

BUNDERSPITZ, BE

DE KANDERSTEG À ADELBODEN

LE BELVÉDÈRE DE L'OBERLAND BERNOIS EST UN VÉRI-TABLE RÉGAL, À L'ÉCART DU TOURISME DE MASSE.

La joie règne

La randonnée commence à la gare de Kandersteg, la commune où a grandi Adolf Ogi. En sortant du bâtiment de la gare, tournez à droite et suivez la rue qui se dirige vers le sud, entre la ligne de chemin de fer et la patinoire. Des panneaux indiquent le chemin vers la station inférieure du téléphérique Kandersteg-Allmenalp, que nous atteignons après 15 minutes de marche.

La cabine nous permet de franchir confortablement les 550 premiers mètres de dénivellation. La montée, le long de la paroi rocheuse vertigineuse, caressée par les rayons du soleil matinal, ne saurait être plus imposante. La via ferrata qui évolue le long des cascades est considérée comme étant l'une des plus belles et des plus populaires de Suisse. Cette région est également un eldorado pour les parapentistes.

Montagne panoramique par excellence

Une fois que nous avons retrouvé le sol ferme, le Chlyne Loner en point de mire, nous quittons l'Allmenalp en direction de l'ouest. Le sentier, évoluant d'abord en pente douce, devient progressivement un peu plus raide. Juste avant le Bundergrat, nous devons franchir un passage très raide et exposé sur quelques mètres. À peine 2 heures de marche sont nécessaires pour rejoindre la crête depuis la station supérieure. Pour profiter pleinement du panorama à 360 degrés, il faut encore franchir 100 mètres de dénivelé jusqu'au Bunderspitz. Les efforts nécessaires pour rejoindre le sommet plutôt arrondi du Bunderspitz sont loin d'être vains, car le panorama y est fantastique. Les géants de roche, notamment l'Altels, le Balmhorn ou la Blüemlisalp se dévoilent dans toute leur splendeur. Le Gasterntal, le lac d'Oeschinensee à l'est et la chaîne du Niesen au nord s'étendent sous nos yeux. Adelboden, le but de notre excursion, se dessine également au fond de l'Entschligetal.

Falaises, prairies et forêts

Aussi belle que soit notre halte prolongée près de la croix du sommet, notre impression ne nous trompe pas: la descente sera longue. Heureusement, nous évoluerons dans des terrains très variés. Quand nous sommes de nouveau sur le Bundergrat, les panneaux indiquent le chemin vers Adelboden. Au point 2114 (Bunderchummi), le sentier rejoint la Via Alpina, laquelle mène de Kandersteg à Adelboden, via le Bunderchrinde. Bientôt, les derniers passages plus raides sont surmontés et de douces prairies alpines remplacent le paysage rocheux acéré.





Après l'auberge de montagne de Bonderalp, le sentier traverse une forêt clairsemée. Au point 1297 (Bonderlen), nous rejoignons la route et notre itinéraire quitte celui de la Via Alpina. Au lieu de marcher sur l'asphalte, nous empruntons l'étroit sentier qui longe le ruisseau. Après environ 25 minutes, nous aurons rejoint l'arrêt de bus de Margeli. Dans l'après-midi, des bus relient Frutigen toutes les demi-heures. En attendant le bus, vous pouvez contempler à loisir l'imposant massif du Loner. Même si les jambes sont un peu fatiguées, la vue et l'effort en valaient la peine.

Valérie Chételat Giude de randonnée Mammut Alpine School

BUNDERSPITZ, BE



NATURE												
CULTURE												
FAMILLE												
CONDITION PHYSIQUE												
	J	F	М	A	М	J	J	A	S	0	N	D
SAISON												

KANDERSTEG - BUNDERSPITZ - BONDERALP - MARGELI

DÉPART Kandersteg

DESTINATION Adelboden

CARACTÉRISTIQUE Randonnée panoramique d'altitude de difficulté moyenne, pour les randonneurs au pied sûr

ARRIVÉE En train jusqu'à Kandersteg

RETOUR En bus au départ d'Adelboden, Margeli

ITINÉRAIRARE Kandersteg 1170 m d'alt. – station inférieure du téléphérique Allmenalp 1181 m d'alt. – Undere Allme 1725 m d'alt. – Obere Allme 2102 m d'alt. – Bundergrat 2456 m d'alt. – Bunderspitz 2546 m d'alt. – Bunderchumi 2113 m d'alt. – Bonderalp 1755 m d'alt. – Bonderlen 1297 m d'alt. – Margeli 1201 m d'alt.

DURÉE Env. 5 heures

DIFFICULTÉ T3

CARTES DE RANDONNÉE Carte de randonnée 263T Wildstrubel 1:50' 000 ou carte géographique 1247 Adelboden 1:25'000

DISTANCE 11 km

DÉNIVELLATION Montée 830 m, descente 1350 m

ÉQUIPEMENT Équipement ordinaire de randonnée en montagne, éventuellement bâtons de randonnée,

pique-nique

POSSIBILITÉS DE RESTAURATION Buvettes d'alpage sur l'Allmenalp et le Bonderalp

VARIANTE S'il vous reste suffisamment de temps et d'énergie, vous pouvez rejoindre le centre d'Adelboden plutôt que l'arrêt de bus de Margeli (montée supplémentaire de 25 min / 140 m). Pour cela, au point 1297 Bonderlen, suivez la Via Alpina (itinéraire n° 1) au lieu de longer le ruisseau jusqu'au pont de Margeli (Margelibrügg).

ASTUCE Si vos articulations l'exigent, vous pouvez franchir les derniers 600 mètres de descente en taxi (033 673 28 48, uniquement sur rendez-vous) depuis Bonderalp.

INFO www.kandersteg.ch, www.adelboden.ch, www.allmenalp.ch