**LES MONTEES DU PLAISIR**

**« Derrière l’arbre se cache la forêt » affirme le dicton populaire. C’est donc en délaissant les plus fameux sommets de l’arc alpin helvétique que L’illustré est parti à la découverte d’éminences, d’arêtes, de pointes et de pitons, certes plus modestes, mais qui peuvent être facilement gravis en une petite journée de randonnée, quitte à se faire aider ici ou là par une remontée mécanique idéalement située. Préservation de la planète (et de ses sommets !) oblige, la départ (et l’arrivée…) de toutes ces bucoliques escapades est aisément accessible par les transports en commun.**

De la combe à la crête.

Le Chasseral (1600 m)

Que ceux qui pensent que le Jura n’est bâti que de montagnes à vaches empoignent croquenots et knickerbocker et se lancent à l’assaut du Chasseral, emblématique sommet du Jura bernois et plaisant prétexte à la traversée d’une des plus sauvages réserves naturelles de Suisse.

Émotions garanties pour cette randonnée assez sportive mais pleine de charmes et de contrastes. On part de Saint-Imier, cité de l’horlogerie et des énergies par un petit chemin trompeur qui s’élève en pente douce jusqu’au pied de la Combe Grède.   
Au premier abord, cette falaise de calcaire revêtue d’une végétation dense paraît infranchissable. Et le sentier qui emprunte le fonds d’un ravin boisé ressemble plus au lit d’un torrent qu’à un chemin de randonnée. Mais en réalité, l’itinéraire qui grimpe sec, est très bien aménagé et équipé d’échelles métalliques sur les sections les plus raides.   
Tôt le matin, vous aurez sans doute la chance d’apercevoir à l’ombre de la futaie, une des 28 espèces d’oiseaux dénombrées dans la combe en 1988 par un chercheur de l’Université de Berne, voire un descendant de la harde de 25 chamois lâchés dans cette réserve naturelle dans les années cinquante. A moins qu’une marmotte ne vous siffle au passage du Pré aux Auges.  
 Le signal pour un changement de décor complet, la hêtraie-sapinière laissant la place à de verts pâturages piquetés de chardons, de benoîte des ruisseaux et de géraniums des bois. Les plus attentifs découvriront peut-être au long de la large boucle menant au sommet dénudé du Chasseral, une des vingt variétés d’orchidées recensées sans ces pâturages. Les assoiffés, eux, pourront faire le plein à la métairie de Morat avant d’aborder la dernière petite grimpette du jour.   
Car arrivé au somment du Chasseral qui dévoile par temps clair un panorama somptueux sur le plateau de Diesse, le Plateau suisse, les trois lacs et la chaîne des Alpes, vous n’aurez plus que de la descente: d’abord vers la métairie Frienisberg pour ceux qui auraient oublier leur pique-nique, ensuite vers Nods par un agréable sentier à travers pâturages.

**Pratique**

* Longueur de la balade : 14 km
* Montées : 900 m
* Descentes : 820 m
* Temps de marche : 4 h 45 min
* Alternative : monter au Chasseral depuis Nods (3 h 50 en passant par la métairie du Bois Raigel).
* Accès : Aller: Train CFF jusqu’à Saint-Imier via Neuchâtel et La Chaux-de-Fonds (1 h 45 depuis Lausanne) ; Retour : Car postal Nods-Le Landeron, puis train CFF (environ 2 h jusqu’à Lausanne).
* A ne pas manquer : *Le Musée Longines à Saint-Imier :* entièrement rénové en 2017, des plus belles épopées de l’horlogerie suisse. [www.longines.com](http://www.longines.com)
* Pour se restaurer : *La Métairie de Dombresson, Frienisberg*: une authentique auberge d’alpage avec pain, cochonnailles et fondue maison, recommandée par Claude Frôté, le chef du Bocca à Saint-Blaise (à 15 minutes à pied du sommet du Chasseral, tél. 032 751 20 10).
* Renseignements : Jura Bernois Tourisme, 032 494 53 43, [www.jurabernois.ch](http://www.jurabernois.ch)

A la rencontre des vénérables

La Dent de Nendaz (2463 m)

Objectif premier de cette randonnée modulable en fonction de la forme physique et de l’envie des participants, rendre une petite visite aux plus grands et plus vieux mélèzes d’Europe, sur l’alpe de Balavaux, entre Haute-Nendaz et Isérables.

