

# À la conquête des sommets autour d'Innsbruck: petites randonnées et grands moments

Quelle vue ! Se tenir au sommet d'une montagne est un sentiment incomparable et inspirant. On peut admirer une vue panoramique à couper le souffle tout en profitant de la chaleur des rayons du soleil et en respirant l'air frais de la montagne. Heureusement, cette expérience spectaculaire n'est pas nécessairement précédée d'une ascension épuisante : surtout à Innsbruck et dans les alentours. Ici, téléphériques et remontées mécaniques facilitent l'accès au sommet. Une fois là-haut, n'oubliez pas de prendre une photo et d'inscrire votre nom dans le livre d'or.

📅 20.06.2018    📍 Innsbruck    📖 *Reise, Seilbahnen, Sport - Wandern, Tourismus*    👤 Innsbruck Tourismus

Si vous souhaitez découvrir la diversité des montagnes tyroliennes dans un espace très restreint, Innsbruck est l'endroit idéal : les sommets escarpés du massif des Karwendel au nord contrastent avec les paysages en terrasses des moyennes montagnes tyroliennes dans la vallée de l'Inn, et les imposantes Alpes de Stubai et de Tux au sud. Autour d'Innsbruck, les massifs montagneux aux multiples facettes offrent des possibilités de randonnées riches et variées pour les amateurs de grand air et d'aventure. Un avantage unique et non des moindres : il n'y a que dans la région d'Innsbruck que l'on peut rejoindre les plus beaux points de vue sans marcher pendant des heures sur des sentiers difficiles et épuisants. L'excellente infrastructure et le nombre impressionnant de sites de randonnée, accessibles en remontées mécaniques, permettent aux randonneurs peu entraînés de vaincre les sommets.

## Rejoignez les sommets à prix avantageux avec la Welcome Card

Innsbruck donne un coup de pouce à tous les vacanciers impatients de partir à l'assaut des sommets. Sitôt arrivés, on leur remet à la réception un pass pour découvrir les joies de l'altitude. Dès la première nuit, la Welcome Card donne droit à 10 % de réduction sur le tarif normal des remontées mécaniques participantes pour une montée et une descente. À partir de trois nuits consécutives chez un partenaire de la Welcome Card Plus, l'accès gratuit à quatre remontées mécaniques est inclus : respectivement une montée et une descente gratuites avec le Drei-Seen-Bahn à Kühtai, le Muttereralmbahn (Mutters), l'Axamer Lizum Olympiabahn et le Rangger-Köpfl-Bahn (Oberperfuss). Le Patscherkofelbahn et les remontées Innsbrucker Nordkettenbahnen accordent une réduction de 25 %. Et pour ceux qui ont encore de la ressource après une journée en montagne bien remplie, la Welcome Card Tür donne accès à de nombreuses activités en extérieur ou à des manifestations culturelles. Pour plus d'informations sur la Welcome



📷 Le Nordkettenbahn

## Mots-clés

Été, Randonnée

## Contact médias

**Mag. Astrid Schösser-Pichler**

ProMedia

Brunecker Str. 1

6020 Innsbruck

t: +43 512 214004-13

m: +43 664 8342425



Card, rendez-vous sur : [www.innsbruck.info/welcome](http://www.innsbruck.info/welcome)

### **Idées d'excursions pour une expérience réussie**

**Karwendel – Hafelekarspitze – Nordkettenbahn** : le sommet de l'Hafelekar offre un panorama unique sur la ville et les montagnes. Après un trajet à bord des remontées mécaniques Nordkettenbahnen et une courte marche, on atteint le sommet facilement en ¼ d'heure par un sentier goudronné. En regardant vers le nord, on distingue le parc naturel du Karwendel : c'est le plus grand et le plus ancien site protégé du Tyrol et il englobe presque tout le massif des Karwendel, dont les chaînes de montagnes accidentées s'empilent les unes derrière les autres comme des vagues de pierre. En regardant en contrebas vers le sud, la vallée de l'Inn s'étend au pied des randonneurs - un contraste à la fois fascinant et saisissant.

