

# Great Walks : de superbes randonnées au long cours

*D'innombrables chemins de grande randonnée sillonnent les montagnes du Tyrol, comme s'ils voulaient tisser finement leur toile pour couvrir l'ensemble des beautés de la région. Les plus spectaculaires d'entre eux peuvent se prévaloir du label prestigieux de Great Walks, choisis au hasard par un jury d'experts dans le domaine d'alpinisme. Six chemins de grande randonnée qui remplissent brillamment tous les critères établis : ils sont mentalement et techniquement exigeants, offrent d'incomparables sensations en pleine nature, disposent d'excellentes infrastructures et suscitent l'enthousiasme du marcheur par le type de chemins qu'ils suivent comme par leur tracé.*

Cela ressemble à quoi, s'échapper du quotidien ? Peut-être à cela : planifier son itinéraire, boucler son sac à dos et partir en pleine nature. Durant trois jours, cinq jours ou même dix jours, marcher dans les montagnes, toujours porté pas ses propres pieds. Profiter de la solitude des grands espaces. Chaque matin, observer comment le soleil couvre un sommet après l'autre de sa chaude lumière. Chaque soir, le voir aller se cacher derrière des parois rocheuses impressionnantes. La randonnée au long cours, c'est la quintessence des sensations montagnardes : des itinéraires nous mènent, pendant des kilomètres et des kilomètres et par des chemins sûrs, à travers des paysages somptueux, à des refuges authentiques et au-delà de ses propres limites.

## **La Voie de l'aigle : de par toute la région**

C'est le roi des chemins de grande randonnée au Tyrol : la Voie de l'aigle nous invite à surmonter en 33 étapes environ 420 kilomètres et un dénivelé de quelque 31 000 mètres. Il est réparti en deux variantes : le plus grand parcours traverse en 24 étapes le Tyrol du Nord, de St. Johann in Tirol à, tout à l'ouest, St. Christoph am Arlberg. La petite Voie de l'aigle sillonne en 9 étapes d'une journée les massifs du Glockner et du Venediger en Osttirol. Celui qui veut venir à bout de ces deux itinéraires a d'abord besoin de beaucoup de temps – mais aussi d'une expérience de l'alpinisme, d'un pied sûr et de l'absence de vertige. Ce chemin de grande randonnée impressionne notamment par ses multiples facettes : des longues balades de plaisir au aventures en haute altitude, tout est au programme. Un jeu des contrastes qui impressionne particulièrement au Karwendel, le long du Goetheweg. Là, on évolue bien au-dessus d'Innsbruck, en territoire haut-alpin, avec constamment la vue sur la ville. Un contraste entre univers montagnard et urbain unique en son genre.

### **Le Berliner Höhenweg : tout le faste de la Belle Époque**

Ce chemin d'altitude est une balade exigeante pour alpinistes chevronnés : l'ensemble du parcours, d'une longueur de 85 kilomètres, comprend quelque 6 000 mètres de dénivelé et se réalise en huit jours. L'itinéraire mène de Finkenberg et du refuge de Gamshütte au cœur du parc naturel en altitude des Alpes de Zillertal. On y jouit de vues superbes sur l'univers de la haute-montagne glaciaire. Mais pour beaucoup, le temps fort de cette balade au long cours est le refuge de Berliner Hütte. C'est le plus grand refuge du Club alpin dans les Alpes de Zillertal, et il est classé monument historique. Ce qui était à ses débuts un très simple refuge a été transformé à grands frais en 1912. Sa pièce maîtresse est la somptueuse salle à manger avec ses murs lambrissés de bois, de belles œuvres de menuiserie et ses lustres. L'architecture et l'aménagement dans son ensemble ont été établis et coordonnés depuis Berlin.

### **L'Inntaler Höhenweg : à travers la forêt de pins cembro**

Entre Innsbruck-Igls et Schwaz, ce chemin serpente à travers les Alpes de Tux à une altitude moyenne de 2 000 mètres d'altitude, offrant de magnifiques vues sur la vallée de l'Inn. Il est particulièrement apprécié des gourmets, toutes les auberges de montagne qui ponctuent cet itinéraire proposant une excellente cuisine. Une balade que l'on effectue en six étapes d'un niveau de difficulté moyennement difficile à difficile. Son temps fort, pour ce qui est des paysages, est le chemin des pins cembro (*Zirbenweg*) qui marque la première étape par sa traversée de la réserve naturelle située entre Patscherkofel, Zirmberg, vallée de Viggartal et Glungezer, surplombant les lacs bleus. Mais l'émerveillement est aussi à portée de la main : le peuplement de pins cembro, cet arbre rare aux vertus avérées, est l'un des plus anciens d'Europe.

