

Sommaire

Préface	5
Petit glossaire touristique	8
Lac de Brienz : bateaux et montagnes	20
1 Arnihaaggen, 2207 m – Brienzer Rothorn, 2349 m : du Brünigpass au Brienzer Rothorn	22
2 Ällgäu Lücke, 1918 m : du Brienzer Rothorn à Kemmeriboden Bad	24
3 Hohgant, 2196 m : de Kemmeriboden Bad dans l'Eriz	26
4 Augstmatthorn, 2137 m : du Harder ou d'Oberried à Habkern	28
5 Harder Kulm, 1322 m : circuit depuis Interlaken	30
6 Sentier littoral au bord du Lac de Brienz : d'Iseltal à Giessbach	32
7 Hinterburgseeli, 1514 m : d'Axalp à Meiringen	34
8 Musée en plein air de Ballenberg près de Brienz	36
La vallée de Lauterbrunnen : eau et parois	38
9 Bällenhöchst, 2095 m – Sulegg, 2412 m : de Saxeten à Zweilütschinen	40
10 Schwalmere, 2777 m : de Lauterbrunnen à Kiental ou Griesalp	42
11 Bietenhorn, 2756 m : de Lauterbrunnen à Mürren	44
12 Schilthorn, 2970 m : de Kiental à Mürren	46
13 Gspaltenhornhütte, 2455 m – Sefinenfurgge, 2612 m : de Griesalp à Mürren	48
14 Schneeige Lücke, 2360 m – Tanzbödeli, 2130 m : de Gimmelwald à Stechelberg	50
15 Hinteres Lauterbrunnental : circuit depuis Stechelberg	54
16 Rottalhütte, 2755 m : circuit depuis Stechelberg	56
17 Le Staubbachfall et les Trümmelbachfälle : de Lauterbrunnen à Stechelberg	58
18 Eigergletscher, 2320 m : de Wengen sur la Petite Scheidegg	60
La vallée de Grindelwald : glaciers et auberges	62
19 Männlichen, 2342 m – l'Eiger-Trail : de la station supérieure du Männlichen à Alpiglen	64
20 Petite Scheidegg, 2061 m : de Grindelwald à Lauterbrunnen	66
21 Glaciers supérieur et inférieur de Grindelwald : circuit depuis Grindelwald	68

22 Glectsteinhütte, 2317 m : circuit depuis Grindelwald	70
23 Geiss, 2067 m : de Gsteigwiler sur la Schynige Platte	72
24 Tuba, 2076 m – Oberberghorn, 2069 m – Faulhorn, 2680 m : de la Schynige Platte à First	74
25 Faulhorn, 2680 m : balade hivernale	78
26 Faulhorn, 2680 m : descente au Lac de Brienz	80
27 Reeti, 2757 m : circuit depuis Grindelwald	82
28 Blau Gletscherli, 2704 m : de Grindelwald-First sur la Grosse Scheidegg	84
29 Schwarzhorn, 2927 m : de First sur la Grosse Scheidegg	86
Haslital : sentiers muletiers et retenues d'eau	88
30 Grosse Scheidegg, 1962 m : de Meiringen à Grindelwald	90
31 Dossenhütte, 2663 m : de Rosenloui à Innertkirchen	94
32 Chutes du Reichenbach et Gorges de l'Aar : de Meiringen à Innertkirchen	96
33 Sentier muletier de la Grimsel : d'Innertkirchen à Guttannen	98
34 Col de la Grimsel, 2164 m : de Guttannen à Obergesteln	100
35 Sidelhorn, 2764 m : circuit depuis le Col de la Grimsel	102
36 Lauteraarhütte, 2392 m : circuit depuis le Grimsel Hospiz	104
37 Ofenhorn, 2943 m : circuit depuis la route du Col de la Grimsel	108
38 Wannisbordsee, 2103 m – Bänzlualalp : de Guttannen à Innertkirchen	110
Gadmertal et Hasliberg : alpages et cimes	112
39 Furtwangsattel, 2568 m : de Furen à Guttannen	114
40 Gadenlausee, 2155 m : de Gadmen à Furen	116
41 Sustenpass, 2250 m : de la hauteur du col à Innertkirchen	118
42 Via ferrata du Tälli, 2540 m : de la Tällihütte au Gental	120
43 Sätteli, 2116 m : d'Engstlenalp à Furen	122
44 Jochpass, 2207 m : d'Engelberg au Engstlenalp	124
45 Gental : d'Engstlenalp au Hasliberg et à Meiringen	126
46 Gibel, 2035 m : du Hasliberg sur le Brünigpass	128
47 Hochstollen, 2480 m : du Hasliberg au Melchsee	130
Trekking : »Et pourtant, la montagne est belle ...«	132
48 Au nord des lacs de Brienz et de Thoue : du Brienzer Rothorn au Sigriswiler Rothorn	134
49 Au sud des lacs de Brienz et de Thoue : du Stockhorn au Faulhorn	136
50 Hintere Gasse : de Meiringen à Gsteig	138
Index	140