

BALADES AUTOMNALES QUINZE ITINÉRAIRES FLAMBOYANTS

- Il est temps d'aller admirer la plus belle des saisons en marchant.
- Voici notre sélection de balades accessibles à tous dans tous les cantons romands et au-delà.

Texte **Jean de Preux**

TESSIN

La montagne des dieux ou la douceur du Sud

Selon la légende, Jésus y aurait fait halte avant de regagner le ciel. Il n'en fallait pas davantage pour que le San Salvatore, la montagne magique qui domine la baie de Lugano, devienne, dès le XIII^e siècle, un lieu de culte prisé des pèlerins, largement remplacés depuis par les touristes. Mais la montagne des dieux, elle, n'en a pas perdu son pouvoir d'attraction pour autant. C'est que le panorama qu'elle offre à ceux qui la gravissent est tout simplement exceptionnel. Il va des courbes du lac de Lugano à la plaine lombarde, en passant par une large partie des Alpes. Un paysage tout particulièrement flamboyant dans l'arrière-automne. Je vous propose de l'aborder depuis Ciona, un hameau des hauteurs de Lugano, accessible en moins d'un quart d'heure de bus du cœur de la cité tessinoise. Un très beau chemin à travers bois conduit en moins de quarante-cinq minutes et 200 mètres de dénivelé jusqu'à la petite église de San Salvatore et son toit panoramique. De là, vous pouvez regagner Lugano soit par l'histoire funiculaire construit en 1890 déjà, soit en moins d'une heure et demie de descente à travers forêts et vignes. Mon penchant pour la randonnée aurait tendance à vous suggérer de privilégier la marche!

Infos pratiques

Balade au départ du hameau de Ciona, sur les hauteurs de Lugano, à moins de 15 min en bus du centre-ville. Moins de 2 h 30 de montée puis de descente en passant par le mythique San Salvatore. www.cff.ch San Salvatore, la montagne des dieux www.montesansalvatore.ch



VALAIS

Au Mont de l'Arpille, balcon exceptionnel sur la vallée du Rhône

Il promettait du ski de novembre à mai, le projet mégalomane de ce promoteur belge qui, dans les années 1960, rêvait de transformer le plateau du Mont de l'Arpille, sur les hauteurs de Martigny, en une station touristique ultramoderne. On aurait dû y construire un golf, un altiport, une piscine, des terrains de tennis, une patinoire, une halle de curling, quelque 5000 lits répartis entre hôtels et appartements. Faute d'approvisionnement suffisant en eau, il n'en est rien resté. Pas même le télésiège qui, du col de la Forclaz, ralliait le mont jusqu'en 1977. Tout est parti en fumée ou a été démantelé, au très grand bénéfice d'une nature tout particulièrement à son avantage en automne. Une randonnée au départ du col de la Forclaz, à moins de quarante minutes en car postal de la gare de Martigny. Une boucle de trois bonnes heures de marche pour plus de 500 mètres de montée et autant de descente à travers sapins et mélèzes. Une succession de petits plateaux avec ici et là de minuscules points d'eau perdus au milieu de prairies sèches. Et, une fois arrivé au sommet de l'Arpille, une vue exceptionnelle sur toute la longueur de la vallée du Rhône, de Martigny jusqu'aux fameuses grandes oreilles de la station satellite de Loèche.

Infos pratiques

Balade au départ du col de la Forclaz, à 40 minutes en car postal de la gare de Martigny. Du col au Mont de l'Arpille retour, 3 heures de marche pour un dénivelé de plus de 500 mètres. www.postauto.ch Mont de l'Arpille www.ravoire.ch



