

# SUD EVASION

# LE TYROL



Du 9 au 15 SEPTEMBRE 2019

7 Jours / 6 Nuits

## RANDONNÉES AUTOUR D'INNSBRUCK

UNE DÉCOUVERTE SPORTIVE DES BEAUX ALPAGES DE LA RÉGION D'INNSBRUCK



*Accompagnement par des guides de montagne.  
Funiculaire entre Innsbruck et la montagne Hungerburg.*

### JOUR 1 - VOTRE LOCALITE / TYROL

Départ de votre localité en direction du TYROL par autoroute. Arrêt déjeuner libre en cours de route. L'après-midi, continuation et passage en Autriche. Continuation par INNSBRUCK et arrivée à l'hôtel dans la région d'Innsbruck et ses villages de charme. Dîner et nuit.

### JOUR 2 – RANDONNEE : DE GÖTZENS JUSQU'A L'ALPAGE / PROMENADE AUX FLAMBEAUX

Petit-déjeuner et randonnée au départ de **Götzens** jusqu'à l'alpage. Départ par le chemin panoramique en direction d'Axams. Montée jusqu'au Adelshof et retour à Götzens par les alpages.

Déjeuner panier-repas en cours de randonnée.

Le soir, dîner à l'auberge de Natterer Boden accompagné de musique. Puis, **promenade digestive aux flambeaux jusqu'au village de Natters**. Nuit à l'hôtel.

Niveau : facile Dénivelé : 300 m à 400 m. Temps de marche : 3 H environ  
Niveau moyen Dénivelé : 600 m à 800 m. Temps de marche : 5 H environ



© Zillertal Tourismus GmbH - Bernd Ritschel

### JOUR 3 – RANDONNEE : MIEMING : LE PLATEAU DU SOLEIL

Petit-déjeuner et départ en autocar pour le **massif de Mieming**, l'une des parties les plus impressionnantes des Préalpes orientales septentrionales. Ici, entre l'Arlsberg et Innsbruck, en face de l'Oetztal, le plateau de Mieming séduit par son ensoleillement et ses paysages apaisants. Au cours de cette randonnée, le regard s'émerveillera sur les paysages alentours ! Les vues sur la Zugspitze sont particulièrement impressionnantes.

Départ sur le Plateau de Mieminger jusqu'au Arzkasten à 1151 m. d'altitude. Le sentier vous conduira par la forêt jusqu'au refuge de Lehnberghaus situé à 1554 m. Pour les plus motivés, la randonnée se poursuit jusqu'au « Lacke » à 1706 m. d'altitude où la vue sur le plateau de Mieminger et la Vallée de l'Inn est magnifique. Déjeuner panier-repas en cours de randonnée. Retour à l'hôtel pour le dîner et la nuit.

Niveau facile Dénivelé : 400 m. Temps de marche : 3 H environ  
Niveau moyen Dénivelé : 560 m. Temps de marche : 5 H environ.



### JOUR 4 – VISITE GUIDÉE A SALZBOURG

Après le petit-déjeuner, départ avec votre accompagnateur en direction de **SALZBOURG**. Visite guidée : la vieille ville, protégée par une impressionnante forteresse avec la cathédrale baroque de la « **Rome des Alpes** », la Résidence, un édifice majestueux du 16<sup>ème</sup> siècle, la place Mozart et la place du marché, avant d'atteindre la « **Getreidegasse** », la célèbre ruelle aux multiples enseignes, où s'élève la maison natale de Mozart. Déjeuner au Restaurant. Après-midi libre à Salzbourg, afin de découvrir cette belle ville autrichienne. Retour à l'hôtel. Dîner et nuit à l'hôtel.





### **JOUR 5 – RANDONNEE : LES FORETS ET ALPAGES DU NOCKSPITZE**

Petit-déjeuner et départ en autocardans la Vallée du Stubaital . A travers des forêts de conifères, vous monterez sur la montagne de Telfes, vue magnifique sur les vallées du Pinnistal et du Stubaital et sur le sommet du glacier. Vous continuerez à marcher sur l'alpage de Kreith Alm, situé à 1492m. Panier repas avant de rejoindre l'alpage de Raitiseralm, à une altitude de 1553m, jusqu'à Raitis, où vous entamerez la descente vers Mutters. Le bus vous y attendra pour vous ramener à votre hôtel. Dîner et nuit à l'hôtel.

