



## Alpes suisses

# Un concentré de sensations

L'Oberland bernois, berceau du ski, héberge les courses de Coupe du Monde les plus spectaculaires du pays. En été, la région additionne ses itinéraires de randonnées, la culture locale en prime.

Texte et photos ) **Bernard Pichon**

## Lauterbrunnen, de cascades en cascadeurs

Au palmarès des sites popularisés par les réseaux sociaux Lauterbrunnen brille pour son cadre idyllique et sa cascade de Staubbach, une des plus hautes de Suisse (297 mètres).

La région n'a toutefois pas attendu l'avènement du web pour frapper les esprits. En 1911, JRR Tolkien - âgé de 19 ans - parcourt les Alpes et tombe en pamoison face aux parois rocheuses escarpées de la région. Elles lui auraient inspiré un décor du Seigneur des Anneaux.

La vallée attire les adeptes du vol libre. On les tolère quand bien même leurs défis ont tué une trentaine de fois depuis 1994 (une statistique à mettre en perspective avec les quelque 20'000 sauts annuels).

### Tumultueux entonnoir

A courte distance de Lauterbrunnen, et accessible depuis 1877, le Trümmelbach superpose une dizaine de plateformes d'où l'on observe chaque seconde le déferlement de 20'000 litres d'eau venue des glaciers (Eiger, Mönch et Jungfrau). Le parcours se fait à pied ou en empruntant un ascenseur dans la montagne.

## Gelmersee, le grand vertige

La randonnée commence sur les rives d'un lac artificiel créé par un barrage construit en 1929. Le long de cette retenue, des ruisseaux et d'énormes dalles rocheuses invitent à s'attarder pour un pique-nique. Bien adaptée aux familles avec des enfants un rien sportifs, la balade peut se poursuivre jusqu'au chalet de Kunzentännlein. Pour revenir au point de départ, on suit un ancien sentier muletier.

### Frissons garantis

En partant de la vallée du Hasli, le Gelmersee est notamment accessible en empruntant le Gelmerbahn, le funiculaire le plus raide d'Europe, avec une pente de 106 %.



## Lenk, ça coule de source

Le village se situe à 1'068 m. d'altitude, dans l'une des plus belles vallées des Alpes, le Wildstrubel. Au-dessous d'un alpage (à 5 km du site touristique), l'eau rebondit sur une série de gros rochers. Partant d'en bas, un étroit chemin pédestre rocailleux longe le courant. On peut aussi passer par le pont de Barbara pour admirer ses masses bouillonnantes. Le spa d'un hôtel Relais & Châteaux tire parti d'un bain public vieux de plus de 350 ans en exploitant ses eaux gorgées d'éléments naturels.

### Traditions paysannes

L'agriculture de montagne et d'alpage est ici typique d'une région riche en coutumes colorées. A ne pas manquer depuis 1995, le marché agricole des familles locales. Il propose chaque samedi de septembre une vaste gamme de produits faits maison et un programme festif pour toute la famille.

## Adelboden, pour le cachet

En hiver, la station - reliée à La Lenk - est la Mecque de la luge. Si son nom est associé à la Coupe du monde - pour un slalom géant et un spécial - c'est que le lieu additionne plus de 200km de pistes (en comptant celles accessibles en bus). Mais c'est surtout par son charme qu'Adelboden séduit en toute saison. La bourgade a eu l'intelligence de résister à la tentation du bétonnage. Le long de sa rue principale – en fait, il n'y en a pas beaucoup d'autres! – on photographie de beaux chalets fleuris.

### À voir et à manger

Une touche de gastronomie à 1'974 mètres d'altitude, accessible par télécabine au départ d'Adelboden... Voilà ce que propose le restaurant du VogellisiBerg face à un panorama alpin à couper le souffle. On y trouve même une aire de pique-nique chauffée.







## Lauenen fait son cinéma

Les écrits les plus anciens sur ce village du Haut-Simmental-Gessenay remontent à l'année 1312. À l'époque, la vallée appartenait à des seigneurs valaisans qui utilisaient ces espaces comme pâturages d'été et y fabriquaient déjà des fromages. Lauenen s'ennorgueillit d'un hôtel (l'Alpenland), propriété à 50 % de l'ancien conseiller fédéral Johann Schneider-Ammann. Spécialité : son écran de plein air où sont projetés des productions internationales, en juillet-août.

### Beau miroir

Le lac de Lauenen n'est pas qu'une destination prisée des amateurs de farniente, c'est aussi le point de départ de spectaculaires randonnées dans une nature exubérante. Un chemin grimpe en pente raide vers Chüetungel, puis à la cabane de Gelten. C'est ici, au pied du Wildhorn, que se trouve la réserve naturelle de Gelten-Iffigen, aux photogéniques pâturages alpins.

## Meiringen, mon cher Watson



Impossible de louper sa trace ; Sherlock Holmes est ici omniprésent. Fasciné par l'environnement sauvage de cette région prisée des premiers touristes du XIX<sup>e</sup> siècle - majoritairement britanniques - Arthur Conan Doyle n'a-t-il pas choisi de faire mourir son héros dans les voisines chutes du Reichenbach, avant de le ressusciter sous la pression de ses lecteurs courroucés ! On photographie donc la statue de la star devant le musée qui lui est dédié.

### Grand canyon

Dans l'Haslital - près de Meiringen - l'Aar a creusé à travers le calcaire des gorges sauvages et profondes. Il est possible de les parcourir sur plus de 2 kilomètres, à pied et sans effort grâce à des tunnels et des passerelles adaptées aux personnes en situation de handicap.



## Gstaad se la joue star

En 1900, il n'y avait là que quelques paysans et bûcherons, menant leur vie rude de montagnards. Fondu enchaîné. S'ensuit la vague des aristocrates, puis celle des célébrités : Ella Fitzgerald, Louis Armstrong, Liz Taylor, Roger Moore, bien avant Johnny.

Après les étoiles d'Hollywood, celles de Wall Street : aujourd'hui, les financiers ont pris le relais, prêts à débours des fortunes pour une suite dans l'un des six élégants Cinq Étoiles.

Mais qu'est-ce que ce nouveau Gotha peut bien trouver à Gstaad ? Avant tout, l'inestimable sensation de se sentir protégé : « Anonyme quand on veut, reconnu lorsqu'il faut ».



Les amateurs de calme et d'oxygène peuvent viser l'un des nombreux lacs de la région : celui d'Arnen, le lac Retaud ou celui de Seeberg. Le premier étincelle au milieu de paysages sauvages et boisés. C'est une retenue artificielle entourée de plusieurs sommets dont le Witteberghore et l'Arnehore. Le deuxième, bordé de sapins sombres, niché près du col du Pillon, offre une vue incomparable sur le glacier des Diablerets. Les eaux bleues et fraîches du troisième en font une destination prisée des marcheurs.