VALAIS

Entre bisses et vignobles par-dessus la frontière linguistique

Les bisses, ces canaux d'irrigation si caractéristiques du Valais, auraient vu le jour à partir du XIII^e siècle, à l'issue de la terrible épidémie de peste qui ravagea l'Europe. A cette époque, on abandonne en effet progressivement l'agriculture céréalière au profit des pâturages et des prés de fauche, nettement plus gourmands en eau. Huit siècles plus tard, même si c'est désormais principalement comme parcours de randonnée, les bisses sont toujours là. Parmi les 300 kilomètres répertoriés, je vous propose d'emprunter celui qui, du village de Venthône, à vingt minutes en bus de la gare de Sierre, enjambe la frontière linguistique qui sépare Haut-Valais et Bas-Valais, pour rallier la commune viticole de Varen: trois heures et demie de marche à flanc de coteau sur la rive droite du Rhône via le bisse Neuf puis celui de Varen alimenté par la Raspille, le fameux torrent frontière. Si le début de la balade se fait à l'ombre de pins sylvestres, on traverse plus loin des pentes arides particulièrement colorées en automne. Elles sont notamment plantées de chênes pubescents et de genévriers. Un parcours qui offre de très belles perspectives sur la vallée du Rhône et ses sommets. De Varen, il faut compter vingt minutes de bus pour le retour à Sierre.

Infos pratiques

Balade de Venthône à Varen, via le bisse Neuf et le bisse de Varen. 3 h 30 de marche à flanc de coteau. Aller et retour en bus à la gare de Sierre. www.cff.ch Les bisses, ces canaux d'irrigation si caractéristiques du Valais www.valais.ch



VALAIS

Au pays lumineux des Bédjuis avec les mélèzes pour témoins

Rarement village aura été autant marqué par la pente. A tel point que les mauvaises langues disaient qu'il fallait y ferrer les poules pour éviter qu'elles ne dégringolent. C'est que, des siècles durant, Isérables, perché au-dessus de Riddes, dans la vallée du Rhône, n'a été accessible que par un sentier muletier. Ce n'est qu'en 1942 que le village suspendu, comme on l'appelle, a été réellement relié à la plaine par le biais d'un téléphérique. Isérables est le point de départ d'une des plus belles randonnées que l'on puisse faire en automne. A trente minutes en train puis téléphérique de la gare de Martigny, une boucle de moins de quatre heures avec tout de même 650 mètres de montée vous fait passer des érables flamboyants aux ors des mélèzes. Le chemin quitte les hauts d'Isérables, passe par le hameau des Crêteaux, pour filer à travers la forêt du Ban jusqu'à la hauteur du bisse de Saxon. Là s'étend l'alpage de Pra da Dzeu, une clairière d'exception où le conifère des princes règne en maître. Un espace qui fut l'objet de sérieux conflits entre les Bédjuis – le nom des habitants d'Isérables – et les gens de Nendaz, leurs voisins, avant qu'un accord n'intervienne enfin, au XIII^e siècle. Il est aujourd'hui un incomparable havre de paix.

Infos pratiques

Balade au départ du village d'Isérables, sur les hauteurs de Riddes. A 30 minutes en train et téléphérique de Martigny. Isérables-Pra da Dzeu et retour, une boucle de moins de 4 heures de marche. www.cff.ch La Fondation pour Isérables www.iserables.org



FRIBOURG

Sur la frontière des langues sous les écaïlles des Gastlosen

On est là au cœur d'une des plus étonnantes curiosités géologiques de Suisse, à la frontière des langues, entre Simmental et Gruyère. Il y a dix millions d'années, le redressement de la nappe calcaire va former les fameuses écaïlles des Gastlosen. Un massif de 15 kilomètres de long qui, selon la légende, serait toujours parcouru par le diable à la recherche de sa grand-mère, qu'il aurait projetée par erreur contre les rochers, une nuit de colère. Des sommets spectaculaires qui, du Gratflue aux Pucelles, n'ont rien à envier aux Dolomites. Un site particulièrement étincelant en automne que je vous propose d'aborder depuis le village de Jaun, à moins de quarante minutes de bus de la gare de Bulle. Il faut compter deux heures et quarante minutes de montée par un chemin parfaitement balisé pour atteindre le mythique Chalet du Soldat. Un établissement construit par le régiment fribourgeois d'infanterie de montagne 7, à la toute fin de la Seconde Guerre mondiale. Le retour sur Jaun peut se faire via la Stillwasserwald jusqu'à l'embranchement pour Chli Sattel, itinéraire à travers des couverts boisés qui offre de splendides coups d'œil sur la chaîne dentelée.

