousse de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, échantillons et kits de voyage)
- Serviette de toilette qui sèche rapidement et de petite dimension
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif)
- Lampe frontale ou lampe de poche
- si vous portez des lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange OU vos lentilles de contact
- Maillot de bain éventuel
- **Sac de couchage léger ou sac à viande (pour l'un des hébergements)**
- **Pharmacie personnelle** contenant : vos médicaments habituels. – contre-douleurs - pastilles contre le mal de gorge. - bande adhésive élastique en 8 cm de large. - pansements adhésifs - compresses désinfectantes. - double peau (type Compeed ou SOS ampoules). - vitamine C. - pince à épiler. - Stériliium gel (utile pour se laver/désinfecter les mains).

SPÉCIFIQUE VÉLO

Tenues de VTT adaptées :

- Cuissards et Maillots respirants (manches longues, manches courtes suivant la saison)
- Pantalon confortable pour le vélo
- Chaussures adaptées pour le VTT en montagne (avec crampons)
- Coupe-vent ou Gore-Tex
- Gants de vélo, voire gants complets suivant la saison
- Casque VTT (obligatoire)
- 1 ou 2 Bidons ou Poche d'eau dorsale (type Camel Back)
- Garde-boue pouvant être utiles selon l'état du terrain (après des pluies)
- 2 chambres à air + Démonte-pneus + Pompe ou Cartouches d'air
- Jeu de plaquettes de frein
- Nécessaire de réparation (petit matériel) qui vous prendrez soin de mettre dans un sac à part (1 sac de réparation pour l'ensemble du groupe).

ATTENTION !

Il convient d'être autonome pour toutes les petites casses classiques occasionnées lors d'un raid comme celui-ci (crevaisons, réparation...) Selon le modèle de freins à disque ou de VTT sophistiqué, prévoyez bien le matériel de réparation adéquat !

A savoir qu'il n'y a rarement un commerce de cycles à proximité de l'ensemble de l'itinéraire, soit :

1^{er} jour : La Roche

2^e jour : Planfayon (Lac Noir)

3^e jour : Château-d'Oex

4^e jour : Les Paccots

Equipement personnel individuel (suite)

Pour les affaires de la journée :

ATTENTION ! A titre de protection en cas de chute et de mauvais temps, 1 petit sac à dos OBLIGATOIRE ! 10 > 15 lt si possible avec protection dorsale) et sur-sac (pour le protéger de la pluie) + 1 sac plastique solide (permettant de protéger l'intérieur).

Contenu du sac à dos de la journée :

Road-book, GPS, Survêtements, éventuel Pique-nique de midi, BOISSON, Barres céréales, Pochette (de préférence étanche) pour mettre votre Argent, Cartes de paiement, d'identité, d'assurance et Contrat d'assistance de votre assurance personnelle (livret Eti TCS par exemple), Lunettes de soleil d'excellente qualité, Couteau de poche (couteau suisse), Crème solaire, Ecran labial, Papier toilette, Briquet, Kit de dépannage, Trousse médicale, Couverture de survie.

Dates et Prix

Périodes de départs :

Juin à Octobre

sous réserve de conditions climatiques défavorables en altitude (plusieurs passages entre 1500m et 1800m)

Jours de départs :

Juin, Septembre et Octobre : le Lundi, Mardi, Mercredi et Jeudi

Juillet et Août : tous les jours

PRIX :

Forfait par personne :

CHF 1'300.- pour 1 personne en individuel

CHF 800.- pour 2 personnes

CHF 650.- pour 3 personnes

CHF 550.- pour 4 personnes

CHF 500.- pour 5 personnes

CHF 450.- pour 6 personnes

Au-delà de 6 personnes, contacter votre Organisateur étant donné que le nombre de places est limité par les hébergements.

Le Prix comprend

- L'Hébergement : 3 nuits en dortoir et chambres de 1 à 4 personnes (selon disponibilité).
- Les Petits-déjeuners.
- L'Acheminement des bagages sur les 4 jours.
- Le Dossier complet de randonnée y compris Cartes + Traces GSP (fichiers GPX).
- La Coordination du circuit avec les réservations.
- Une petite Surprise sympa auprès de chaque hébergeur et à l'arrivée « Ô Colombettes ».

Le Prix ne comprend pas

Le matériel (vélo, équipement etc.)

Les repas, pique-niques et boissons de midi et du soir.

Les assurances privées (accident, maladie, RC, rapatriement, casco etc.)

Le transport du domicile au point de départ.

Un éventuel transfert et / ou rapatriement pendant le circuit.

L'assistance mécanique et / ou médicale.

L'accompagnement par un(e) guide.

Tout ce qui n'est pas indiqué dans « Le Prix comprend »

Services : Variantes et Options

Transfert et / ou rapatriement pendant le circuit :

En cas de nécessité dues aux conditions météo en particulier possibilité d'organiser un transfert et / ou rapatriement contre un supplément payé cash lors de la prestation.

Tarif : CHF 3.-- par km parcouru – Aller + Retour - par le chauffeur / véhicule effectuant la prestation (1 chauffeur + 1 véhicule)

Version « light » :

5 ou 6 jours : possibilité de construire un projet sur mesure adapté aux aptitudes des participants.

VTT à assistance électrique :

Un itinéraire adapté peut être proposé aux personnes souhaitant effectuer le « Tour de la Gruyère » avec un VTTAE.

Accompagnement par un(e) guide :

Pour un accompagnement par un(e) guide certifié(e), demandez-nous une offre personnalisée !

NB L'organisateur collabore avec des guides certifiés connaissant la région.

Responsabilités

Chaque participant doit être obligatoirement assuré à titre privé en responsabilité civile et contre les accidents, ceci sans réserve.

Il est conseillé de conclure une assurance pour les rapatriements (en particulier à l'étranger) ainsi qu'une casco « cycles ».

L'organisateur du circuit décline toute responsabilité en cas d'accident / maladie, de vol, de dommage à autrui ainsi que pour les dommages au matériel personnel des participants (vélo etc.).

L'organisateur :

GruyèreEvasion 2020

Tous droits réservés

Partenaires

