



## LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

### AUTRICHE

#### Tyrol : Rando-forme à Lech



**A** deux heures de Zurich, au cœur des Alpes autrichiennes, Lech-am-Arlberg offre tous les avantages d'une petite station-village idéalement située au cœur d'un massif préservé. Depuis votre hébergement, un hôtel quatre étoiles, vous découvrirez le plaisir de la randonnée dans un cadre authentique, vers les plus belles cimes et alpages de cette région qui concentre certainement les plus beaux paysages alpins d'Autriche. En fin de journée, vous rejoignez Lech, où balades dans le village, festivals de musique et relaxation au centre de bien-être agrémenteront votre séjour.

#### >PROGRAMME

EL119

6 jours - 5 nuits - 5 jours de randonnée

#### JOUR 1 : Arrivée à Lech

Installation à l'hôtel (remise des chambres en début d'après-midi possible) et présentation par vos hôtes de l'établissement et du centre Spa. Selon vos envies, repos ou randonnée de mise en jambes autour du village.



## JOUR 2 : MOHNENFLUH - LAC DE BUTZENSEE

Vous rejoignez en transport en commun Oberlech, située plus haut dans la montagne, à environ 1 800 mètres d'altitude. Ce magnifique itinéraire vous mène au pied du sommet du Mohnenfluh, à travers les alpages. Le sommet s'atteint, si les conditions sont bonnes par un sentier escarpé. Un peu plus loin, le lac de Butzensee constitue un lieu de pique-nique idéal, avant de redescendre vers l'auberge de Kriegeralpe, où vous pourrez goûter les spécialités culinaires locales. Retour à l'hébergement en télécabine.

Dénivelée positive : 861 m. Dénivelée négative : 943 m. 5 h de marche.

## JOUR 3 : LA MER DE PIERRES

Bus local jusqu'à Formarinsee, à 1 800 mètres d'altitude. Dans un univers alpin, vous faites le tour du sommet du Formaletsch et du lac Formarinsee. Vous pourrez découvrir des curiosités géologiques surprenantes tout au long de l'itinéraire (récif de corail, lappiaz, calcaires rouges truffés de fossiles, etc). Retour à l'hébergement en bus local.

Dénivelée positive : 250 m. Dénivelée négative : 250 m. 3 h 30 de marche.

## JOUR 4 : RÜFIKOPF - REFUGE DE STUTTGARTER HÜTTE - ZÜRS

Vous quittez la partie orientale du massif pour découvrir la montagne emblématique de Krabachspitze (2520m), plus à l'est. Montée en télécabine à Rüfikopf. Vous rejoignez le col de Rauhekopfscharte (2415 m), puis le refuge Stuttgarter Hütte (2310 m), et, enfin descendez vers Zürs. Un crochet par la crête de Bockbach-Sattel (2336 m) est recommandé pour les vues splendides sur les montagnes environnantes. Retour en bus local.

Dénivelée positive : 378 m. Dénivelée négative : 981 m. 4 h 30 de marche.

## JOUR 5: LAC DE SPULLERSEE - ZUG

Vous quittez Lech en bus local pour l'une des randonnées les plus célèbres de la région. Vous contournez le lac de Spullersee et montez dans les alpages jusqu'au col de Stierlochjoch (2009 m). La descente sur l'autre versant à travers une belle forêt de pins vous conduit au village de Zug. Retour à Lech à pied par un agréable sentier avec de très beaux points de vue ou en bus local.

Dénivelée positive : 345 m. Dénivelée négative : 688 m. 3 h 30 à 4 h 30 de marche.

## JOUR 6 : Randonnée au choix

Pour conclure ce séjour, plusieurs options possibles. Si vous souhaitez randonner, nous vous proposerons, par exemple, de beaux itinéraires près du lac de



« Spullersee (1820 m) ». L'autre option est de profiter d'une balade à vélo dans la vallée de la rivière de Lech ou, plus tranquille, de s'offrir quelques moments de relaxation à l'hôtel. **Fin du séjour dans l'après-midi.**

**NB :** la durée des étapes est donnée à titre indicatif.

M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.



Un village de montagne agréable, idéalement situé au carrefour de plusieurs vallées.

Un hôtel quatre étoiles orienté vers le bien-être : bain de vapeur, hammam...

## >DATES

**Départ possible seulement le dimanche**

**A partir de 2 participants.**

De Juin à Septembre, aux dates de votre convenance et suivant la disponibilité de l'hébergement.

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient également (ex : possibilité de décaler la randonnée d'un ou deux jours avant ou après...), ceci au cas où l'hébergement ne serait pas disponible aux dates choisies.