Infos pratiques

Balade au départ de Jaun, à 40 minutes de bus de la gare de Bulle. Une marche de 2 h 40 et plus de 800 mètres de dénivelé vers le Chalet du Soldat où l'on peut se restaurer. www.cff.ch www.chaletdusoldat.ch
Les Gastlosen, curiosité géologique
www.fribourgregion.ch
www.erlebnis-geologie.ch



FRIBOURG

Le long de la rive du lac de la Gruyère à travers feuillus et épineux

Mis en eau en 1948 à l'issue d'une votation épique, le lac de la Gruyère a transformé en profondeur le paysage de cette terre fribourgeoise. En entravant les eaux de la Sarine par un barrage, ce ne sont pas moins de 10 km² de terre qui vont être engloutis, contraignant notamment 150 habitants de quitter leur maison. C'est peut-être pour cette raison que, des décennies durant, on s'est méfié de ce plan d'eau. L'aménagement de ses rives interviendra bien plus tard et ce n'est que depuis 2008 qu'un sentier parfaitement équipé en fait le tour. Je vous propose d'en entamer sa découverte depuis Rossens, site du barrage, à moins de trente minutes en bus de la gare de Fribourg. Une balade de près de 15 kilomètres pour environ quatre heures et demie de marche jusqu'au village de Vuippens. Un parcours fait de petites descentes et montées à travers de très belles forêts de feuillus et d'épineux, avec dans les sous-bois de magnifiques coups d'œil sur le lac. A la hauteur de Pont-en-Ogoz, on fait face à l'île du même nom, petit bijou automnal. La randonnée se poursuit en suivant les méandres du plan d'eau pour s'en éloigner quelque peu à la hauteur de Gumefens, avant de retrouver les rives jusqu'à Vuippens. De là, on peut rallier la gare de Romont en quarante minutes de bus.

Infos pratiques
Balade au départ de Rossens, à 30 minutes en bus de Fribourg, jusqu'à Vuippens, à 40 minutes en bus de Romont. Environ 4 h 30 de marche pour 15 kilomètres. www.cff.ch
Le sentier du lac de Gruyère www.fribourgregion.ch



JURA

Des rives de la Scheulte à Vicum la romaine par la forêt du Rosé

Avant de redevenir alémanique en se jetant dans la Birse, la Scheulte, petite rivière née en terre soleuroise, est jurassienne pur sucre. C'est de ses rives à la hauteur de Vicques, village du val Terbi à moins de quinze minutes de bus de la gare de Delémont, que débute notre randonnée. Une boucle tout en douceur de moins de deux heures et demie de marche, au léger dénivelé. Du sud de Vicques, un chemin monte jusqu'à une croix en direction de la forêt, pour bifurquer ensuite à gauche vers le Pré Godat. De là, il suffit de poursuivre à travers la très belle forêt du Rosé pour rejoindre le chemin qui mène à Rebeuvelier. Le village traversé, la balade se poursuit en direction de Do la Baume, un très beau cirque rocheux percé de deux grottes. A l'entrée de la forêt, le sentier descend le long d'un pâturage boisé pour retrouver le chemin de campagne ramenant à Vicques. Au village, il vaut la peine de faire un petit crochet par les vestiges de Vicum, la villa gallo-romaine érigée là aux premiers siècles de notre ère. Une propriété de plus de 260 mètres de long pour 200 mètres de large, qui abritait granges, écuries et maison de maître, ce qui en faisait un véritable petit bourg.

Infos pratiques
Balade au départ du village de Vicques, dans le val Terbi, à 15 minutes en bus de la gare de Delémont. Une boucle – de Vicques à Vicques – de moins de 2 h 30 de marche au très léger dénivelé. www.cff.ch
Vicum, la villa gallo-romaine aux portes de Vicques www.val-terbi.ch