### **Le Lechtaler Höhenweg : l'indompté**

Ce chemin d'altitude longeant la rivière Lech suscite chez nos experts un respect particulier. « Le paysage est ici sauvage, grandiose, impressionnant, mais impose aussi le respect ». Les beautés naturelles que dévoile pas à pas ce sentier de montagne sont cependant l'apanage des alpinistes quelque peu expérimentés : l'itinéraire, haut-alpin, oscille entre 2 000 et 2 500 mètres d'altitude. Avec toutes ses variantes, il comprend 18 étapes que l'on peut parcourir en 10 à 19 jours. Ceux qui optent pour le tracé le plus court doivent surmonter presque 7 000 mètres de dénivelé et 85 kilomètres sur des sentiers majoritairement difficiles. Un défi qui nécessite de reprendre des forces dans les 13 refuges du Club alpin situés sur le parcours. Le Lechtaler Höhenweg fait partie des randonnées les plus isolées, ici, les refuges sont souvent petits et tranquilles. Son temps fort est le lac de Steinsee : telle une perle aux reflets verts et bleus, il scintille dans son superbe écrin de montagnes, devant l'imposante brèche de Dremlscharte.

### **Le Stubaier Höhenweg : au plus près du glacier**

Sur les sept étapes et tout juste 80 kilomètres du chemin d'altitude de Stubaier Höhenweg, l'exploration du monde du glacier, véritable merveille naturelle, se fait avec une intensité particulière. Mentionnons particulièrement l'étape entre les refuges de Dresdner Hütte et de

Bremer Hütte, où l'on approche de très près les neiges éternelles. Au total, 5 000 mètres de dénivelé doivent être surmontés dans cet univers montagnard exigeant. Huit refuges le long du parcours permettent de se restaurer ou de passer la nuit. Outre les vues sur le glacier, le Stubai Höhenweg séduit par son calme, ce qui n'a pas échappé au jury : « Bien que la région soit très touristique, on marche en ces contrées presque toujours seul et sans être dérangé ».

### **Le Karnischer Höhenweg : sur la crête, la vue est plus belle**

Suivre le chemin d'altitude de Karnische Höhenweg, c'est d'abord parcourir un lieu d'histoire : il a pris place là où était la frontière austro-italienne pendant la Première Guerre mondiale et emprunte en son premier tiers des sentiers militaires, certaines anciennes positions et tranchées étant encore visibles. Le parcours exigeant commence à Sillian, dans la vallée de Hochpustertal, pour aboutir, après onze étapes journalières en partie très longues, à Unterthörl en Carinthie. Les alpinistes aiment cette randonnée des crêtes d'une longueur totale de 168 kilomètres aussi pour ses somptueux panoramas : la vue porte jusqu'aux Dolomites. Sur chaque étape, le marcheur trouve des alpages, refuges et auberges de montagne pour que le corps se ressource. L'œil, lui, se sustente des innombrables fleurs et lacs croisés en chemin, pendant que l'esprit se laisse tenter par quelques-uns des plus de 30 sommets impressionnants pouvant être conquis au passage.

Toutes les informations sur les Great Walks sur le [www.fr.tyrol.com/greatwalks](http://www.fr.tyrol.com/greatwalks)

Photos de presse pour impression : [www.presse.tirol.at](http://www.presse.tirol.at) et [www.bilder.tirol.at](http://www.bilder.tirol.at)

Avec 12,3 millions d'arrivées de visiteurs de plus de 50 pays et quelque 49,4 millions de nuitées pour l'année touristique 2017/18 et 34 associations régionales, le **Tyrol** fait partie des principales destinations de vacances des Alpes. Le tourisme tyrolien peut se prévaloir d'une histoire longue de presque 200 ans au cours de laquelle il a souvent fait œuvre de pionnier. Les visiteurs apprécient être comme hiver un contact exceptionnel avec la nature, la haute qualité du service et des infrastructures et une hospitalité reconnue bien au-delà des frontières. **Tirol Werbung GmbH**, dont le siège est à Innsbruck, est l'organisation qui chapeaute le marketing touristique de la région. Sa principale mission est de positionner dans le monde le Tyrol en tant que région prisée où l'on fait le plein d'énergie au cœur des Alpes.

**MARTINA NAIRZ**  
Marketing France & Italie

Tirol Werbung GmbH  
Maria-Theresien-Straße 55  
6020 Innsbruck  
Autriche

+43.512.5320-663 *t*

+43.512.5320.92-663 *f*

[martina.nairz@tirolwerbung.at](mailto:martina.nairz@tirolwerbung.at) *e*