



sanasports®

! Nombre de places limité !

Trek/Rando

Glaris-Grisons - Haute plaine de GREINA - Tessin

7-11 août 2025

Avec Bea et Jean Pfister

Rando partant de Glaris/Elm - (Col du Panix) - Grison (Haute Plaine de Greina) et arrivant au Tessin (Val Blenio)

7 août

Trajet Lausanne – Berne - Zurich - Ziegelbrücke - Elm

Nuitée à l'Hôtel Bergführer à Elm Chappelen avec demi-pension

Chambre simple ou chambre double à préciser lors de l'inscription



8 août

Elm – Wichlenalp – Panixerpass : montée 1550m – Panix/Pigniu : descente 1200m ; 22.2km

Passage sur le Col du PANIX à 2407 m d'altitude reliant Elm dans le Sernftal glaronais et Pigniu (all. Panix) dans la vallée grisonne du Rhin antérieur. Ce col permettait aux Glaronais de se rendre, pour le commerce du bétail et des marchandises, à Ilanz, au Valserberg, dans le Rheinwald. Début octobre 1799 l'armée du Général russe Souworow y subit de lourdes pertes à cause du froid.

Raccourci possible d'Elm à Wichlenalp : transport offert par l'Hôtel

montée 1270m ; descente 1160m ; 18,2 km,

Nuitée à Panix à l'Hôtel Alpina avec demi pension ; chambre multiple : 4 chambres avec 12 lits

Pas de transports de bagage entre Elm et Panix

Possibilité d'envoyer une valise 4-5 jours avant depuis chez vous à Panix/Pigniu laquelle sera transportée le lendemain à Surrein



9 août

Panix - Brigels -Trun - Rabiús/Surrein

montée 885m ; descente 1260m ; 24.5 km

Transport bagages Panix-Surrein : 10.-/bagage

Nuitée à l'Hôtel Greina Rabiús avec demi-pension ; chambre double ou chambre simple (douche à l'étage) à préciser lors de l'inscription

Les bagages expédiés à Panix et transportés à Rabiús devront être expédiés de Rabiús gare à la maison



10 août

Rabiús/Surrein - Val Sumvitg - Passo della Greina – Capanna Scaletta(cabane CAS)

Variante a) montée 1820m ; descente 525m ; 25km

Variante b) TP Car postal Rabiús/Surrein Stazion - Rincahaz Val Sumvitg; montée 1320m; descente 400m; 15km

Nuitée Capanna Scaletta en dortoir avec demi-pension

Pour information :

Supplément douche : 5.- et lunch 10.-

Sac de couchage obligatoire ; possibilité d'en acheter un jetable sur place : 7.-

Pas de transport de bagage entre Rabiús/Surrein et Capanna Scaletta



11 août

Capanna Scaletta - Campo Blenio

Variante a) direct par le Val Camandra ; montée 67m ; descente 1060m ; 9.5km

Variante b) via le col et la plaine de la Greina - Motterascio - Lago di Luzzone ; montée 390m ; descente 1380m ; 18.5 km

La haute plaine de la GREINA est une région de toundra alpine exceptionnelle. On la traverse avant de passer le col de la Greina pour accéder au val Blenio. A l'époque romaine, c'était déjà un lieu de passage important pour traverser les Alpes. Comme on ne peut y accéder qu'à pied, cette région est aujourd'hui encore un paysage naturel intact.

—> Retour: Campo Blenio - Biasca - Olten/Zurigo – Bern – Lausanne

Possibilité de retour le 12 août. A organiser par soi-même.

Coûts :

par personne pour les membres sanasports : CHF 1'186.00

par personne pour les non-membres sanasports : CHF 1'286.00

Supplément chambre simple Elm et Surrein CHF 60.-

Informations et réservations pour le transport de bagages gare/domicile - destination et retour sur commerce.cff.ch

**Compris dans le prix :**

Nuitées en chambre double ou multiple/dortoir et demi-pension

Accompagnement et organisation sanasports

Non-compris dans le prix :

Transports maison-Elm et Campo Blenio-maison et car postal variante b) du 10 août

Transport éventuel des bagages par les CFF

Chambre simple à Elm et Surrein

Pique-niques et boissons durant les excursions

Suppléments éventuels à la capanna Scaletta

**Inscription :**

dès aujourd'hui jusqu'au 5 Juillet

Acompte 50% pour confirmer son inscription solde au plus tard le 5 Juillet 2025

A verser sur le compte de sanasports en utilisant soit IBAN soit TWINT :

Banque Cantonale Vaudoise, Lausanne IBAN CH75 0076 7000 H 5470 9548

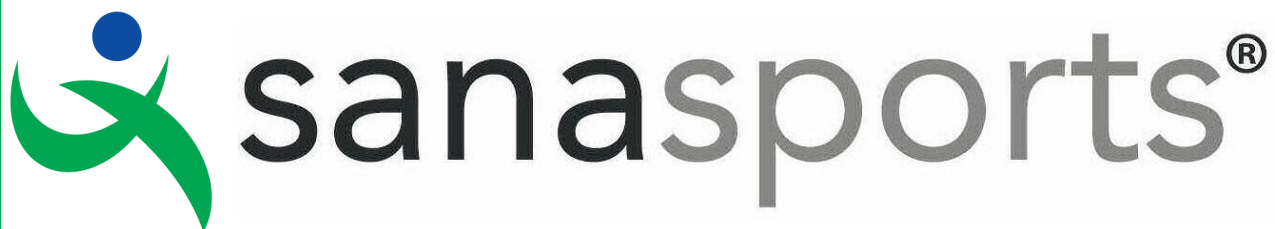
TWINT au numéro de téléphone sanasports : +41 79 695 03 03

Frais d'annulation :

jusqu'au 06.7.25 : CHF 150.-

jusqu'au 30.7.25 : CHF 300.-

dès le 31.7 la totalité de la finance d'inscription est due/conservée



En cas de météo défavorable, de danger(s) naturel(s) ou de manque de participants, sanasports se réserve la possibilité d'annuler le Trek. Dans ce cas la finance d'inscription sera intégralement remboursée

Informations

+41 79 695 03 03 - info@sanasports.ch

**Je m'inscris directement en ligne en cliquant sur :
www.sanasports.ch/activites/inscription-cours**

**Pensez à vérifier vos assurances
Annulation
Secours en montagne**