JURA

Au fil du Doubs, entre érables, ormes et tilleuls

C'est à un jet de pierre de la vallée de Joux, non loin de la commune française de Mouthé, dans une cavité du massif du Jura, que le Doubs prend sa source. A l'issue d'un parcours de près de 450 kilomètres en forme de gigantesque M, dont 85 en territoire helvétique, il va se jeter dans la Saône. Longer cette rivière souvent mystérieuse constitue un ravissement quelle que soit la saison. Mais, l'automne, le Doubs prend indéniablement une dimension supplémentaire. Je vous le propose sur sa portion jurassienne, entre les villages de Goumois et de Soubey: 13 kilomètres au fil de la rivière pour trois heures et vingt minutes de marche facile. Goumois, point de départ à moins d'une heure et demie de la gare de Neuchâtel en transports publics, est à cheval entre France et Suisse, mais notre balade restera sur la rive helvétique du Doubs. Une randonnée bordée de forêts pentues fraîches et humides, propices aux fougères langues de cerf, ce qui donne au sous-bois ces apparences de forêt vierge. Un espace boisé qui fait la part belle aux épicéas, certes, mais aussi aux érables sycomores, aux ormes et aux tilleuls. Peu avant d'arriver à Soubey et après avoir dépassé le moulin Jeannotat, la rive se fait plus aérée, plus douce. Depuis Soubey, en un peu plus d'une heure de bus et de train, on rejoint la gare de Delémont.

Infos pratiques
Balade au fil du Doubs entre Goumois, à 1 h 20 en transports publics de Neuchâtel, et Soubey, à 1 h 10 en bus et train de Delémont. 3 h 20 de marche facile. www.cff.ch
Au fil du Doubs www.schweizmobil.ch



GENÈVE

Dans les vignes de l'évêque, en pleine terre calviniste

En terre genevoise, avant la Réforme, les mandements désignaient l'ensemble des territoires que l'évêque s'était appropriés, principalement au gré des donations et saisies mais aussi de quelques acquisitions, cela au détriment des couvents. Un riche ensemble qui passe donc en mains des réformateurs dès 1536. Et, au gré des siècles, le mandement finit par désigner pour l'essentiel la partie viticole de ces propriétés. Un vignoble qui s'étend aujourd'hui sur plus de 860 hectares plantés notamment de chardonnay, de pinot noir et de garanoir. Autant de cépages qui, à l'automne, vont offrir une large palette de couleurs. Parmi les nombreuses manières de parcourir ce paysage, nous vous proposons un itinéraire qui débute de la gare de Satigny, à douze minutes en train de Cornavin. De là, direction les courbes des vignes via Bourdigny, Chouilly et ses très belles bâtisses, en descendant jusqu'à Peissy. On quitte momentanément le vignoble pour gagner les rives de l'Allondon. La rivière traversée, le chemin monte vers Dardagny et ses ceps à perte de vue, pour finir par gagner le promontoire de La Plaine, étape finale de cette randonnée.

Infos pratiques

Balade de 15 kilomètres pour près de 4 h de marche dans le vignoble du Mandement, au départ de la gare de Satigny jusqu'à la gare de La Plaine. Aller et retour en train vers Cornavin. www.cff.ch
Vignoble du Mandement www.cavedegeneve.ch

VAUD

De Bière à Yens, par le vallon de l'Aubonne et son Arboretum

Ca fera soixante ans l'an prochain que l'idée a germé dans la tête de René Badan, l'adjoint du Service des forêts de l'Etat de Vaud de l'époque: dénicher un site idéal pour y planter des arbres du monde entier! Cinq ans plus tard, l'aventure de l'Arboretum du vallon de l'Aubonne commence. Un espace de 130 hectares, dont 80 en forêt, désormais plantés de plus de 4000 espèces et variétés d'arbres issues des quatre coins de la planète. Enchanteur tout au long de l'année, le domaine est une véritable splendeur à l'automne tant ses nuances sont nombreuses. Pour l'approcher en douceur, je vous propose une balade au départ de Bière, que l'on rejoint en trente minutes de train au départ de Morges. Moins de trois heures de marche en pente douce à suivre le cours de l'Aubonne, avec, si le cœur vous en dit, une halte plus longue au cœur de l'Arboretum. Sur la fin de la balade, on quitte le parc botanique pour grimper en direction du village de Saint-Livres. Du bourg, la vue sur le Léman est magnifique. Le chemin se poursuit alors à travers champs et vignobles jusqu'à la gare de Yens, pour un retour en train vers Morges.