#### **Informations sur la randonnée :**

Randonnée de courte durée offrant de beaux points de vue, adaptée aux débutants

Durée aller-retour : 30 min

Longueur : 1,5 km

Point de départ / d'arrivée : station amont Hafelekar

Altitude : de 2269 m à 2334 m

Dénivelé en montée : env. 65 m

[www.nordkette.com/de/](http://www.nordkette.com/de/)

**Sommet du Patscherkofel – Patscherkofelbahn** : au sud de la ville, le Patscherkofel est également un lieu de randonnée idéal pour petits et grands. Le nouveau Patscherkofelbahn vous conduit sans effort jusqu'à la station amont à 1965 mètres d'altitude. Puis, poursuite de la randonnée à pied en direction du sommet, avec l'antenne radio caractéristique en ligne de mire. En un peu plus d'une heure, on atteint le sommet par un sentier panoramique facile d'accès de trois kilomètres de long. Comptant parmi les classiques du genre au Tyrol, ce sentier très prisé par les marcheurs traverse une des plus vastes et des plus anciennes forêts de pins cembro en Europe. Une fois le sommet atteint, il est temps de s'offrir une petite halte gastronomique tyrolienne au restaurant d'altitude.

#### **Informations sur la randonnée :**

Circuit panoramique avec une magnifique flore alpine pour les amateurs de randonnée en montagne.

Durée aller-retour : 2h30

[www.newsroom.pr](http://www.newsroom.pr)

[astrid.schoesser@pro.media](mailto:astrid.schoesser@pro.media)

### **Contact pour toutes demandes et informations**

**Colette Verra**

Innsbruck Tourismus

Burggraben 3

6020 Innsbruck

t: +43 512 53 56 - 506

[www.innsbruck.info](http://www.innsbruck.info)

[c.verra@innsbruck.info](mailto:c.verra@innsbruck.info)

**INNS'  
BRUCK**

Longueur : 6 km

Point de départ / d'arrivée : station amont du Patscherkofel

Altitude : de 1952 m à 2248 m

Dénivelé en montée : env. 300 m

[www.patscherkofelbahn.at](http://www.patscherkofelbahn.at)

**Rangger Köpfl – télécabine Peter-Anich** : avec son sommet en forme de dôme, le Rangger Köpfl est le paradis des randonneurs. La télécabine ultra moderne Peter Anich vous conduit directement d'Oberperfuss à Stigleith en quelques minutes. De là, vous pouvez prendre le train Peter-Anich Bahn II jusqu'au Sulzstich. Situé dans un endroit idyllique au bord du lac d'accumulation, le refuge du Sulzstich et sa vaste terrasse ensoleillée vous invite à faire une petite pause. Le sommet du Rangger Köpfl n'est plus très loin. Du haut de ses 1939 mètres, il offre une vue impressionnante sur les alentours. Cette montagne remarquable a beaucoup à offrir aux amateurs de grand air : des randonnées plus ou moins longues, des sentiers adaptés aux poussettes ou encore la montée des roses sauvages (Almrosensteig) le long du ruisseau Lichtbach.

#### **Informations sur la randonnée :**

Almendorf, sommet panoramique – randonnée familiale ambitieuse

Durée aller-retour : 3h30

Longueur : 10 km

Point de départ / d'arrivée : Stigleith, station intermédiaire du téléphérique Peter-Anich

Altitude : de 1360 m à 1939 m

Dénivelé en montée : env. 650 m

[www.rangger-koepfl.at](http://www.rangger-koepfl.at)

**Kalkkögel et Nockspitze – remontées du Birgitzköpfl** : les randonneurs peuvent emprunter les remontées du Birgitzköpfl depuis la station Axamer Lizum. Au départ de la station amont / du restaurant Birgitzköpflhaus, un chemin balisé à travers les pins et les éboulis mène jusqu'au sommet de la Nockspitze le long de pentes herbeuses. En arrivant au sommet, les amateurs de randonnée au grand air découvrent deux superbes croix. Avant de partir, pensez à vous renseigner à l'office du tourisme sur les horaires d'ouverture des remontées du Birgitzköpfl.

