

2021



Panorama Bike Route VTT N°2



Rebetez Daniel

20.09.2021



Table des matières

Synthèse chiffrée de mes étapes (parfois plus longues pour étapes 11, 12 et 13) :	3
Etape 1+2/14 : Mardi 20.7.2021 Saint-Gall -> Weissbad	4
Etape 3/14 : Mercredi 21.7.2021 Weissbad ->Alt Sankt Johann	4
Etape 4/14 Jeudi 22.7.2021 ALT Sankt Johann -> Niederurnen	5
Etape 5/14 Vendredi 23.7.2021 Niederurnen -> Einsiedeln	5
Etape 6/14 : Samedi 24.7.2021 Einsiedeln -> Schwytz (Seewen)	5
Etape 7/14 : Mardi 10.8.2021 Schwytz (Seewen) -> Giswil (Obwald)	6
Etape 8/14 : Mercredi 11.8.2021 Giswil (Obwald) -> Sörenberg (Lucerne)	6
Etape 9/14 : Jeudi 12.8.2021 Sörenberg (Lucerne) -> Beatenberg (Berne)	7
Etape 10/14 : Vendredi 13.8.2021 Beatenberg (Berne) -> Thoue (Berne)	7
Etape 11/14 : Samedi 14.8.2021 Thoue (Berne) -> Lac noir -> Fribourg	7
Etape 12/14 : Mercredi 16.8.2021 Lac noir -> Charmey	8
Etape 13/14 : Samedi 21.8.2021 Charmey -> Les Paccots	8
Etape 14/14 : Samedi 28.8.2021 Les Paccots -> Montreux	8
Saint-Gall -> Weissbad (Appenzell)	12
Weissbad (Appenzell) -> Alt Sankt Johann (SG-Toggenburg)	20
Alt Sankt Johann (SG-Toggenburg) -> Niederurnen (Glaris)	31
Niederurnen (Glaris) -> Einsiedeln (Schwytz)	37
Einsiedeln (Schwytz) -> Seewen (Schwytz)	47
Seewen (Schwytz) -> Giswil (Obwald)	56
Giswil (Obwald) -> Sörenberg (Lucerne)	62
Sörenberg (Lucerne) -> Beatenberg (Berne)	67
Beatenberg (Berne) -> Thoue (Berne)	76
Thoue (Berne) -> Lac noir -> Fribourg	85
Lac noir -> Charmey	97
Charmey (Fribourg) -> Les Paccots (Fribourg)	104
Les Paccots (Fribourg) -> Montreux (Vaud)	110

Imprimé le 20.09.2021

Vous pouvez consulter le site web <https://velo.vouloir-reussir.com> et avoir ainsi plusieurs heures de video sur le tour au complet à vous mettre sous la pupille ou sous la pédale...

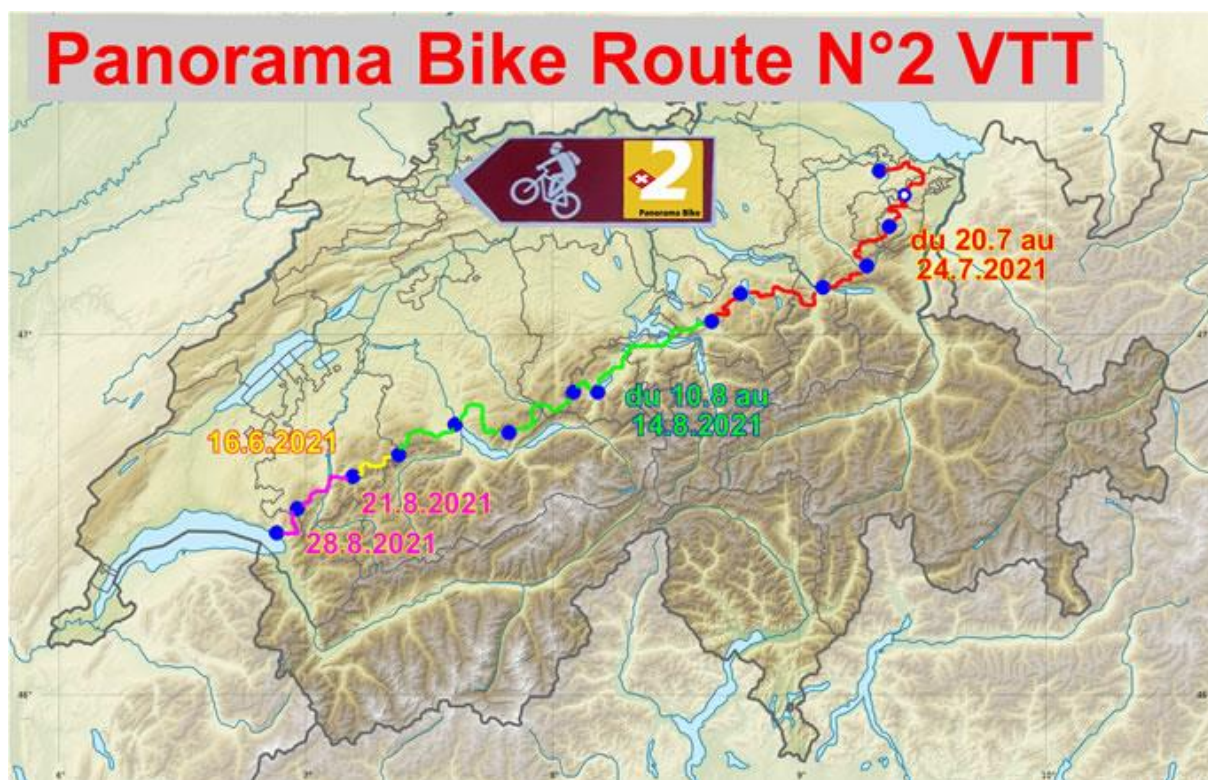
Le présent document peut aussi être téléchargé du site web, depuis la rubrique de « Panorama bike route N°2 » - « Synthèse panorama bike N°2 » et/ou aussi depuis la rubrique « Le livre du site en pdf ».