Infos pratiques

Balade au départ de la gare de Bière. 11 km pour moins de 3 heures de marche en pente douce à travers l'Arboretum du vallon de l'Aubonne puis Saint-Livres et Yens. www.cff.ch
Arboretum du vallon de l'Aubonne et ses 4000 variétés de plantes et d'arbres du monde entier www.arboretum.ch



VAUD

Dans l'intimité du Bois de Chêne, sur les hauteurs de Nyon

La échappé à l'appétit de l'armée qui, au tout début des années 1960, rêvait d'en faire un terrain d'exercice pour ses chars blindés. Son cœur – 36 de ses 130 hectares – est depuis classé en réserve intégrale et scientifique. Comme à toutes les saisons, le massif forestier du Bois de Chêne, sur les hauteurs de Nyon, mérite, en automne, une attention toute particulière. Atteignable en bus par Vich ou en train par Genolier depuis la gare de Nyon, cette réserve est le terrain rêvé pour le promeneur solitaire. Une boucle de deux heures de marche facile pour 6 kilomètres, que l'on peut rejoindre en tous points, offre une première approche de ce petit bijou. Une randonnée à travers clairières, prairies, forêts profondes aux allures de mangroves, en passant par la ferme-château autrefois propriété des seigneurs de Prangins. Une bâtisse accolée à un magnifique jardin potager qui abrite désormais les intendants de la réserve. Points d'orgue de cette randonnée, les marais et étangs, dont la Baigne aux Chevaux et le lac Vert, qui jalonnent le parcours. Une balade qui, en quelques pas seulement, vous fait passer de la sèche Provence aux mystérieux marais nordiques.

Infos pratiques

Balade de 2 heures de marche pour 6 kilomètres sur un parcours clairement réglementé, préservation de la réserve intégrale et scientifique oblige.
Au départ de Nyon en train depuis Genolier ou en bus depuis Vich. www.cff.ch
www.postauto.ch
Réserve du Bois de Chêne et sa fondation www.boisdechenes.ch



SOLEURE

En terre soleuroise, à la découverte de hêtres centenaires

Haut lieu de l'horlogerie, la région de Granges, dans le canton de Soleure, à quelques encablures de Bienne, est, depuis une petite année, inscrite au patrimoine mondial de l'humanité. Un privilège qu'elle ne doit pourtant pas à l'excellence de ses chronographes mais à la très grande valeur de ses forêts d'altitude. Un espace sylvicole de plus de 100 ha constitué en grande partie de hêtres centenaires comme il y en a de moins en moins en Europe. Une forêt qui a été préservée de toute exploitation depuis plusieurs décennies. Baptisé Bettlachstock, ce joyau se situe juste en contrebas d'une spectaculaire ligne de crêtes rocheuses abruptes si caractéristique du Jura plissé. Au départ d'Untergrenchenberg, à trente-cinq minutes de car postal de la gare CFF de Grenchen Süd, une boucle de moins de trois heures de marche offre un très bel aperçu de cette région d'exception. Une randonnée qui traverse d'abord des prairies d'altitude pour, depuis Obergrenchenberg, longer ensuite une falaise de plus de 2 kilomètres de long, jusqu'à l'intersection pour Oberes Brüggli, petite auberge de montagne située sous l'arête. De là, retour au point de départ à travers forêts et pâturages, en passant par Bettlachberg et Bützen, avec une vue plongeante sur la vallée de l'Aar, les Trois-Lacs et, plus au sud, la chaîne des Alpes.

Infos pratiques

Balade de moins de 3 heures de marche au départ d'Untergrenchenberg, à 35 minutes de car postal de la gare de Grenchen Süd. www.cff.ch Bettlachstock et sa forêt de hêtres centenaires inscrite au patrimoine mondial www.unesco.ch

GRISONS

Sur les pas de Nietzsche dans le Val Fex flamboyant

Visionnaires bien avant la lettre, en 1954 déjà, les habitants de Sils, en Engadine, décident de placer sous protection leur très cher Val Fex. A partir de cette date, seuls les caïèches en été et les traîneaux en hiver pourront emprunter ce qui fut des siècles durant le paradis des moutons. Une vallée à découvrir absolument à pied au départ de l'île bienheureuse que constitue le petit village de Sils-Maria, sur les rives du lac Silvaplana, situé à quinze minutes en bus de Saint-Moritz. En deux bonnes heures de marche en légère montée, et autant pour le retour, on va tutoyer le glacier Vadret da Fex. Le chemin débute par une petite gorge pour atteindre rapidement le hameau de Platta, puis celui de Crasta. Il faut sans hésiter y faire une halte pour découvrir les très belles fresques de sa petite église datant du XV^e siècle. C'est d'ailleurs là que repose à jamais le fameux chef d'orchestre Claudio Abbado. Sur les pas du philosophe Friedrich Nietzsche, qui en avait fait sa promenade préférée quand il séjournait dans la région, la randonnée, bordée d'arolles et de mélèzes, se poursuit en douceur jusqu'à Muot Selvas. Un avant-goût du paradis. A noter qu'une ancienne bergerie transformée en petit restaurant d'altitude attend les plus affamés.

