

Au coeur de la Suisse, l'Oberland, littéralement le "pays d'en haut", possède le plus grand glacier d'Europe, entouré par une pléiade de sommets de 4000 m. Ce haut lieu se prête très bien à la pratique du ski de randonnée.

Les itinéraires peuvent s'enchaîner au gré des envies à condition d'être suffisamment entraîné car les dimensions surprennent, les distances sont ici trompeuses. Mais quelles impressions ! Le regard embrasse à 360° une variété d'arêtes et de faces enneigées, dominant d'énormes fleuves de glace : l'ambiance est sans comparaison dans les Alpes.

[Oberland Bernois en 6 jours](#)

Les points forts du raid

L'ambiance hors du commun de ces immenses glaciers et hauts sommets. L'accès par le train de la Jungfrau, qui vaut à lui seul le détour.

Avantage Alta-Via

Mise à disposition du matériel de sécurité

Rendez-vous à 8h30 à Goppenstein dans la vallée du Rhône (ou à la gare de Spiez à 9h45) :

<https://maps.app.goo.gl/5r7WGzBw5qAnPzu97>

PROGRAMME AU JOUR LE JOUR

Jour 1 : Accès au Jungfraujoch 3454 m, descente jusqu'au refuge Konkordia 2850 m

Train pour Grindelwald. Télécabine puis train à crémaillère à travers la montagne mythique de l'Eiger jusqu'au fameux Jungfraujoch, 3454 m. Visite du site. Descente à skis du Jungfraujoch, la partie supérieure du plus grand glacier d'Europe, jusqu'à Konkordiaplatz, 2700 m. Montée par des échelles vertigineuses à Konkordiahütte, 2850 m. Vue imprenable sur le glacier d'Aletsch. Nuit à Konkordiahütte

+200 m -750 m. 2 heures de descente. 1/2 heure de montée

Jour 2 : Epaule du Grünegghorn 3778 m, refuge Konkordia 2850 m.

Montée de la Grünhornlücke, 3280 m, qui offre la vue sur le Finsteraarhorn, 4274 m. Après 200 mètres de descente sur l'itinéraire de montée, nous remettons les peaux pour monter le versant sud du Grünegghorn. A partir de 3500 m la pente devient plus raide pour atteindre l'épaule 3778 m du Grünegghorn. Descente par le même itinéraire sur Konkordiaplatz, 2700 m. Montée à Konkordiahütte, 2850 m. Nuit à Konkordiahütte

+1200 m -1000 m. 6 à 7 heures de ski.

Jour 3 : Gletscherjoch 3763 m, Hollandiahütte 3240 m

Après la descente des escaliers, traversée de Konkordiaplatz, 2700 m. Montée en pente douce du début du grand glacier d'Aletsch puis bifurcation à droite pour monter les pentes glaciaires entre le Gletscherhorn et l'Abni Flue. Descente sur le même versant pour rejoindre l'itinéraire du refuge Hollandia où nous passerons la nuit, 3240 m.

+1250 m, -850 m. 7 à 8 heures de ski.

Jour 4 : Ascension de l'Äbeni Flue 3962 m, descente du Lötschental sur Blatten

L'Äbeni Flue, 3962 m, est encore un sommet se prêtant parfaitement au ski. La très longue descente qui suivra nous mènera dans le Lötschental. Suivant l'enneigement nous aurons la possibilité de skier jusqu'à Blatten, 1550 m. Séparation à Goppenstein en milieu d'après midi.

+750 m -2400 m. 3 heures de montée. 6-7 heures au total.

Le programme reste indicatif, le guide pourra être amené à le modifier en fonction de la forme effective des participants, des conditions de la montagne et des conditions météorologiques du moment. Lorsque la météo s'avère moins bonne que prévue, le séjour ne sera pas interrompu mais le programme sera adapté par le guide. Seul le guide encadrant le séjour est à même de décider de la réalisation et de la poursuite ou non du programme ou de l'ascension.

NIVEAU REQUIS Une bonne condition physique est requise pour les dénivelés et les temps indiqués. Un bon niveau de ski hors-piste est recommandé, ainsi qu'une expérience de randonnée à skis. Ce raid est techniquement peu difficile. Les pentes ne sont jamais très raides, mais l'altitude est élevée. Certains courts passages peuvent nécessiter l'usage de matériel d'alpinisme (crampons, corde).

HÉBERGEMENT En dortoir de refuges de haute montagne gardés, avec des installations sanitaires très sommaires du fait de l'absence généralement constatée d'eau courante | www.alta-via.fr/refuges

ENCADREMENT par un guide de haute montagne | Maximum 6 personnes par guide

PHOTOS <https://www.alta-via.fr/guide/ski-oberland-photos.html>

DATES : de mi mars à mi mai.

Tarifs par personne 2025

Avec un guide en privé

Le guide juste pour vous, vous choisissez vos dates

- 1 . 170 € par personne si vous êtes 6
- 1 . 270 € par personne si vous êtes 5
- 1 . 420 € par personne si vous êtes 4
- 1 . 680 € par personne si vous êtes 3
- 2 . 180 € par personne si vous êtes 2
- 3 . 700 € seul avec le guide



Les tarifs sont calculés à partir des informations en notre possession à la date d'édition, sur la base du cours du franc suisse. Les tarifs sont révisables jusqu'à 30 jours du départ si le taux de change varie de plus de 4%, dans la limite de 10% du montant total.