La condition pour que ce livre soit partagé avec quiconque est que le demandeur soit un passionné de vélo, de ce fait il aura de la considération pour les challenges qui à priori peuvent paraître inutiles mais comme dit le dicton, « c'est encore plus beau lorsque c'est inutile... » mais chacun sait que l'inutile a des raisons que la raison ignore... 😊

Daniel Rebetez

Synthèse de la "Panorama bike Route VTT N°2"



Synthèse chiffrée de mes étapes (parfois plus longues pour étapes 11, 12 et 13) :

		T. P.	distance en km	dénivelée en m	Difficulté Garmin	temps de selle	temps de l'étape	transport	logement	nourriture
5 jours consécutifs	Saint-Gall -> Wiessbad (modifiée)	Etape 1+2	58.4	1374	150	5h06	6h38	66.00 fr.	95.00 fr.	35.00 fr.
	Wiessbad -> Alt St Johann	Etape 3	28.1	1118	130.7	3h27	4h30	---	65.00 fr.	32.00 fr.
	Alt St Johann -> Niederurnen	Etape 4	26.2	669	85.4	2h05	2h49	---	69.00 fr.	45.00 fr.
	Niederurnen -> Einsiedeln	Etape 5	41.2	1640	216.7	4h38	6h47	---	138.00 fr.	40.00 fr.
	Einsiedeln -> Schwytz	Etape 6	26.9	590	63.6	2h06	2h42	51.00 fr.	---	22.30 fr.
5 jours consécutifs	Schwytz -> Giswil	Etape 7	60	1057	126.5	4h21	6h22	49.00 fr.	95.00 fr.	30.00 fr.
	Giswil -> Sörenberg	Etape 8	22.53	1116	119.9	2h33	3h04	---	132.00 fr.	35.00 fr.
	Sörenberg -> Beatenberg	Etape 9	42.26	1274	149.7	3h45	6h25	---	81.00 fr.	40.00 fr.
	Beatenberg -> Thoune	Etape 10	44	597	79.7	2h54	4h28	---	72.00 fr.	40.00 fr.
	Thoune -> lac noir -> Fribourg ++	Etape 11	80	1571	195.9	5h54	8h45	26.00 fr.	---	20.00 fr.
1 jour	lac noir -> Charmey ++	Etape 12	38.75	1004	118	3h20	4h20	25.00 fr.	---	8.00 fr.
1 jour	Charmey -> Les Pacots ++	Etape 13	82.5	1716	184.7	5h59	8h01	20.00 fr.	---	5.00 fr.
1 jour	Les Pacots -> Montreux	Etape 14	34.1	686	96.7	2h37	3h46	61.00 fr.	---	2.70 fr.
moyenne			45.0	1108.6				298.00 fr.	747.00 fr.	355.00 fr.
totaux:			584.94	14412				total: 1 400.00 fr.		

T. : Technique / P.: Physique

Facile Moyen Difficile

Les étapes avec ++ sont des étapes ayant été rallongées par rapport à l'étape officielle, pour des aspects pratiques personnels.

Néanmoins, le tracé de la "Panorama Bike" a toujours été fidèlement respecté à 100%, excepté le bout Saint-Gall->Eggersriet.

La première étape (modifiée) a pris depuis Saint-Gall au lieu de Rorschach pour une raison personnelle.

Pour se faire une idée de l'échelle de la "Difficulté Garmin", 4h28' de selle lors de la montée à Chasseral par Clêmesin (Peseux-Fenin-Clêmesin-Les Bugnenets-Chasseral-Enges-Neuchâtel-Peseux) avec 1619 m de dénivelée et 63 km donne une difficulté Garmin de 165,2.

Remarque : Les photos liées aux étapes dans la page ci-dessous indiquent les endroits où j'ai dormi mais ne synthétise en rien les panoramas de l'étape. Pour ceci atteindre les pages liées aux étapes dont les liens hypertexte sont insérés dans les titres de l'étape et dans le parcours de la carte des 14 étapes.

Etape 1+2/14 : Mardi 20.7.2021 Saint-Gall -> Weissbad



Déplacement en train de Neuchâtel, départ 6h58 avec réservation obligatoire dans l'intercity jusqu'à Saint-Gall directe et via Zürich sans changement.

A la base, la 1ère étape part depuis Rorschach mais vu que je voulais faire une petite visite de la vieille ville de Saint-Gall, j'ai décidé de partir du terminus de l'intercity et de rejoindre la Panorama bike à Eggersriet.

De plus les logements au terme officiel de l'étape soit Appenzell n'étant pas disponibles, j'ai poussé jusqu'à Weissbad qui était sur l'étape du lendemain.

Etablissement Loosmühle où j'ai passé la nuit : CHF 95.- avec un petit déjeuner très correct.

Etape 3/14 : Mercredi 21.7.2021 Weissbad -> Alt Sankt Johann



Départ depuis Weissbad en direction du massif du Säntis "Das Berg" par un chemin de campagne qui se transforme en chemin forestier rocailleux dont la pente devient sérieuse et constante pour arriver dans des alpages au pied du Säntis. C'est la première côte de la journée suivie d'une descente au sommet du col routier de Schwägalp.

La capitalisation des dénivelées va fondre comme neige au soleil dans une descente me menant au pied du Risipass un col de muletier car inroulable jusqu'au sommet bien que le début soit un chemin bitumeux se transformant en chemin rocailleux de

plus en plus raide pour finir en un sentier où la poussée est indispensable. Le passage vers un petit resto d'alpage marque presque la fin de l'ascension. Il reste encore 1 km environ pour rejoindre le sommet du col du Risipass. Ensuite c'est la descente sur Stein qui est la fin d'étape officielle mais vu le manque d'hébergement, j'ai dû pousser jusqu'à Alt Sankt Johann chez "Corinne" la tenancière d'un B&B tip top propre en ordre à la suisse allemande... Le nom de l'hébergement est "Mailänderli im B&B Zimt-Stern"

Sonnenhalbstrasse 6, Alt Sankt Johann, Sankt Gallen 9656, pour la modique somme de 58,51 €, douche et toilette hors chambre. Petit déjeuner inclus tip top.

Etape 4/14 Jeudi 22.7.2021 ALt Sankt Johann -> Niederurnen



L'étape est facile mais demande quand même de se hisser au sommet du col du Vorder Höhi à 1537 m, ce n'est donc pas tout à fait gratuit, 669 m de dénivelée dans des pentes à 10-11% font payer le prix de l'ascension.

Depuis le sommet c'est une belle vue sur les montagnes du canton de Glaris et je reconnais le col du Kerenzerberg qui est en face de l'autre côté du lac de Walensee.

La descente est rapide et de plus dévoile le lac de Walensee avant d'arriver à Ziegelbruck puis Niederurnen où je trouve facilement mon hôtel du jour, l'hôtel Ochsen Hauptstrasse 1, Niederurnen, Niederurnen, Glaris, Suisse, 8867. Je dors pour la somme de CHF 69.- avec petit déjeuner correct.

Etape 5/14 Vendredi 23.7.2021 Niederurnen -> Einsiedeln



Jour de mes 62 ans pour l'étape la plus difficile de la "Panorama Bike" avec d'abord une montée sèche sur une route goudronnée qui mène à des alpages puis au passage du col de muletier du Rossweidhöchi à 1534 m.

Ensuite c'est une descente dans la vallée sur des chemins rocaillieux puis des champs avant de faire la montée du Sattellegg par des chemins rocaillieux.

Le sommet du Sattellegg que j'avais déjà fait par la route marque une belle descente sur le lac proche d'Einsiedeln dont je peux admirer le cloître qui s'offre à moi à 100 m de mon hôtel, qui était très bien mais relativement cher...pour ma fête ça valait bien une petite folie avec une bonne pizza sur une terrasse proche du cloître. Une journée difficile mais bien gérée.

Les coordonnées de l'hôtel sont : Boutique Hotel St. Georg Hauptstrasse 72, Einsiedeln, 8840, Suisse prix de la chambre CHF 138.- petit déjeuner inclus.