Nous vous demandons également de **réserver le plus tôt possible**. Nous n'avons pas de places réservées dans cet hébergement et il risque d'être complet parfois plusieurs mois à l'avance.

## >LE PRIX COMPREND

- La demi-pension dans un hôtel 4 étoiles.
- Les transports tels que décrit dans le programme.
- Un road-book (ainsi qu'une carte et les bons de réservation).
- L'accès gratuit au centre Spa.
- Le parking gratuit dans l'hôtel.
- La mise à disposition de vélos.
- Un topo guide complémentaire remis sur place
- La Lech Card (Active Inclusive Card).

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) | [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)



## >LE PRIX NE COMPREND PAS

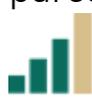
- Les frais d'inscription et les frais d'envoi à l'étranger
- Les repas du midi et les boissons.
- Les dépenses personnelles.
- Les assurances
- Les frais de péage pour les transferts Zug-Formarinsee 4 € (tarif indicatif).
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans "le prix comprend".

## >ACCUEIL / DISPERSION

Rendez-vous le Jour 1 en début d'après-midi à l'hôtel.  
Fin du séjour le Jour 6 dans l'après-midi.

## >NIVEAU

 Marche de 4 à 5 heures les jours de randonnée, sur chemin, piste, sentier ou parcours vallonné.

 Marche de 5 heures par jour sur sentier et/ou 600 à 800 mètres de dénivelée positive environ et/ou 15 kilomètres.

## >HEBERGEMENT

Hôtel 4 étoiles, base chambre double avec sanitaires privés. Spacieuses et confortables, les chambres sont lumineuses et possèdent un balcon.

L'espace bien-être, dans l'hôtel, propose bain de vapeur-hammam, différents saunas, eau froide et bassins Kneipp, lits chauffés, espace de relaxation, bar à boissons fraîches et thés, espace fitness et salle de gym.

Vous aurez également accès à la bibliothèque et des Vtt/Vtc sont à votre disposition.

### **Informations :**

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans certains hébergements situés sur des itinéraires



de randonnées, en montagne comme en bord de mer. Elles sont apportées par les marcheurs eux-mêmes, mais également par de simples voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos ou sur leurs vêtements... (Cela n'a rien à voir avec l'hygiène). Certains hébergements en ville hors chemin de randonnées subissent également ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu.

**Vente en ligne** : <http://chemindecompostelle.com/punaisesdelit/index.html>

## >RESTAURATION

Petits déjeuners sous forme de buffet riche et varié, dans la tradition autrichienne.

Les déjeuners sont à votre charge. Nous pouvons vous réserver les pique-niques auprès de l'hébergeur du circuit. A confirmer la veille et à récupérer le matin, au départ. Sinon, sur le parcours, vous trouvez de nombreuses gasthöfe où sont servis à toute heure plats chauds, soupes, etc.

En option : Repas Pique-nique (Suisse) : 85 €/personne

Dîners : buffet de salades, deux entrées, un plat (sur un choix de trois, dont un végétarien) et un dessert, selon l'humeur du chef !

Gastronomie : la cuisine autrichienne est très variée, avec des saveurs d'Europe de l'Est et des couleurs italiennes, loin du cliché choucroute-saucisses.

## >REPAS DE MIDI

Les repas de midi ne sont pas inclus dans le tarif. Possibilité de les commander la veille auprès de l'hôtel : un repas au restaurant ou dans une auberge (de 10 à 15 € par personne). Si vous faites vos courses dans les villages, prévoir un budget de 8 € par jour et par personne.



## >TRANSFERTS LOCAUX ET PORTAGE

Les bagages restent à l'hôtel. Vous randonnez avec un sac léger comprenant vos affaires de la journée et les pique-niques.

Vous pouvez effectuer toutes les randonnées sans prendre votre voiture et en prenant les bus locaux et (ou) les remontées mécaniques. Ces services sont gratuits si vous êtes en possession de votre Active Inclusive Card (à l'exception d'une partie de la vallée de Zug où une zone protection liée à la présence des sources minérales locale a été mise en place. Le transfert en bus local entre Formarinsee et Zug vous coûtera environ 4€).

**A noter :** avec votre Active Inclusive Card, vous profitez gratuitement des télécabines et remontées mécaniques, autobus local et de randonnée, piscine dans la forêt, hall de tennis, excursions en montagne et randonnées guidées, concerts en plein air, musée local, garde des enfants...

## >ACCES



Gare de Langen am Arlberg : distance de Lech, 17 km. Il y a des services réguliers de bus et taxi, la durée du transfert est d'environ 20 minutes,

### En avion :

Aéroport international de Zürich, distant de 200 km de Lech. Plusieurs départs par jour pour rejoindre Lech via Bregenz et Langen am Arlberg (horaires à vérifier avant votre départ : 9h28, 13h20 (via la gare ferroviaire de Zürich), 13h28.



