

# Trekking au cœur des Hautes Alpes Calcaires

## Etapes (Trek en 5 jours)

### 1) Les Plans s/ Bex – Anzeinde - Derborence

Itinéraire : Les Plans – Pont de Nant – La Vare – Anzeinde – Cheville – Derborence lac

Temps de marche	Distance	Dénivelé ▲	Dénivelé ▼	Difficultés
5h45	14 km	1200 m	830 m	PD / T 2

Curiosités : Sommets de l'Argentine et du massif sud des Diablerets / Alpagnes

Hébergements : Les Plans ou Pont de Nant – Derborence (Refuge du lac ou Godet)

Transports publics : Car postal > Bex – Les Plans s/ Bex

Lien carte

<https://map.schweizmobil.ch/?lang=fr&bgLayer=pk&season=summer&resolution=10&E=2578115&N=1124441&trackId=4184023>

### 2) Derborence - Miex - Hôtel du Sanetsch

Itinéraire : Derborence – La Combe – La Lui – Poteu des Etales – Miex - Tsanfleuron

Temps de marche	Distance	Dénivelé ▲	Dénivelé ▼	Difficultés
4h45	11,4 km	1100 m	510 m	D* / T 3

\* Poteu des Etales > échelles, mains courantes etc. > Ne pas être sujet au vertige

Curiosités : Lapiaz de Tsanfleuron (roches karstiques) / Flore / Alpage

Transports publics : Car postal > Sion – Derborence / > Sion - Sanetsch

Lien carte

<https://map.schweizmobil.ch/?lang=fr&bgLayer=pk&season=summer&resolution=10&E=2586184&N=1127908&trackId=3990859>

### 3) Hôtel du Sanetsch – Col du Sanetsch - Cabane des Audannes

Itinéraire : Tsanfleuron – Col du Sanetsch – Grand-Gouilles – Col des Audannes

Temps de marche	Distance	Dénivelé ▲	Dénivelé ▼	Difficultés
5h00	11,9 km	1140 m	680 m	D* / T 3

\* échelles au col des Audannes

Curiosités : Lapiaz / L'Arpille / Plateau des Grand Gouilles / Vallon des Audannes

Transports publics : Car postal > Sion – Col du Sanetsch

Lien carte

<https://map.schweizmobil.ch/?lang=fr&bgLayer=pk&season=summer&resolution=5&E=2591915&N=1131183&trackId=4270528>

# Trekking au cœur des Hautes Alpes Calcaires

## Etapes (Trek en 5 jours)

### 4) Cabane des Audannes – Cab. du Wildstrubel - Cabane des Violettes

Itinéraire : Col des Eaux Froides – Col du Rawil - Cabane Wildstrubel – Plaine Morte

Temps de marche	Distance	Dénivelé ▲	Dénivelé ▼	Difficultés
6h15	17 km	990 m	1280 m	AD / T 3

Curiosités : Paysage sauvage / Superbes points de vue / Lac du Ténéhet / Col du Rawil

Hébergements : Cabane des Violettes (cabane de la Tièche voir variante)

Transports publics : Télécabine Montana – Les Violettes

#### Lien carte

<https://map.schweizmobil.ch/?lang=fr&bgLayer=pk&season=summer&resolution=10&E=2600263&N=1134622&trackId=4270591>

### 5) Cabane des Violettes – Varneralp – Leukerbad

Itinéraire : Les Violettes – Vallon de la Tièche - Varneralp

Temps de marche	Distance	Dénivelé ▲	Dénivelé ▼	Difficultés
5h30	19,1 km	510 m	1340 m	AD* / T 3

Curiosités : *Thermes, alpages / \* Sentier dans la falaise / Flore*

Hébergement : OT Leukerbad / Transports publics : Bus Leukerbad – Gare de Leuk

#### Lien carte

<https://map.schweizmobil.ch/?lang=fr&showLogin=true&bgLayer=pk&season=summer&resolution=10&E=2609611&N=1134175&trackId=4272418>

### Variante étape 4 :

#### Cab. des Audannes – Cab. du Wildstrubel – Cab. de la Tièche

Itinéraire : Col des Eaux Froides – Lac du Ténéhet – Col du Rawil - Cabane du Wildstrubel – Plaine-Morte – Cabane de la Tièche