**Niveau facile** Dénivelé : 400 m. Temps de marche : 4H

**Niveau moyen** Dénivelé : 650 m. Temps de marche : 5H

### **JOUR 6 – RANDONNEE LAC D'OBERNBERG**

Petit-déjeuner et départ en autocar pour une magnifique randonnée dans la réserve naturelle du Obernberg. Départ au dessus de Obernberg à partir de Walderuh. Tour du lac puis arrêt dans la chapelle du Lac Maria am See qui est accessible par un petit pont de bois. Le cadre présenté sera magique ! Déjeuner panier repas en cours de randonnée. Dîner et nuit à l'hôtel.

**Niveau facile** Dénivelé : 300 m. Temps de marche : 3 H environ

**Niveau moyen** Dénivelé : 500 m. Temps de marche : 5 H environ.



### **JOUR 7 - TYROL – VOTRE LOCALITE**

Petit déjeuner et départ vers la France. Arrêt déjeuner libre sur autoroute. Continuation vers votre localité et arrivée en soirée.

### **PRIX PAR PERSONNE :**

**Base 45 Pers. : 599 €.**

**Base 35 Pers. : 655 €.**

**1 gratuité pour 35 pers. - 2 pour 50 pers.**

**FORMALITES : Carte d'identité en cours de validité / Carte européenne d'assurance maladie / certificat médical de non contre-indication à la randonnée pédestre ou n° de licence.**

#### **Nos prix comprennent :**

- ✓ Le transport en autocar de Tourisme.
- ✓ 6 nuits en hôtel 3\*\*\* base chambre double / twin.
- ✓ 6 petits-déjeuners et 6 dîners dont 1 avec ambiance musique à l'auberge de Nattererboden.
- ✓ 4 déjeuners panier repas.
- ✓ 1 accompagnateur pour la journée Touristique à Salzburg.
- ✓ 1 déjeuner au restaurant à Salzburg.
- ✓ La visite guidée de Salzburg (environ 2 H 00).
- ✓ Les guides pour les 4 randonnées et la promenade aux lanternes (un guide pour 20 / 25 personnes).
- ✓ L'assurance assistance-rapatriement.



#### **Nos prix ne comprennent pas :**

- ✓ Le supplément chambre individuelle : 95 €.
- ✓ Les déjeuners aller /retour en cours de route.
- ✓ Les boissons.
- ✓ Tout ce qui n'est pas mentionné au programme.
- ✓ L'assurance annulation : 25 € / personne (facultative, nominative et non remboursable).



# LE TYROL

## Randonnées autour d'Innsbruck



**Innsbruck** est une ville autrichienne, située dans l'ouest du pays, dans une vallée au cœur des Alpes ; elle est la deuxième plus grande ville d'Europe dans cette situation, après sa jumelle alpine Grenoble. Elle est la capitale du Land du Tyrol, et est traversée par la rivière l'Inn.



Son nom vient du nom de la rivière l'Inn et du mot Brücke (le pont en allemand) et signifie Le pont sur l'Inn.

Elle est la cinquième ville d'Autriche du point de vue de la population, après Vienne, Graz, Linz et Salzburg. La ville compte environ 120 000 habitants, 190 000 avec l'agglomération.

Le dynamisme et le pouvoir d'attractivité d'Innsbruck dans la région sont en partie dus au tourisme (notamment de sports d'hiver), renforçant encore son rôle économique et culturel régional (Université, ville de congrès).

**Situation et Relief :** La ville est située entre le massif Karwendel au nord et les premiers contreforts de la chaîne centrale des Alpes (Patscherkofel) au sud.

**Histoire de la Ville :** On trouve dans la région d'Innsbruck des traces de l'activité humaine du Néolithique. Les noms des lieux dont l'origine est antérieure à l'époque romaine ainsi que la présence d'urnes funéraires à Wilten, Amras, Hötting et Mühlau remontent à 3 000 ans.

Dès 15 avant notre ère, une route est construite sur le Brenner par les beaux-fils d'Auguste, Tibère et Drusus. C'est la plus importante voie nord-sud de la région durant tout le Moyen Age.

Au VII<sup>e</sup> siècle, la région est conquise par la Bavière et l'évêché est transféré du monastère de Säben à Bressanone : il faudra attendre 1964 pour que la ville d'Innsbruck soit élevée au rang de diocèse. En 1187, le premier pont sur l'Inn est construit et un marché se développe grâce aux échanges avec l'abbaye de Wilten (confiée aux Prémontrés en 1128).