Ils sont plus de deux-cent cinquante à se dresser, hiératiques, sur le pâturage. Les mélèzes les plus jeunes ont deux ou trois siècles. Une broutille, comparé aux plus âgés qui frôlent le millénaire ! L’un d’entre eux, un vénérable solitaire, affiche un tour de taille de plus de 14 mètres. Sept personnes se tenant par la main peinent à enserrer le tronc ! Et à l’automne, lorsque tous revêtent leurs habits de lumière, la forêt semblent en feu…  
Pour les admirer, les plus courageux se rendront à Balavaux à pied depuis Haute-Nendaz, ce qui rajoute 2 h de marche et un dénivelé de 800 m à l’option moyenne présentée sur la fiche pratique ci-dessous. Les plus flemmards, eux, emprunteront la télécabine jusqu’à Tracouet et feront l’impasse sur la montée à la Dent de Nendaz (dommage, le panorama depuis le sommet est exceptionnel !) pour aller directement se goberger à la Cabane de Balavaux en admirant les mélèzes depuis la terrasse.   
Mais tout ce petit monde devra impérativement se retrouver pour la descente vers Haute-Nendaz qui longe en partie le bisse de Saxon. Surnommé le « roi des bisses », l’ouvrage débuté en 1865 et mis en eau dix ans plus tard, est le plus long du Valais : 32 kilomètres. Abandonné en 1964, il a été en partie réhabilité à l’aube de ce millénaire.   
En fin de parcours, depuis Pra Da Dzeu, les randonneurs ont à nouveau deux possibilités: soit couper à travers Pra Da Dzeu et descendre directement dans la forêt par Ouché, soit continuer encore un bout sur le bisse de Saxon, traverser le pierrier de Dzerjonna, aller jusqu’à Sofleu et redescendre sur Haute-Nendaz. C’est un peu plus raide mais très joli.

**Pratique**

* Longueur de la balade : 13 km
* Montées : 250 m (en empruntant le téléphérique)
* Descentes : 1070 m
* Temps de marche : 4 h 30
* Alternative : accès par le téléphérique Riddes-Isérables
* Accès : Train CFF jusqu’à Sion, puis bus postal jusqu’à Haute-Nendaz

A ne pas manquer : Le SPA des Bisses : pour se remettre de ses efforts, 2 200 m2 d’installations intérieures et extérieures avec piscines, saunas, bains de vapeur et espace enfants (Tél. 027 611 11 30, www.hotelnendaz4vallees.ch/le-spa/le-spa-4-vallees

* Pour se restaurer : Cabane de Balavaux : mets du terroir en terrasse au cœur de la forêt de mélèzes (tél. 027 289 52 90)
* Renseignements : OT Nendaz, tél. 027 289 55 89, www.nendaz.ch

**Pratique**

* Longueur de la balade :
* Montées :
* Descentes :
* Temps de marche :
* Alternative :
* Accès :
* A ne pas manquer :
* Pour se restaurer :

**Pratique**

* Longueur de la balade :
* Montées :
* Descentes :
* Temps de marche :
* Alternative :
* Accès :
* A ne pas manquer :
* Pour se restaurer :
* Renseignements :
* Renseignements :

**Pratique**

* Longueur de la balade :
* Montées :
* Descentes :
* Temps de marche :
* Alternative :
* Accès :
* A ne pas manquer :
* Pour se restaurer :
* Renseignements :