Temps de marche	Distance	Dénivelé ▲	Dénivelé ▼	Difficultés
7h00	19,9 km	1080 m	1600 m	AD / T 3

Curiosités : *Paysages de haute montagne / Glaciers / Flore*

#### Lien carte

<https://map.schweizmobil.ch/?lang=fr&showLogin=true&bgLayer=pk&season=summer&resolution=5&E=2605916&N=1133143&trackId=4272655>

# Trekking au cœur des Hautes Alpes Calcaires

## Etapes (Trek en 5 jours)

### Variante étape 5 : Cab. la Tièche –Varneralp - Leukerbad

Itinéraire : La Tièche – Varneralp - Leukerbad

Temps de marche	Distance	Dénivelé ▲	Dénivelé ▼	Difficultés
5h00	15,3 km	620 m	1200 m	D* / T 3

Curiosités : Cascades, alpages / \* Sentier dans la falaise / Flore

Lien carte

<https://map.schweizmobil.ch/?lang=fr&showLogin=true&bgLayer=pk&season=summer&resolution=10&E=2611085&N=1134296&trackId=4284119>

### Difficultés :

F = Facile / D = Difficile / PD = Peu difficile / AD = Assez difficile

### Echelle CAS pour la cotation des randonnées

<b>T 1</b> <b>Randonnée</b> Balisé : jaune	Chemin ou sentier bien tracé. Les endroits exposés sont assurés. Tout risque d'accident peut être éliminé avec un comportement normal. L'orientation ne pose pas de problème.
<b>T 2</b> <b>Randonnée en montagne</b> - Balisé : blanc-rouge-blanc	Chemin ou sentier avec tracé ininterrompu et montées régulières. Terrain parfois raide, risques de chute pas exclus. Avoir le pied sûr, chaussures de trekking recommandées. Capacité élémentaire d'orientation.
<b>T 3</b> <b>Randonnée en montagne exigeante</b> Balisé : blanc-rouge-blanc.	Sentier pas forcément visible dans le terrain (pâturages), les passages exposés peuvent être assurés avec des cordes ou des échelles. Quelques passages avec risques de chute, pierriers, pentes mêlées de rochers. Avoir le pied très sûr, bonnes chaussures de trekking. Capacité d'orientation dans la moyenne. Expérience élémentaire de la montagne.

### SOS : En cas d'accident ou de danger no 144

Police 117 – Pompiers 118 – REGA 1414 – Météo 162

Smartphone > Apps [SOS Echo112](#)

### Transports individuels ou groupes > 7 personnes / Transports des bagages

Taxi Conthey 079 150 10 30 (prix forfaitaires)

# Trekking au cœur des Hautes Alpes Calcaires

## Étapes (Trek en 5 jours)

### Cartes pédestres

**Carte pédestre au 1 : 25 000 = Du Rhône aux Muverans**

*en vente à l'OT d'Ovronnaz*

**Carte pédestre au 1 : 25 000 = Sion – Derborence – Sanetsch**

*en vente dans les OT de la région et aux bureaux des communes d'Ardon, Conthey, Vétroz et Savièse*

**Carte pédestre au 1 : 25 000 de Swiss Topo (OFT)**

Diablerets no 1285 / St-Léonard no 1286 / Lenk no 1266 / Sierre no 1287

Gemmi no 1267

### Praticabilité des sentiers

D'une manière générale, le parcours du trek est praticable de **juillet à septembre**. Mais selon l'enneigement, quelques passages peuvent être encore enneigés à début juillet et, de ce fait, le parcours est plus difficile. Se renseigner sur les conditions du moment auprès des hébergeurs.

En particulier, la neige, au début de l'été, rend délicat le passage du **col des Audannes**. Egalement, après une période de mauvais temps, il est conseillé de se renseigner auprès du gardien de la cabane des Audannes, avant de partir :  
T +41 (0) 27 398 45 50 [gardien@audannes.ch](mailto:gardien@audannes.ch)

### Renseignements

Jacques Sauthier

+41 (0)79 217 25 61

[info@derborence.ch](mailto:info@derborence.ch)

[www.derborence.ch](http://www.derborence.ch)