La première mention en tant que ville remonte à 1237. Elle se nomme alors Innsprugg.



En 1363, la dernière comtesse du Tyrol, Marguerite Maultasch, transmet la région au Habsbourg Rodolphe IV, l'Ingénieur. Son descendant le duc Frédéric (1402 à 1439) déplace sa résidence de Merano à Innsbruck en 1420. Puis en 1486 le palais impérial est mis en chantier.

Entre 1490 et 1519, Maximilien I<sup>er</sup> (1459-1519), empereur du saint empire, prend le contrôle du Tyrol et Innsbruck devient sa résidence préférée : il y installe la chambre des finances et le gouvernement d'Autriche occidentale. A sa mort il se fera enterrer dans la chapelle du château construite entre 1553 et 1563 (son tombeau occupe les artistes de 1502 à 1586).

Sous le règne du successeur de Maximilien, Ferdinand I<sup>er</sup>, fut fondée une école jésuite en 1562, le Akademisches Gymnasium. Celui est donc le Gymnasium le plus ancien de l'ouest de l'Autriche et une des écoles les plus vieilles du monde germanophone.

A la mort de Sigismond-François, la dynastie des Habsbourg du Tyrol s'éteint. Léopold I<sup>er</sup> dissout la cour d'Innsbruck, met des gouverneurs en place pour gérer la province et lui donne ainsi une large autonomie.

Après les invasions napoléoniennes, il faut attendre 1815 pour que le Tyrol soit rendu à l'Autriche qui redonne à Innsbruck le statut de capitale du land en 1849 (à la place de Merano). Entre 1858 et 1884 la ville est raccordée au réseau ferré européen. Les premières constructions d'installation de ski alpin sont mises en chantiers en 1929.

La ville organisera ensuite deux fois les jeux olympiques : en 1964 et en 1976.





**Götzens** est une petite ville autrichienne, située dans l'état fédéré du Tyrol.

La ville s'étend sur 9,7 km<sup>2</sup> et compte 3 763 habitants depuis le dernier recensement de la population. La densité de population est de 387,1 habitants par km<sup>2</sup> sur la ville.

Götzens est située à 7 km au Sud-Ouest de Innsbruck (la plus grande ville des environs).

### ***Le Tremplin de Bergisel,***

est un tremplin de saut à ski situé à Innsbruck en Autriche. C'est Du monde de saut à ski. Il accueille chaque année la troisième étape de la Tournée des quatre tremplins. La première compétition officielle s'est tenue en 1920 sur une construction en bois le tremplin a été remodelé en 1964 afin d'accueillir les Jeux Olympiques d'hiver.

Les dernières modifications datent de 2003.



**Lac d'Obernberger** fait partie des Alpes de Stubai et s'étend sur 20 hectares avec des profondeurs allant jusqu'à 7 mètres. Il est alimenté par un torrent souterrain mais son niveau d'eau subit de fortes fluctuations, principalement au printemps à la fonte des neiges. Le lac est alimenté par un ruisseau souterrain, la source se trouvant bien plus en amont. Les deux parties du lac sont dues à un glissement de terrain qui a eu lieu des milliers d'années et un énorme roc sépare les deux plans d'eau.

La romantique vallée d'Obernberg est une réserve naturelle très bien préservée. Ici, c'est le repos assuré pour le promeneur. La nature est bien sûr à couper le souffle à cette altitude : 1590 m. Au pied des Tribulaun, les trois plus hauts sommets de la région de " Wipptal ", se niche le lac émeraude, limpide et majestueux.

Des circuits de randonnées pour toute la famille jusqu'aux grands chemins de randonnée s'offrent aux visiteurs. La première partie du lac est réservée à la baignade (pour les plus avertis) et aux balades en barque. Le lac se trouve dans un espace environnemental protégé et sur une réserve naturelle permettant une vraie rencontre avec la nature.





### ***L'Alpage de Kreither Alm :***

Le refuge Kreither Alm vous offre une délicieuse cuisine traditionnelle du TYROL. Ce refuge se trouve à 1 497 m d'altitude. Un petit arrêt s'impose pour reprendre des forces ... Egalement de purs régals, accompagnés par une vue fantastique sur le Capitale des Alpes : une combinaison parfaite.