Etape 6/14 : Samedi 24.7.2021 Einsiedeln -> Schwytz (Seewen)

Après le suivi du bord de la rivière jusqu'à Alpthal par des chemins caillouteux puis la route, je peux me préparer à gravir le Haggenegg (1414 m) puis redescendre d'abord par un chemin de randonnée puis par un chemin de forêt et enfin par la route pour arriver dans des points de vue qui sont parmi les plus beaux rencontrés durant mes 5 étapes, une vue sur Schwytz, le lac des 4 cantons et le petit lac jouxtant Seewen. La gare de Schwytz n'existe pas il faut aller au petit village d'en dessous qui se nomme Seewen et de là j'ai pris un train régional jusqu'à Lucerne puis l'Euro-city jusqu'à Olten et enfin l'inter-city jusqu'à Neuchâtel.

Tout était parfait et à bien fonctionné durant ces 5 jours et le ciel a été très clément également.

Etape 7/14 : Mardi 10.8.2021 Schwytz (Seewen) -> Giswil (Obwald)



Et en avant pour la 2ème partie de la "Panorama Bike" saison 2021. Arrivé avec 20 minutes de retard sur l'horaire en gare de Schwytz (Seewen). Après avoir préparé mes gourdes mis en marche le GPS, je suis prêt pour commencer l'ascension partant à flanc de coteau non loin de la gare et allant me pousser sur les hauteurs pour avoir une vue imprenable sur les lacs des 4 cantons sur la gauche et Zug et Lauerz sur la droite.

Les paysages sont grandioses dans un décor de moyenne montagne d'où on voit les alpes et leur sommets enneigés.

Une première étape est passée après la traversée en ferry de Gersau à Beckeried. C'est ensuite une partie très roulante qui conduit à Sarnen puis via la rive droite du lac de Sarnen à Giswil, destination finale du jour.

Hébergement à Giswill, 079 120 46 07, Martin Buelow mais correspond à l'hôtel Krone, Brünigstrasse 92, Giswil, Obwalden 6074, CHF 79.- + CHF 12.- le déjeuner. Expérience faite cet hébergement n'est pas vraiment à conseiller car très humide et je ne m'y suis senti très bien au niveau des énergies, c'est peut-être personnel. Le soir j'ai piqueniqué car les 2 restaurants à proximité étaient un fermé pour cause de vacances et l'autre en jour de repos.

Etape 8/14 : Mercredi 11.8.2021 Giswil (Obwald) -> Sörenberg (Lucerne)



Le passage du col du Glaubenbiel est le challenge du jour. Seuls quelques kilomètres de détours par de petits chemins fait que nous ne sommes pas sur le tracé routier emprunté par de nombreux motards et voitures passant du côté de l'Entlebuch.

L'arrivée à Sörenberg se fait suite à la descente à vive allure du col et là c'est la rencontre avec un village qui doit son activité aux marcheurs l'été et aux skieurs l'hiver. La recherche de mon B&B du jour est facilité par mon GPS car il se cache bien à l'abri des regards mais tant mieux car c'est un petit coin de paradis à recommander pour tout un

chacun qui aime le calme la vue sur un poulailler et le cachet des chalets en bois. De plus la chambre était un petit appartement avec frigo, wifi, TV, foyer, cuisine bref la totale. Les oeufs frais des poules couleur locale au petit déjeuner n'enlevaient rien au charme du coin.

Hébergement au "Free Spirit Lodge", 041 488 03 33, Hinter Schönisei, 6174, Sörenberg hébergement à Sörenberg pour CHF 113.- + CHF 12.- de petit déjeuner. La "grandes classe", à conseiller fortement et les tenanciers sont très sympa. En service depuis 2015.

Etape 9/14 : Jeudi 12.8.2021 Sörenberg (Lucerne) -> Beatenberg (Berne)



L'étape du jour sera rallongée par rapport à ce que préconisait l'étape officielle qui allait jusqu'à Habkern. N'ayant pas trouvé où dormir à Habkern j'ai poussé jusqu'au Beatenberg faisant ainsi une bonne partie de la dénivelée du lendemain ce qui au bout du compte est mieux dans ce sens que l'inverse.

De plus après avoir pu admirer les chaînes de montagnes du côté de Sörenberg, le passage du côté du lac de Brienz et Thoune avec l'arrivée à la verticale d'Interlaken et vue sur les 3 bernoises a été émotionnellement le plus fort moment du tour au niveau de l'équilibre du paysage proposé...le bonheur total !

Hébergement à l'Hôtel REGINA, 033 841 22 66, au Beatenberg pour CHF 81.-. Un tenancier chinois propose des menus locaux mais surtout asiatiques et de bonne qualité. Préférer le boeuf suisse au poulet du Brésil pouvant contenir des traces d'antibiotiques...chacun son truc.

Etape 10/14 : Vendredi 13.8.2021 Beatenberg (Berne) -> Thoun (Berne)



L'étape du jour pourra être qualifiée de transition entre la plaisante, mais énergivore du jour précédent et la grosse étape du lendemain.

Les paysages sur le lac de Thoun et le Niesen sont somptueux et valent le coup d'oeil.

C'est un sentiment bizarre que de faire plus de descente que de montée dans une des étapes de la "Panorama Bike" qui ne m'avait pas habituée à cela.

"ALPHA THUN" Hébergement à Thoun
Gwattstrasse 4, 3604 Thun proche du Lachen

(Dürrenast) pour CHF 60.- + CHF 12.- de petit déjeuner. A conseiller comme hébergement, le personnel est sympa et à l'écoute du client, la chambre était parfaite sous les combles, mansardée et j'ai mangé un des meilleur "cordon bleu" bien que j'eus été le seul client (à 18h30 il est vrai), COVID oblige. C'est dommage car la terrasse était très spacieuse et conviviale.

Etape 11/14 : Samedi 14.8.2021 Thoun (Berne) -> Lac noir -> Fribourg

La dernière étape faite exceptionnellement à deux, mon ami Cédric m'ayant rejoint, allait être la plus difficile et la plus longue des 5 derniers jours avec l'ascension du col du Gurnigel par la forêt et ses chemins caillouteux puis le suivi des crêtes sur des nombreux singles ainsi que des descentes dans les champs puis sur des chemins de promeneurs qui procurent une conduite avec "effet stroboscopique" assez risquée il est vrai.



L'arrivée au lac noir par des sentiers de promeneurs depuis Zollhaus le long de la "Singine chaude" demande passablement d'effort et est casse-pattes.

Néanmoins le panorama proposé à notre arrivée en vaut le coup et c'est ici que s'achève la 11ème étape officielle de la "Panorama Bike".

Devant reprendre le train, pour Neuchâtel nous décidons de pousser la virée sur Fribourg par la route conventionnelle pour gagner en temps, Cédric ayant une activité familiale le soir même.

Le contrat a été rempli et nous avons tous deux validé que le techniquement difficile et physiquement difficile décrivant l'étape du jour sur le site officiel de suisse mobile était tout à fait justifié.