Par la Suisse, autoroute A1 en direction de Genève Aéroport, Lausanne (poursuivre sur environ 390 km), puis prendre la A13 sur 6 km. Quittez l'A13 à l'embranchement (3) Widnau, puis poursuivre jusqu'à la frontière suisse/autrichienne Diepoldsau. De là, suivre l'autoroute autrichienne en direction de Feldkirch/Bludenz/Innsbruck. A Bludenz, prendre l'Arlberg Schnellstraße S16 en direction de Innsbruck. Quitter l'Arlberg Schnellstraße S16 à Langen et suivre la L197 en direction de l'Arlbergpass et plus loin la L198 en direction de Zürs/Lech. Une fois dans le village de Lech : avancer jusqu'à l'église au centre du village, tourner à droite en direction d'Anger, puis de nouveau à droite. Ce chemin mène



directement au Berghof hôtel. Nous vous prions de laisser votre véhicule devant l'hôtel, notre bagagiste s'occupera de vos valises et mettra votre voiture dans notre garage.

Plus d'information sur [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

## > FORMALITES

Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide, et couvrant la durée du séjour.

Pour les personnes majeures de nationalité française, les cartes nationales d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, même si elles présentent une date périmée ont, sans modification du document, une validité de 15 ans.

Dans ce cas, nous vous recommandons de télécharger à l'adresse suivante : <http://media.interieur.gouv.fr/inte...> la fiche d'information multilingue expliquant ces règles et de l'emporter avec vous.

Conseil : privilégiez l'utilisation d'un passeport valide à une carte d'identité portant une date de validité dépassée, même M35K - Tyrol : Rando-forme à Lech - Mise à jour le 16/05/2025 10 considérée comme valide.

Pour les ressortissants canadiens, veuillez consulter le site du gouvernement canadien

<http://voyage.gc.ca/voyager/avertissements>.

Pour les autres nationalités, veuillez-vous renseigner auprès des autorités consulaires autrichiennes dans votre pays.

Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures...).

### Informations concernant les mineurs

Vous voyagez avec des enfants

Les mineurs français sont soumis aux mêmes obligations que les personnes majeures (visa, passeport...) : voir ci-dessus.

Formalités de sortie du territoire français

Pour sortir du territoire, tous les mineurs résidant habituellement en France (quelle que soit leur nationalité), s'ils ne sont pas accompagnés par un titulaire de l'autorité parentale, devront présenter les trois documents suivants :

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) | [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)



- pièce d'identité : carte d'identité ou passeport selon les exigences du pays de destination ;
- autorisation de sortie du territoire signée par l'un des parents titulaires de l'autorité parentale (formulaire Cerfa n° 15646\*01 à imprimer depuis le site [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr) et à compléter) ;
- photocopie du titre d'identité du parent signataire.

## >N° UTILES

### Sites Internet

Association nationale pour l'étude de la neige et des avalanches : [www.anena.org](http://www.anena.org),  
[www.routard.com/guide/code\\_dest/autriche.htm](http://www.routard.com/guide/code_dest/autriche.htm)

## >DOSSIER DE VOYAGE

Le roadbook avec descriptif des randonnées et cartes détaillées des itinéraires, remis par votre hôtelier.

Une carte au 1/35 000 de la région, remise par votre hôtelier.

Les bons d'échange / vouchers pour votre circuit.

### Les déplacements

La Lech Card (Active Inclusive Card) utilisable sur tout le réseau de transports de la vallée vous sera remise à votre arrivée.

### La Lechcard

Elle vous permet d'utiliser toutes les prestations d'été proposées par Lech et Zürs afin de découvrir comme vous le souhaitez et à votre rythme la diversité de l'été à Lech.

## >LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

- un petit sac à dos pour le pique - nique et les affaires de la journée
- une petite pharmacie individuelle (sparadrap, double peau, éosine, alcool ...)
- une paire de chaussures de marche avec une bonne adhérence (attention aux chaussures neuves)
- lunettes, crème et chapeau pour le soleil (bonnet et gants suivant la saison)
- des vêtements de pluie



- un maillot de bain et une serviette de bain.
- des chaussures légères pour le soir
- une gourde : il est important de boire 1.5 à 2L d'eau par jour
- une lampe de poche (pas indispensable)
- mouchoirs en papier
- une aiguille, un petit peu de fil et une ou deux épingles de sûreté
- un récipient hermétique et des couverts si vous avez l'occasion de demander des salades pour les piques nique.

**Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,  
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -**

