



**PROMENADES, RANDONNEES, VIA FERRATA DANS LES GRISONS A FLIMS
SAMEDI 21 et DIMANCHE 22 JUIN 2008**

6 rue du Patronage
67610 LA WANTZENAU

Tél. - Fax : 03 88 96 22 44
E-mail : club-escapade1@wanadoo.fr

Des pâturages aux reflets argentés ourlent les rives du lac de Cauma derrière lequel s'élève une imposante forêt de sapins. Ses eaux de couleur turquoise offrent une température agréable car le lac est alimenté par des sources souterraines. Nous voici au cœur du plus grand canton suisse, celui des Grisons. Réputé pour ces nombreux lacs, sa viande et ces massifs montagneux où nous randonnerons pendant deux journées. Cette sortie est idéale pour les « touristes », le village de Flims (1100m) offrant de nombreuses possibilités de visite. Nous logerons au Berghôtel Bargis (1500m) à une heure du centre du village, desservi par une navette.

Premier jour :

* **Via ferrata "Pinut"**, la plus vieille "Klettersteig" suisse utilisée depuis 1739, mais rassurez-vous, elle a été rénovée en 2007. Avant d'attaquer la via, nous laisserons notre surplus de bagages à l'hôtel. Cette via est accessible à tous les ferratistes.

Dénivelé : ⬆ 700 m ⬇ 300 m **durée :** 4 heures

* **Pour les randonneurs :** tour des lacs de Caumasee et de Crestasee, passage au-dessus du grand canyon suisse les "Rheinschlucht ». Retour à l'hôtel à pieds ou bien en navette.

Dénivelé : ⬆ 400 m ⬇ 200 m **durée :** 5 heures

* **Pour les touristes :** au choix, soit se rendre au Berghôtel Bargis (1 heure à pieds) ou bien en navette (payante), soit se promener autour de Flims, soit aller se baigner au lac de Cauma.

Deuxième jour :

* **Pour les randonneurs :** Vallée de Bargis, Cassonsgrat, Segnesboden, Naraus, Flims. Ceux qui le désirent peuvent abréger la sortie en prenant le téléphérique à Cassons (5h) ou à Naraus (7h).

Dénivelé : ⬆ 1200 m ⬇ 1500 m **durée :** 9 heures

* **Pour les touristes :** Montée en téléphérique à Cassons (2685 m). De là, de petites promenades vous feront découvrir un panorama magnifique sur les Engelhörner, le Piz Dolf, le Martinsjoch, etc...

Observations : En fonction du temps, la randonnée du dimanche pourra changer.

Repas de samedi et dimanche midi tirés du sac.

Vous pouvez avoir plus d'information sur internet : www.flims.com, www.berghaus-bargis.ch

Equipelement pour la via ferrata : baudrier, longe avec absorbeur de chocs, casque, gants (possibilité de louer longes et casques au club pour 6,50 €).

Départ : samedi 21 Juin à 5h00, 6 rue du Patronage

Retour : dimanche en soirée.

Délai d'inscription : Vendredi 13 juin 2008

Prix : comprenant le transport et la demi-pension : **80,00 €**



Renseignements et inscription : Au siège du Club -Permanence le vendredi soir à partir de 20h00. Pour toute information complémentaire, vous pouvez contacter Jérôme BENAVENTE au 03 88 96 35 92

Sortie «FLIMS» - 21 et 22 juin 2008

Bulletin de participation à RENVoyer ACCOMPAGNE DU REGLEMENT pour le vendredi 13 juin 2008

Nom : Prénom.....

VIA FERRATA : OUI NON

LOCATION MATERIEL : OUI NON Prévoir 6,50 € (5,00/longe - 1,50/casque) à payer sur place lors de la sortie.

Nombre de personnes :membre(s) à 80,00 € =.....

Paiement de euros effectué par (entourez votre choix) : Chèque Espèce