Etape 12/14 : Mercredi 16.6.2021 Lac noir -> Charmey

La fin d'année scolaire laisse quelques créneaux pour réaliser des sorties ponctuelles en semaine.

J'en ai profité pour réaliser l'ascension de l'Euschelspass qui part depuis le petit village de Jaun et qui fait le passage sur le lac noir. Ensuite s'offrait à moi "l'itinéraire N°12/14" de la "Route nationales N°2" nommée aussi « Panorama Bike ».

Cet itinéraire m'ayant été conseillé par un internaute avec lequel nous avons échangé quelques 'unes de nos belles virées, je m'attendais à du « solide ».

C'est en fait après avoir fait cette étape que j'ai mis le pied à l'étrier pour réaliser les 13 autres de la "Panorama Bike" VTT route nationale N°2.

Etape 13/14 : Samedi 21.8.2021 Charmey -> Les Paccots

L'étape officielle était déjà jugée difficile physiquement et techniquement moyenne mais j'en ai ajouté une couche en faisant un petit supplément de 400 m de dénivelée et 40 km.

Le fait était que Charmey semblait être moyennement desservi par le car et pas du tout par le train bien entendu. J'ai ainsi décidé de prendre l'option de faire un déplacement en voiture jusqu'à la Tour-de-Trême où je connaissais un endroit où laisser la voiture et puis de monter à Charmey pour ensuite en fin d'étape n'avoir "qu'à" revenir sur la Tour-de-Trême depuis les Paccots.

Le seul petit imprévu qui finalement était chouette et sympa c'est que la route était interdite aux vélos depuis Broc et un détournement allait être nécessaire par la forêt et un petit vallon. Je le ferai en compagnie d'un autre cycliste et nous avons pu échanger nos expérience et tours de vététistes...!

Etape 14/14 : Samedi 28.8.2021 Les Paccots -> Montreux

La dernière étape allait achever le magnifique parcours de la "Panorama Bike" à travers monts et vaux dans un écrin de paysages helvétiques tous plus chouettes les uns que les autres. Cette route est vraiment conseillée mais contrairement à ce que le mot "Panorama" peut avoir d'abordable à tous, je suis d'avis qu'il faut quand même que le cycliste qui s'élance sur un tel tracé ne va pas "se la couler douce"...:)

En effet la totalité des 14 étapes tutoie les 500 km et les 15'000 m de dénivelée...quand même et la norme des tronçons de montées est entre 10 et 14 % quotidiennement. Comme les étapes sont en altitude pour mieux dominer les paysages bien souvent lacustres, il faut toujours s'attendre à commencer la journée par un "béquet". L'aspect technique n'est pas à négliger non plus car il y a dans chaque étape plus ou moins de "single" et parfois scabreux en descente sur des chemins rocailloux. Faire le tracé par temps sec et avec un soleil resplendissant, c'est ce que j'ai fait et ce que je vous souhaite si le coeur vous dit de vous élancer dans l'aventure.

La "Panorama Bike" n'est pas une autoroute et je n'ai rencontré qu'à 3 reprises des cyclistes à 2 ou 3 qui faisaient plusieurs étapes en enfilade.

Si des vélos électriques voulaient s'y aventurer, il faut savoir qu'ils pourraient être péjorés dans les descentes techniques où la lourdeur du vélo n'est pas gage de mobilité.

De quoi était fait mon paquetage (5kg au dos) + 3kg de boisson dont 2kg dans le sac lors des expéditions pour la "Panorama Bike route VTT N°2"



Voici le sac "deuter 24 litres" que j'avais pris pour toutes les étapes de 2021. Il comportait une ceinture abdominale à clip et une attache à clip également au niveau du torse. L'erreur est de prendre un sac trop grand et de le remplir, 24 lt était l'idéal.

Options que j'ai prises et qui se sont avérées "coaching gagnant" :

- Choisir un créneau météo assurant le beau, c'est ESSENTIEL !
- Le choix des chaussures à clip n'a pas été pénalisant.
- Prendre suffisamment d'eau avec soi. La boisson est un paramètre vital. Dans certains alpages, on peut trouver des fontaines à vaches ou dans les villages également mais pour ma part je sécurise le côté boisson en prenant 3 litres avec, c'est un peu lourd mais c'est sécurisant.



- Dans la gourde, "Herbalife CR7" 4 sachets par jour. Tous les 15 minutes 3-4-5 truçées selon la difficulté, c'est une hygiène personnelle.
- 0, 2 ou 4 pastilles de magnésium quotidiennes si besoin pour éviter les crampes dues à une grande sudation en cas de forte chaleur, c'est une hygiène personnelle.
- Prendre un GPS Garmin c'est vraiment TOP, je le conseille.
- J'ai opté pour des pneus "tubless" qui permettent un bon confort (gonflés à 2,5 atmosphères) en évitant les crevaisons (mais pas les déchirements du pneu par des pierres qui peuvent être très tranchantes).

Voici le détail de mon paquetage pour le petit matériel :

- 1 paire de gant de vélo.
- 3 gourdes de 1 litre, 0,8 et 0,5.
- 1 caméra-guidon pour l'alimentation du site web.
- 1 GPS Garmin Edge 830 (la grande "classe...").
- 1 i-phone pour les Whatsapp du soir avec la famille et l'application géolocalisée suisse mobile.
- 1 étui de lunette avec lunette de soleil.
- 1 petite boîte à pastille pour le magnésium + anti-oxydant (dépend de chacun, hygiène personnelle)
- 1 port-monnaie avec carte d'identité, carte d'assurance, carte de crédit, carte REGA, postcard, Swisspass (le tout peut être stocké dans le mobile)
- Une mini pompe crochée au cadre du vélo.
- 4 sachets Herbalife CR7 par jour.
- 6 masques anti-COVID-19
- Des tampons auriculaires (contre les bruits nocturnes => primordiale).
- Des brossettes dentaires.
- 1 paquet de mouchoirs papiers pour aménager un anti-transpiration en avant du casque.
- 1 petite boîte plastique (style Tupperware) pour grouper les chargeurs de caméra et de i-phone (mobile) et GPS.
- 1 nécessaire, couteau lime cure-dent aussi plat que possible.
- 1 tube de crème Bepanthen contre les boutons dus à la selle (pas besoin de faire un dessin aux cyclistes) (dépend de chacun, hygiène personnelle)
- 1 flacon d'huile essentiel T-tree pour faire sécher les boutons si jamais.
- 1 brosse à dent.
- 1 petit tube de pâte dentifrice (Migros à moins de CHF 3.-).
- 1 stylo (pour signer les autographes en haut des cols....je plaisante...of course !).
- 3-4 dermaplast.
- 1/2 tube de crème solaire (indice 50) sans faire de réclame, celle de la Migros est parfaite pour moi, je me badigeonne une fois le matin et c'est ok pour la journée
- 1 petite pochette improvisée pour les affaires de toilette.

Voici le détail de mon paquetage pour les habits :

- 1 paire de chaussures avec clips.
- 1 casque.
- 1 liquette pour absorber la transpiration (j'ai une CRAFT elle est parfaite).
- 3 pulls de vélo courtes manches.
- 1 pull longue manches.
- 2 paires de sous-vêtements.