#### **Informations sur la randonnée :**

Un parcours offrant de belles perspectives pour les amateurs de randonnée en montagne.

Durée aller-retour : 2h30

Longueur : 7,2 km

Point de départ / d'arrivée : Birgitzköpflhaus

Altitude : de 2039 m à 2404 m

Dénivelé en montée : env. 350 m

**La région d'Innsbruck est aussi idéale pour ceux qui souhaitent se lancer à l'assaut de leurs premiers sommets « sans assistance » :**

**Alpes du Stubai – Faltegartenköpfl :** Le Faltegartenköpfl offre également une magnifique vue panoramique - sans longues montées. Le Haiminger Sattelle constitue un point de départ idéal. De là, on atteint rapidement le refuge Feldringalm, qui accueille les randonneurs affamés avec des spécialités locales et de délicieux petits plats faits maison. Le sentier traverse les alpages idylliques de Feldringer Böden jusqu'à la croix située au sommet, visible de loin. Ce sentier distrayant est bordé de forêts de pins cembro, de somptueux pâturages de montagne, de roses alpines à perte de vue et de myrtilles. Les randonneurs attentifs peuvent aussi apercevoir des marmottes ici et là. Une fois au sommet, vous êtes récompensé par une vue absolument époustouflante sur la vallée de l'Inn, la chaîne de Mieming, la Zugspitze et au sud l'Acherkogel, sommet de plus de 3000 m le plus septentrional d'Europe.

**Informations sur la randonnée :**

De magnifiques forêts de pins cembro et des roses alpines à perte de vue avec des points de vue uniques, pour ce parcours dédié aux familles et aux amateurs de randonnée

Durée aller-retour : 3h30

Longueur : 9 km

Point de départ / d'arrivée : Haiminger Sattelle

Altitude : de 1697 m à 2184 m

Dénivelé en montée : env. 500 m

**Chaîne de Mieming – Simmering :** au départ d'Obsteig, on peut rejoindre le plateau de Simmering par l'Alpsteig, plus court mais plus raide, ou par l'Almstraße, plus longue mais nettement moins abrupte. Les deux sentiers mènent au Simmeringalm. L'agréable pâturage ainsi que la vue sur la chaîne de Mieming et le Wetterstein invitent à s'attarder et à profiter de l'instant. La plateforme panoramique de Simmering offre également une vue impressionnante sur la vallée de l'Inn, le plateau de Mieming et les chaînes de montagnes du centre de la vallée supérieure de l'Inn. Le bout de chemin restant de l'alpage jusqu'à la croix au sommet, à 2000 mètres d'altitude, mène les randonneurs à travers un tapis de fleurs absolument paradisiaque.

**Informations sur la randonnée :**

Paysage en plateaux au-dessus de la lisière de la forêt pour les amateurs de randonnée

Durée aller-retour : 5h30

Longueur : 15 km

Point de départ / d'arrivée : parking Grünberg

Altitude : de 1031 m à 2078 m

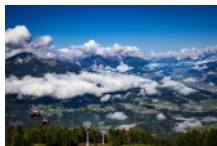
Dénivelé en montée : env. 1100 m

## Photos, 300 dpi



Le Nordkettenbahn

TVB Innsbruck/Christof Lackner



Le Patscherkofelbahn

Patscherkofelbahn Betriebs GmbH



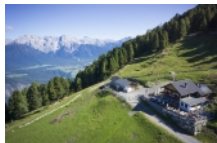
Le Nordkette et le Kalkkögel en retrait.

TVB Innsbruck/Helga Andreatta



Le lever du soleil à Nockspitze.

TVB Innsbruck/Helga Andreatta



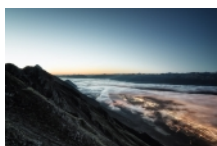
Le Feldringalm à vallée d'Ötz

Ötztal Tourismus



Le vallée d'Inn

TVB Innsbruck/Moser



Le Nordkette

[www.guentheregger.at](http://www.guentheregger.at)

ProMedia