### ***La Vallée de Stubai (Glacier) :***

Au sud d'Innsbruck, le massif du Stubai étire ses grands glaciers hérissés de nombreux sommets à plus de 3 000 m, offrant un véritable paradis pour le ski de randonnée. Là-bas le ski est une culture et les massifs sont équipés en conséquence, avec des refuges aux allures d'hôtels, offrant un confort agréable au retour d'une étape ou d'un sommet difficile.

Malgré son altitude un peu plus modeste que celle de nos Alpes, le Stubai est un massif froid, au relief très alpin, et il n'est pas rare de trouver de la neige à 1000 m d'altitude au mois d'avril. C'est un massif incontournable pour tout montagnard passionné de ski de randonnée.



### ***Plateau du Soleil (Mieming) :***

Le plateau de Mieming est l'une des plus charmantes régions du Tyrol : beaucoup d'espace, une altitude idéale (entre 850 et 1000 m) et un ensoleillement abondant en font un site de villégiature très apprécié, à seulement 40 minutes en voiture d'Innsbruck.

Les familles apprécient particulièrement la région. Avec son lac de baignade dont les températures peuvent aller jusqu'à 26°C, ses aires de jeux, ses piscines et son fameux train miniature à vapeur, la région offre aux petits comme aux grands de quoi s'amuser. Ce qui plaît également, c'est sa nature préservée. Les randonneurs, marcheurs et vététistes y trouvent bon nombre de chemins, parcours et sentiers adaptés.

Cette nature préservée offre également de belles saveurs 100 % bio ! Savourez dans ses hôtels, auberges et même sur un de ses chemins, charcuterie, fruits, légumes, eaux-de-vie et différentes gourmandises.



## ***Lac de Kühtai :***

Kühtai, plus haute station de sports d'hiver d'Autriche, ce village perché à 2 020 mètres d'altitude se situe au cœur des Alpes de Stubai, où l'on dénombre 20 sommets dépassant les 3 000 mètres. Kühtai et la vallée de Sellraintal sont aussi un point de départ apprécié pour de belles randonnées... L'été, partez à la conquête des montagnes avoisinantes en vous adonnant à la randonnée : le chemin de Knappenweg, par exemple, vous mène à travers des paysages montagnards à couper le souffle tout en vous narrant le long passé minier de la région. Le lac de barrage de Längentalstausee est certes quelque peu trop froid pour la baignade mais une balade le long de ses berges confère de belles sensations rafraîchissantes.



**Exemple  
Programme  
TOURISME**



**Au départ de l'hôtel des navettes gratuites vous dépose à la ville d'INNSBRUCK**

**LA VILLE D'INNSBRUCK (au départ de l'hôtel avec les Navettes gratuites) :**

Petit déjeuner à l'hôtel, et départ pour Innsbruck. **Visite du tremplin de saut à ski du Bergisel** qui peut accueillir plus de 28 000 spectateurs, et qui offre un magnifique panorama à 360° sur la vallée de l'Inn, les Alpes et Innsbruck. Montée en funiculaire jusqu'au pied de la tour de saut, puis en ascenseur jusqu'à la terrasse panoramique. Continuation par la **visite du palais impérial d'Innsbruck** compte parmi les trois monuments historiques les plus importants d'Autriche, au côté de la Hofburg de Vienne et du château de Schönbrunn. Déjeuner au restaurant. Puis **montée en funiculaire du Hungerburg** qui est un symbole architectural des plus spectaculaire. Le tracé est lui aussi unique, on passe ainsi du cœur d'Innsbruck – à 560 m d'altitude – jusqu'à 860 m dans un premier temps, à la station du Hungerburg. L'ascension se poursuit en télécabine, du Hungerburg au Seegrube à 1 911 m d'altitude. Retour à l'hôtel. Dîner et logement.