- 1 paire de calosse de bain multi-usage ("pyjama", "costard..." pour le souper du soir)
- 2 coupe-vent en cas de pluie également.
- 1 paire de bas de contention pour favoriser le retour veineux dans les jambes.
- 1 paire de cuissards de vélo renforcés au niveau de la selle.
- 2 paires de chaussettes.

En plus bien entendu, sous la selle j'avais un petit nécessaire pour réparation contenant une chambre à air pour pallier à un déchirement du pneu qui était "tubeless", un outils multiple classique, du lait tubeless, 1 paire de plaquette de frein de réserve (Shimano J03A).

Sans oublier...ma monture BMC carbone tout suspendu, un fidèle "Yack"



Le mardi 20.7.2021, étapes N°1+2/14

Saint-Gall -> Weissbad (Appenzell)

Profil de l'étape (j'ai réalisé les étapes officielles 1 et 2 en ce jour) :

Longueur : 58,4 km | temps sur la selle : 5h06'07" | temps du parcours : 6h38'41"

Montée : 1374 m | Descente : 1268 m

Techniquement : Moyen | Physiquement : Difficile (Difficulté Garmin : 150)



Cette année 2021 est autant spéciale que 2020 où on avait vu s'inviter le fameux COVID-19. Le printemps avait alterné le temps pluvieux avec un beau mois de juin. Quant à juillet c'était une autre



paire de manche. Et des manches il en fallait pour se prémunir des températures en dessous des normes saisonnières. De plus impossible d'aligner

3 jours de beau dans la première moitié du mois de juillet. C'est alors lorsque j'ai vu que la météo devenait un brin plus clément sur 5 jours consécutifs que j'ai sauté sur l'occasion et j'ai bien eu raison puisque durant les 5 jours du 20 au 25 juillet j'ai eu 4 jours de beau et chaud et 1 jour nuageux mais correct. Pas une goutte de pluie alors que les niveaux des lacs étaient en alerte 5/5 sur Bienne et Neuchâtel avec des débordements dramatiques.



C'est donc dans ce contexte que je suis parti le mardi 20 juillet avec le sac à dos muni du strict minimum soit environ 6 kg avec 2 kg de liquide + 1 kg sur le vélo. C'est une règle à laquelle je ne

déroge pas, être autonome et ne compter sur aucune fontaine pour la boisson quitte à être un peu plus lourd.

Yoan mon fiston qui avait terminé ses études à l'UNI de Saint-Gall m'avait conseillé une petite visite de la vieille ville avec un passage obligé devant la fameuse bibliothèque. Ceci impliquait que je devais descendre à Saint-Gall et commencer mon périple de la Panorama bike depuis Saint-Gall et pas depuis Rorschach. J'ai donc décidé que je rejoindrais l'itinéraire de la « Panorama bike route N°2 » à Eggersriet.

Après mon arrivée à la gare, j'ai enclenché mon GPS Garmin et tout content d'avoir programmé mon chemin je me disais que j'allais me déplacer sans souci au travers des ruelles saint-galloises. Blablabla... rien ne s'est passé comme prévu, j'avais sans cesse des "Hors parcours" "Retour en arrière" bref il fallait que je me débrouille à l'ancienne avec un peu de nez et le questionnement aux passant ce qui a très bien fonctionné.



petite sympa ayant un cachet certain, chargée d'histoire située dans une cuvette contraignant en la quittant de monter ou de s'échapper vers le lac de Constance distant d'une quinzaine de kilomètres.

Me voilà donc quittant la ville commençant par une petite descente au niveau d'une rivière avant la montée sur Eggersriet. Ce tronçon sera sur une route cantonale. Dès Eggersriet l'itinéraire continue de monter mais sur un chemin vicinal qui débouchera sur un single avec quelques marches un peu scabreuses juste pour aiguïser son attention en descente.

Ma conclusion sur le GPS : C'est grâce à lui que vous pouvez atteindre votre destination mais parfois il faut savoir ne pas lui faire confiance et suivre votre feeling en certaine occasion.

Après avoir tourné comme une abeille dans sa ruche dans la ville, j'ai finalement trouvé ce que je voulais et ainsi j'ai pu apprécier à quel point Saint-Gall vaut la peine d'être visitée. C'est une ville



Je me rends vite compte en visionnant le paysage que le coin est "casse-pattes" avec des montées et des descentes à un rythme soutenu, je n'y échapperai pas.

Mon premier objectif sera le village de Trogen (photo ci-contre). On peut lire sur wikipédia : *"La localité fait partie de l'association Les Plus Beaux Villages de Suisse."*

Trogen est limitrophe des communes de Gais, Bühler, Speicher, Rehetobel et Wald dans le canton d'Appenzell Rhodes-Extérieures, d'Altstätten dans le canton de Saint-Gall et de Oberegg dans le

canton d'Appenzell Rhodes-Intérieures. Trogen abrite le village d'enfants Pestalozzi, nommé d'après le pédagogue Johann Heinrich Pestalozzi."

J'ai pris le temps de faire un petit détour par le village Pestalozzi. Wikipédia nous dit à ce sujet : *" Il fut créé en 1945 sur l'impulsion de Walter Robert Corti, qui appela alors dans la revue culturelle Du (Toi) à la création d'un village pour les enfants victimes de la guerre. La commune de Trogen mit un terrain à disposition à cet effet. Le village accueillit, dès les premiers mois de 1960, des enfants tibétains encadrés par un couple de Tibétains, parents de substitution."*

Ayant eu à Neuchâtel une bibliothèque "Pestalozzi" et à Yverdon une place du même nom, je me devais de rendre hommage à un homme qui a été un des précurseurs de la pédagogie.

Trogen marquait la fin de la première étape officielle mais comme j'avais décidé de fusionner les étapes 1 et 2, ma journée n'était pas terminée.



Je m'aventurai donc par la route cantonale pour commencer l'ascension d'un petit col léger, le wissegg duquel je bifurquerais sur la gauche quelques centaines de mètres avant son sommet pour continuer mon chemin sur des routes de campagne et ceci jusqu'à Appenzell non sans avoir passé le petit village de Gais qui devait renfermer une large population susceptible de pousser sa moyenne d'âge au-dessus de la soixantaine. Un petit single un peu chaud en descente m'a rappelé

que la vigilance était de mise en tout temps lorsqu'on roule en VTT mais tout s'est bien passé au final.

L'arrivée à Appenzell ne m'a pas laissé indifférent tellement les maisons sont sympas et bien entretenues. J'ai fait le tour du village, acheté une petite "schleckerie" et suis mis en route pour atteindre mon lieu de résidence pour une nuit, soit Weissbad qui se situe à quelques kilomètres d'Appenzell.