INSCRIPTION en ligne www.alta-via.fr/form/0037 ou par mail.

Votre inscription à plus de 35 jours du départ doit être accompagnée d'un acompte de 30 % du montant total de l'inscription. Le solde devra être réglé au plus tard 35 jours avant la date de départ, sans rappel de notre part. Pour une inscription à moins de 35 jours du départ, le montant total du séjour devra être versé à l'inscription. Pour une inscription à moins de 15 jours du départ, le règlement sera réalisé par carte bancaire ou virement instantané.

Le prix comprend

- Encadrement par un guide de haute montagne
- Train de Goppenstein à Jungfrauoch
- 3 nuits en refuge de montagne en dortoirs
- Pension complète incluant les petits-déjeuners, les collations ou pique-niques de midi, les repas du soir, depuis le repas du premier soir jusqu'au pique-nique du dernier jour
- Bus au retour de Blatten à Goppenstein
- Programme comme indiqué
- Mise à disposition du matériel de sécurité (DVA, pelle, sonde, baudrier, crampons)

Le prix ne comprend pas

- Voyage aller et retour au lieu de rendez-vous
- Pique-nique du premier jour
- Boissons
- Barres céréales, chocolat, fruits secs
- Frais de parking à Goppenstein
- Tout ce qui ne figure pas dans « Le prix comprend ».

Frais à régler sur place par vous-même

- Boissons
- Frais de parking à Goppenstein

ASSURANCES à prévoir [Info Assurances](#)

Il est **fortement conseillé de posséder une assurance couvrant les frais d'annulation**. Il est **obligatoire d'être couvert en assistance, rapatriement, recherche et secours** pour participer à nos séjours et voyages : il appartient au participant de vérifier, en préalable à son inscription, les risques pour lesquels il est déjà couvert.

ASSURANCES PROPOSÉES PAR ALTA-VIA

- **Assistance - rapatriement - recherche et secours en montagne** : 1,5% du montant de l'inscription 
- **Assurance annulation** (pour causes graves seulement, ne couvre pas l'interruption de séjour) : 4,5% du montant de l'inscription 

ANNULATION / RÉOLUTION DU CONTRAT Le voyageur peut résoudre le contrat à tout moment avant le début du séjour, moyennant le paiement de frais de résolution prévus : www.alta-via.fr/cdv

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES ET SANITAIRES Carte nationale d'identité ou passeport valide pour la durée du séjour.

[Informations pour la Suisse](#)

Matériel utile et conseillé - Documents

Ski de rando et raids à ski

Copyright © 2025 Alta-Via.fr - Tous droits réservés



Pique-nique du premier jour	
Carte d'identité + Carte Vitale & Carte européenne de maladie (si concerné)	
Assurance assistance : téléphone et n° de contrat (si assurance hors Alta-Via)	
Moyen de paiement (espèces car les refuges n'acceptent pas tous les cartes)	
Sac à dos environ 30-35 litres avec fixations pour les skis	
* = disponible en location (en pack ou par item) :	
* Ski de randonnée ou free ride affûtés et fartés avec fixations de randonnée. Nous recommandons des skis assez larges mais légers avec fixations à inserts	
* Bâtons de ski avec de larges rondelles	
* Peaux autocollantes bien encollées et imprégnées d'imperméabilisant	
* Couteaux à neige	
* Chaussures de ski de randonnée (de préférence les vôtres)	
* Détecteur de victimes d'avalanche DVA avec piles neuves	
* Pelle à neige + Sonde à neige	
* Crampons légers adaptés et ajustés aux chaussures de ski	
* Piolet léger (sur avis du guide)	
* Baudrier + 1 mousqueton à vis + 1 longe + 1 broche à glace	
* Lampe frontale (légère)	
Gourde + Thermos	
Casque de ski de rando léger recommandé	
Lunettes de glacier (classe 4 recommandée) + Masque de ski	
Gros gants chauds imperméables + petits gants en fibre synthétique ou cuir	
Bonnet chaud + Tour de cou + Casquette ou bob	
Pantalon de randonnée à ski léger + sur pantalon (étanche pluie et vent) ou pantalon épais	
Pull-over chaud ou veste en fibre polaire ou veste soft-shell	
Veste doudoune fine et légère	

Veste fonctionnelle étanche à la pluie et au vent avec capuche enveloppante	
Tee-shirt ou chemise à manches longues technique et respirant	
Chaussettes de montagne ou de ski techniques	
Crème solaire + Crème de protection pour les lèvres	
Bandes adhésives et éventuellement crème AKILEÏNE® Nok (prévention des ampoules) + Médicaments personnels	
Papier toilette, mouchoirs en papier, lingettes	
Vivres de course (barres de céréales, énergétiques ou chocolatées, fruits secs)	
Pour le refuge, un kit de toilette le plus léger possible : petite brosse à dent, mini tube dentifrice, serviette compacte en microfibres	
Drap-sac de couchage (existe en soie 110g, polyester 260g, coton 400g ou en laine 400g) pour dormir dans les couvertures ou couettes fournies dans les refuges	
Protection d'oreiller (un simple carré de tissu ou linge léger suffit, ou un pull/veste/tee-shirt)	
Sous-vêtements de rechange (à limiter pour raison de poids du sac)	