**RATTENBERG / TRATZBERG / ACHENSEE (De la gare d'Innsbruck 35 min de train, prix du billet entre 8 et 14€) (site de la gare [fahrplan.oebb.at](http://fahrplan.oebb.at)):**

Petit déjeuner à l'hôtel et départ pour la **visite du centre de l'artisanat de Rattenberg**. Installé dans d'anciennes maisons de forgerons creusées dans la roche, ce centre d'art populaire et d'artisanat présente un aperçu des modes de vie et des techniques artisanales d'autrefois. Continuation avec la **visite du château de Tratzberg**. Ce magnifique château trône sur les pentes des contreforts de la chaîne du Karwendel, entre Jenbach et Schwaz. Peu de châteaux ont conservé ainsi leur aménagement intérieur original et leurs murailles initiales. La visite s'effectue à l'aide d'audioguides, et ce sont les voix de l'empereur Maximilien et des ancêtres des actuels propriétaires qui accompagnent le visiteur avec une description captivante de l'histoire du château. Montée et descente en petit train incluses. Déjeuner au restaurant. Puis **promenade en train à vapeur et à crémaillère à Achensee**. Un voyage dans le temps avec ce train à vapeur et à crémaillère, propulsé par une locomotive âgée de 124 ans, pour accéder au lac de montagne le plus vaste du Tyrol. Vous parcourrez les quelques 7 kilomètres de Jenbach vers Seespitz, au bord du lac, situé à une altitude de 930 mètres. Continuation par une **promenade en bateau sur le lac Achensee** qui est le plus grand lac naturel du Tyrol. Créé par les glaciers, il compte 133 m de profondeur à son point le plus bas. Vous profiterez d'une agréable croisière entre Achenkirch. Retour à l'hôtel. Dîner et logement.

**STAMS / AXAMS / WATTENS ( trajet de la gare à Innsbruck 21 min et tarif entre 7 et 12€) :**

Départ pour une **visite guidée de la célèbre abbaye de Stams**. Sur le chemin de St-Jacques de Compostelle, cette abbaye cistercienne compte parmi les plus célèbres édifices religieux d'Autriche. Avec son fronton central et ses élégantes tours octogonales coiffées de clochers à bulbe, la façade de la basilique est majestueuse. Déjeuner à Götzens. Puis départ pour une **promenade en calèche avec schnaps et animation musicale à Axams**. C'est l'une des plus belles promenades en calèche du Tyrol, en compagnie de Fritz, le 1<sup>er</sup> cocher de notoriété internationale. À bord de calèches postales d'époque, découverte de la superbe région olympique d'Axams, Birgitz et Götzens. De retour au chalet, un verre de schnaps fait maison est offert, avec animation musicale. Continuation par la **visite des Mondes de cristal de Swarovski à Wattens**. Sur le lieu même de naissance de l'entreprise, Swarovski expose un univers coloré de cristaux étincelants, dans un écrin d'art moderne et une atmosphère féérique. Retour à l'hôtel. Dîner et logement.





### **SALZBOURG (De Innsbruck 2h de train prix du billet entre 17-21€):**

Petit déjeuner. Départ pour **Salzburg**. A votre arrivée, **visite guidée** de la ville. L'esprit de Mozart flotte toujours dans les ruelles de la vieille ville, protégée par une impressionnante forteresse. Découverte de la Cathédrale baroque de la „Rome des Alpes“, la résidence, un édifice majestueux du XVIème siècle, la place Mozart et la place du marché, avant d'atteindre la „Getreidegasse“, la célèbre ruelle aux multiples anciennes, où s'élève au n°9, la maison natale de Mozart. Déjeuner au restaurant. Puis, montée en funiculaire pour admirer la vieille ville depuis le panorama de la forteresse Hohensalzburg. Retour à l'hôtel. Dîner et logement.

### **JOURNEE DETENTE AU SPA DE L'HÔTEL : (voir fiche de l'hôtel)**

### **LA JOURNEE TOURISME AVEC LE GROUPE A INNSBRUCK**

#### **Vous pouvez également visiter :**

### **GOTZENS (De Innsbruck prendre le bus n°4162 (toutes les 15 min.) trajet 18 min)**

est une petite ville autrichienne, située dans l'état fédéré du Tyrol. La ville s'étend sur 9,7 km<sup>2</sup> et compte 3 763 habitants depuis le dernier recensement de la population. La densité de population est de 387,1 habitants par km<sup>2</sup> sur la ville.

Götzens est située à 7 km au Sud-Ouest de Innsbruck (la plus grande ville des environs).

### **Les monuments à visiter incontournables : (départ de l'hôtel par les navettes gratuites qui vous déposent à la ville d'INNSBRUCK)**

- Le château d'AMBRAS situé dans un parc très pittoresque près d'INNSBRUCK.
- Le Palais Impérial d'INNSBRUCK l'un des trois monuments les plus importants d'Autriche.
- Le musée Goldenes Dachl
- L'Alpenverein musée : musée sur les attractions alpines d'Autriche.