Arrivé à l'hôtel, c'est comme si aucune âme gravitait autour de lui. Une première porte "fermée", une 2ème notée "Eingang", fermée un magasin ressemblant à une boulangerie dans le même bâtiment, fermée, caramba ké passa ?



du
me
se
ne

Les sonnettes présentes devant la porte fermée se devaient d'être activées. Comme j'ai sonné à chacune d'entre elles je ne saurais jamais laquelle était la bonne mais un jeune homme très sympa s'est pointé et il savait que j'avais réservé, youpi la nuit s'annonçait réparatrice car l'étape double ne fut pas de tout repos. Je me devais encore de m'offrir un bon "cordon bleu" le soir même à l'hôtel "Belvédère" qui surplombait le mien. Ce fut fait et la pièce de viande était sublime avec un fromage moelleux qui ruisselait entre les dents de ma fourchette. De plus la vue sur la chaîne de montagne à l'est était juste parfaite au coucher du soleil.

Une journée bien remplie et une première mission accomplie.

Photos de l'étape Saint-Gall -> Weissbad

Vues de Saint-Gall d'où je suis parti





La fameuse bibliothèque de Saint-Gall



Trogen et sa place du village





Pur cordon bleu pour ma 1ère soirée



« Gasthaus » Loosmühle où j'ai dormi

Ma "tenue de soirée" tout terrain

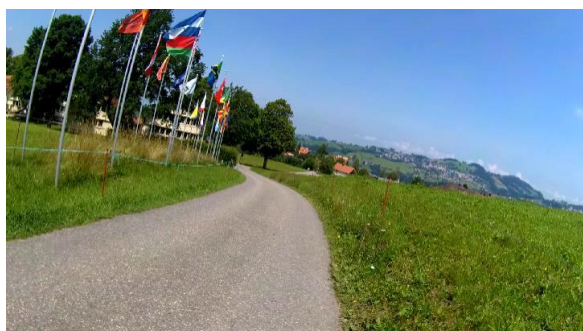


Panorama Bike Route nationale VTT N°2





Trogen et le village Pestalozzi



Le mercredi 21.7.2021, étapes N°3/14

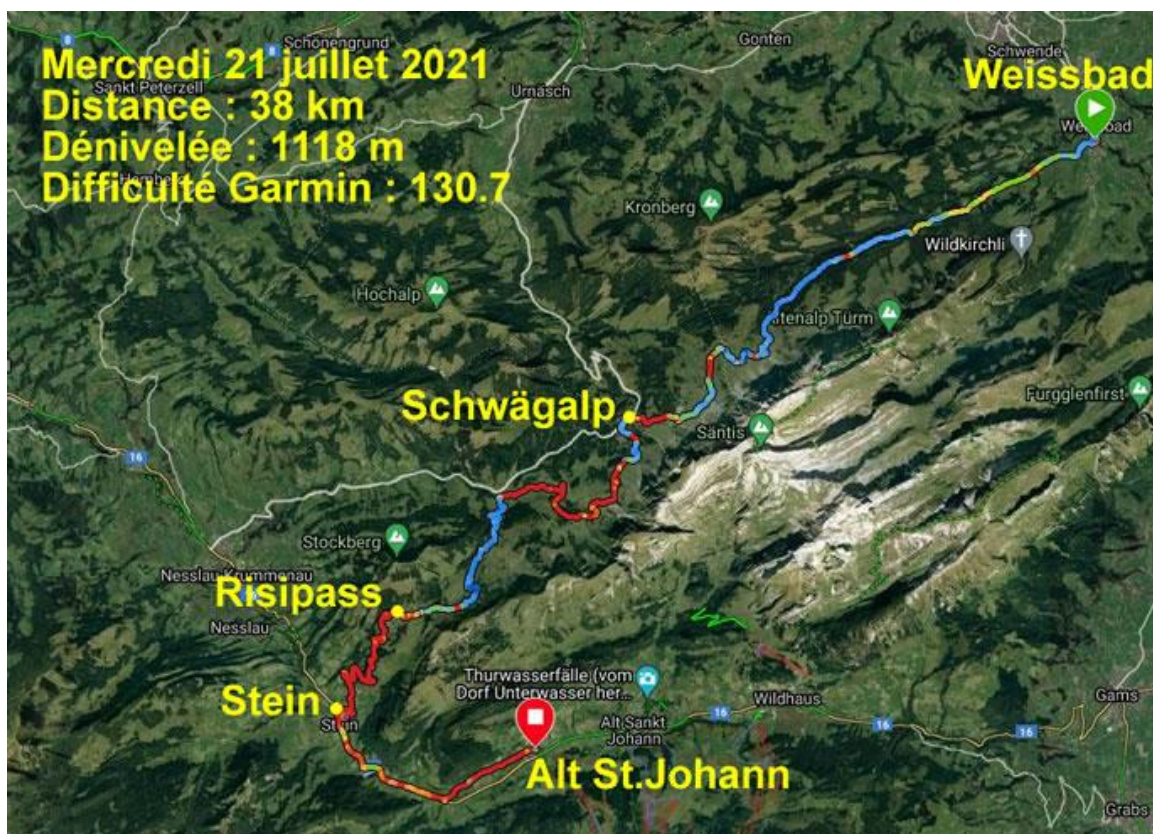
Weissbad (Appenzell) -> Alt Sankt Johann (SG-Toggenburg)

Profil de l'étape :

Longueur : 28,1 km | temps sur la selle : 3h27'13" | temps du parcours : 4h30'43"

Montée : 1118 m | Descente : 1117 m

Techniquement : Moyen | Physiquement : Difficile (Difficulté Garmin : 130,7)



Après une bonne nuit dans mon "hôtel fantôme" où seules 2 chambres étaient occupées pour la nuit mais où l'agitation semblait reprendre dès le mercredi matin au petit déjeuner, j'ai consommé ce dernier avec dans l'idée qu'il fallait que je prenne quelques calories pour entamer l'étape du jour qui n'était pas anodine en termes de difficultés.



sévère pente en vue.

Depuis Weissbad la rampe est tranquille sur 7 à 8 kilomètres tantôt dans les champs tantôt dans la forêt avec des chaînes de montagnes qui se dévoilent à droite et à gauche au fur et à mesure de la progression. L'arrivée au pied du Säntis est solide sur des chemins caillouteux au travers de pâturages d'altitude donnant la possibilité à tout une armada de bovins de préparer notre futur fromage au son des cloches qui teintent sans discontinuer.

En fin de première ascension je tombe sur un couple de personnes retraitées en VTT et alpinistes également venant de Kapelen près de Lyss et qui gentiment se prêtent au jeu du photographe pour immortaliser le moment.

L'heure est à la pomme que j'avais prise lors du déjeuner et qui va m'être utile lors de l'ascension du Risipass dont les pourcentages feront monter les pulses dans les limites du raisonnable avant d'emprunter un sentier qui est même difficilement praticable en descente par un Nino Schurter en grande forme. Dans un restaurant d'alpage et avant le passage du col, un nid de promeneurs en mal de trinquette se juche au sommet de la montée très très solide. Je ne m'arrête même pas parce que pas envie !

Enfin après un faux plat de quelques centaines de mètres, c'est l'arrivée au sommet du Risipass dont seul un côté permet aux voitures de se hisser au sommet par une petite route étroite très peu fréquentée, la descente me le confirmera.