Infos pratiques

Balade au départ de Sils-Maria, à 15 minutes en bus de Saint-Moritz. Un aller-retour jusqu'à Muot Selvas de 4 heures de marche en légère montée. www.graubuenden.ch Val Fex, en Haute-Engadine www.fextal.ch

NEUCHÂTEL

Des fontaines de Saint-Blaise à la tour médiévale du Landeron

L'été dernier, la crue du Ruau, ruisseau d'habitude paisible, les a mises à rude épreuve, mais les 12 fontaines de Saint-Blaise, ce charmant village du littoral neuchâtelois, ont résisté. En faire le tour constitue un excellent avant-goût de la balade proposée. Une randonnée d'un lac - Neuchâtel - à l'autre - Bienne - de moins de trois heures de marche facile entre forêts et vignobles, au pied de la montagne de Chaumont. De Saint-Blaise, qu'on rejoint en moins de cinq minutes en train de la gare de Neuchâtel, le chemin grimpe en direction de Cornaux, en passant sous les Roches de Châtollion puis les Champs Magnin. De là, le chemin se fait résolument viticole, longe les hauts de Cressier, pour filer à flanc de coteau en direction de La Neuveville. Le coup d'œil automnal sublimé par un vignoble en feu porte sur le canal de la Thielle, le Seeland et les Alpes bernoises en arrière-fond. Après cette furtive incursion en terre bernoise, la balade retrouve ses assises neuchâteloises en entrant dans le délicieux bourg médiéval du Landeron, unique commune du pays neuchâtelois riveraine du lac de Bienne. Un ensemble magnifiquement conservé, dont les premiers éléments remontent au XIII^e siècle déjà.

Infos pratiques

Balade au départ de Saint-Blaise, à moins de 5 minutes en train de la gare de Neuchâtel. Moins de 3 heures de marche facile jusqu'au Landeron. Retour à la gare de Neuchâtel en train en moins de 15 minutes. www.cff.ch www.saint-blaise.ch Le bourg médiéval du Landeron www.j3l.ch



NEUCHÂTEL

Dans les tourbières des Ponts-de-Martel et au-delà

Al'origine, elles constituaient tout simplement les plus vastes tourbières de Suisse, s'étendant sur plus de 1500 hectares. Mais, exploités des siècles durant et tout particulièrement au début du XX^e siècle, les hauts-marais des Ponts-de-Martel, dans les Montagnes neuchâteloises, placés sous protection depuis 1987, se sont réduits comme peau de chagrin. La végétation primaire ne couvre plus que 12% de la surface originelle. Une relique qui vaut pourtant largement le détour, tout particulièrement en automne. Le pourpre, le carmin, le jaune et le brun dominant alors, tout particulièrement le long du chemin didactique des tourbières aménagé par Pro Natura. Un parcours d'une petite heure de marche, au départ de la gare des Ponts-de-Martel, à découvrir sphaignes, linaigrettes, bruyères, aïrelles, plantes carnivores et bouleaux nains. Une balade dans le Marais Rouge pour aussi tout savoir sur l'exploitation de la tourbe qui permit aux habitants du lieu de se chauffer. Cette randonnée de base est accessible en quarante minutes de transports publics alliant train et bus au départ de Neuchâtel. On peut y ajouter une boucle de moins de deux heures sur les hauteurs des Ponts-de-Martel, avec une halte à la Pinte de la Petite-Joux, réputée pour ses brunchs du dimanche.

Infos pratiques

Balade à travers les tourbières du Marais Rouge. Une petite heure de marche au départ des Ponts-de-Martel, à laquelle on peut ajouter une boucle de moins de 2 heures en direction de Sommartel jusqu'à la Pinte de la Petite-Joux. www.cff.ch www.mdt-ne.ch