Entre la première ascension du Schwägalp et la deuxième du Risipass, il y eut le passage devant le départ de la benne du Säntis puis le passage du sommet du « col du Schwägalp » avant une belle

Le départ officiel de l'étape commençait à 30 mètres de mon lieu de villégiature mais mon GPS "mal réveillé" me mis dans le doute comme pour aiguiser mon sens de l'orientation. On hésite toujours de monter pour rien donc on devient très critique avant chaque dénivellée positive pour être certain que ce soit le chemin voulu. Inversement mais d'une manière identique...avant chaque descente, on hésite car une descente se paie par une montée c'est la loi de VTT. Il faut dire que la balisage pas toujours parfait aide quand même à bien se caler sur le parcours à faire.

Le premier challenge de la journée est la montée à Schwägalp au pied du Säntis alors que le deuxième challenge sera la montée au Risipass avec une

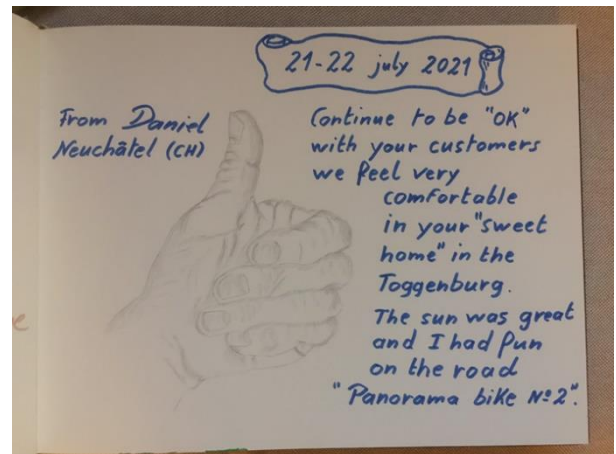


descente relativement longue que j'aurais bien appréciée sans l'idée que tous les mètres descendus devront se payer en mètres à gravir sur les pentes du Risipass. Je croise un jeune montant avec des skis à roulettes en préparation pré-hivernale probablement.



et grinçant de partout, impossible de faire un mouvement sans que tout le monde le sache. Néanmoins "Corinne" est très sympa et elle répond aimablement à toutes les questions sur les commodités et la géographie du lieu. L'endroit est à recommander. Je passe au supermarché du coin arrive devant la porte et m'aperçois que j'avais besoin d'un masque, je retourne avant de savoir par "Corinne" qu'il m'en aurait prêté un sans problème si j'avais exposé mon problème (business is business exclu de perdre un client à cause d'un masque...:).

L'arrivée dans la vallée à Stein correspond à l'arrivée officielle de l'étape mais n'ayant trouvé où loger à Stein même, je pousse encore la virée de quelques kilomètres jusqu'à Alt Sankt Johann où la maitresse de maison d'un B&B m'attend dans un endroit paisible. En montant dans ma chambre au 2ème étage je me tape le casque plusieurs fois sur le plafond dramatiquement bas. Ce ne sont pas les gens qui sont petits mais il faut avoir un volume minimal pour économiser l'énergie et je parle d'un bâtiment de plusieurs dizaines d'années fait en bois



J'achète donc de quoi faire de bons gros sandwiches pour le souper et de m'en préparer un pour le jour suivant. Du pain, du fromage local, des olives du jambon, un yaourt, des fruits secs, un biberli et une glace rempliront mon cornet à commission pour CHF 32.-.

Le soir n'ayant aucune distraction, pas de Wifi et pas de TV, je m'emploie à dessiner dans le "Gäste Buch" du B&B une synthèse du lieu qui se reflète dans l'image du dessin du "pouce levé".

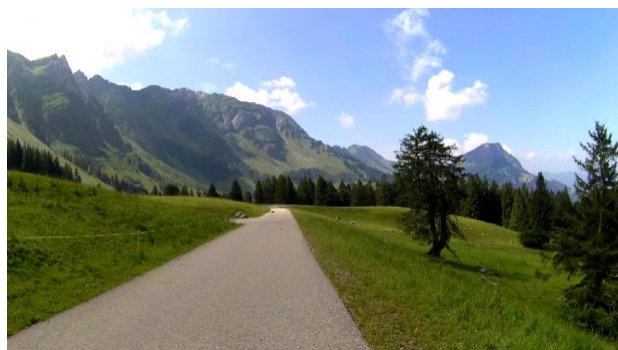
Je m'endormirai avec mes tampons auriculaires pour palier au bruit d'un couple d'espagnol dans la chambre du dessus pour qui tout le monde le sait, la soirée commence à 22h...!

Un deuxième jour solide également et tout s'est à nouveau bien passé. Les "talus" sont toujours entre 10 et 15% voir plus mais en poussée pour le modeste vététiste que je suis.

Photos de l'étape Weissbad -> Alt Sankt Johann



Dans la forêt en montant au Schwägalp





Schwägalp au pied du Säntis

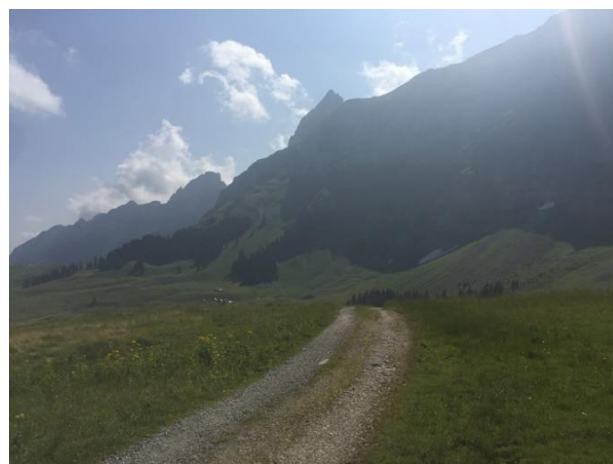


Toujours avoir une pomme dans le sac





Panorama Bike Route nationale VTT N°2







Petit chalet rustique en montant le Risipass



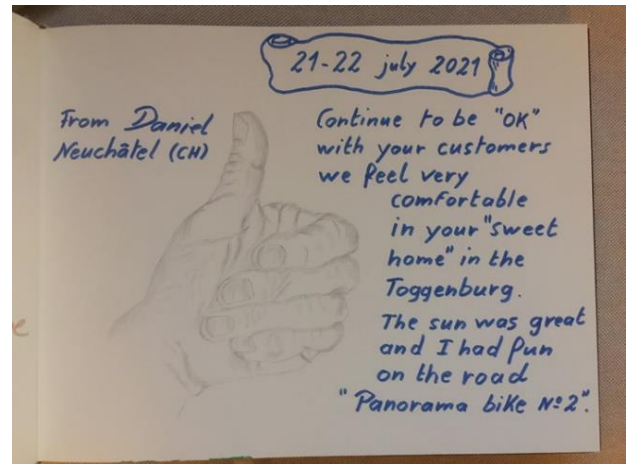
En montant le Risipass



Au sommet du Risipass

La région du Säntis et du Schwägalp





Mon B&B à Alt Sankt-Johann



Le jeudi 22.7.2021, étapes N°4/14

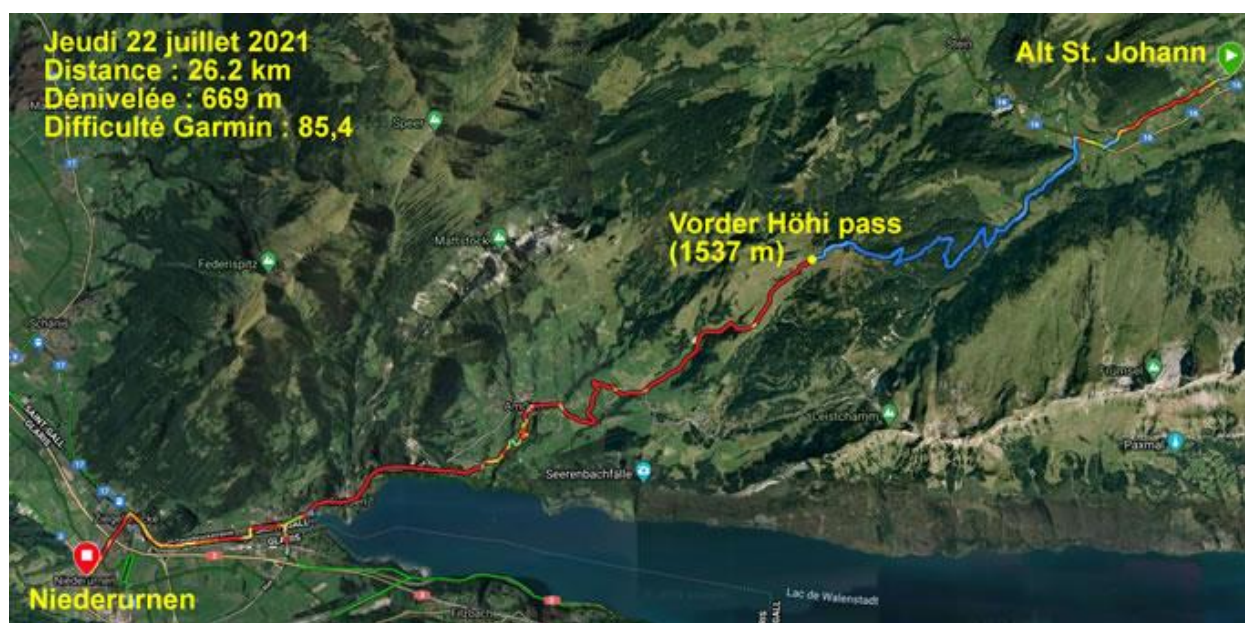
Alt Sankt Johann (SG-Toggenburg) -> Niederurnen (Glaris)

Profil de l'étape :

Longueur : 26,2 km | temps sur la selle : 2h05'33" | temps du parcours : 2h49'23"

Montée : 669 m | Descente : 1073 m

Techniquement : Facile | Physiquement : Facile (Difficulté Garmin : 85,4)



Youpie l'étape du jour est classée facile techniquement et physiquement. En fait c'est le volume qui est traité dans ces appréciations car les montées sont toujours entre 10 et 15% ça ne change pas mais il y en a une au lieu de 2 pour les étapes plus sérieuses mais vu que l'étape du lendemain qui sera la plus costaud de la route "Panorama bike", une petite étape "fastoche" n'est pas de refus.

Le départ le long de la rivière est paisible et idéal pour se mettre en jambe. Plusieurs petits moulins se succèdent, ils sont actionnés par des petits ruisseau perpendiculaires au lit de la rivière et pourraient potentiellement être source de débordement en cas de fortes pluies en amont...(c.f. Cressier 2021) !

Au début de la montée du col du "Vorder Höhi", une benne plutôt rustique est déjà en service pour quelques touristes.



La montée se fait principalement dans la forêt et le paysage ne se dévoile que rarement. Je dépasse une jeune cycliste qui visiblement poussant son vélo sur des pentes à 12% seulement devait être un peu à cours d'entraînement ou n'avait pas bien jaugé le volume de l'effort à consentir.

Au sommet je retrouve par hasard les personnes de Kapelen vues la veille au "Schwägalp" qui aimablement se prêtent à nouveau au jeu du photographe.

Le paysage est assez impressionnant avec les Kurfissten à gauche et d'autres montagnes bien typées en face de côté sud. Je me prépare à une jolie descente mais avant cela je savoure pendant quelques dizaines de minutes la magie de la montagne tout cela sur fond de ciel bleu. Elle n'est pas belle la vie ?

Effectivement la descente est magique et tout à coup se dévoilent les eaux du lac de Walensee ponctuées sur sa rive ouest par la ville de Ziegelbrücke.

Je m'arrête sur ses rives pour prendre un peu de bon temps regardant les signes et les jets d'eau ce qui me permet de souffler un peu préparant l'étape furieuse qui m'attend le lendemain.

Je trouve mon hôtel sans problème situé à Niederurnen au pied de l'ascension de l'étape suivante.

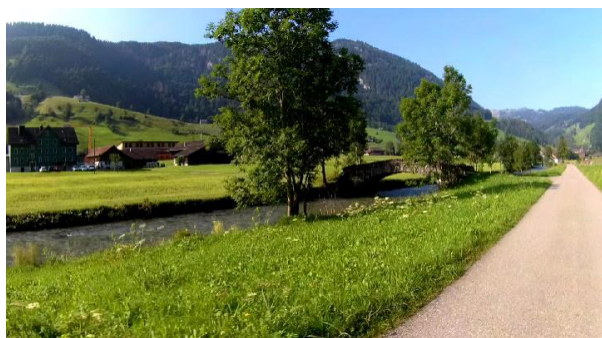
Photos de l'étape Alt Sankt Johann -> Niederurnen



Départ du Toggenburg et but de la matinée, le sommet du Vorder Höhi (1537 m)



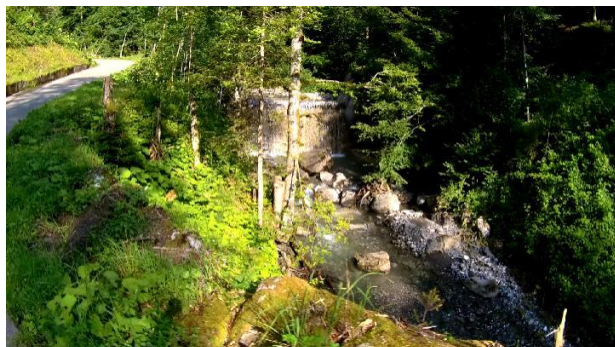
Départ le matin depuis le Toggenburg et Alt Sankt Johann



La vallée du Toggenburg et quelques moulins en activité le long de la rivière « Thur »



Début de la montée au Vorder Höhi et bien entendu un « lift spécial cage à lapin » pour les flemmards... 😊



Durant la montée au Vorder Höhi



Arrivée au Vorder Höhi



Au sommet du Vorder Höhi

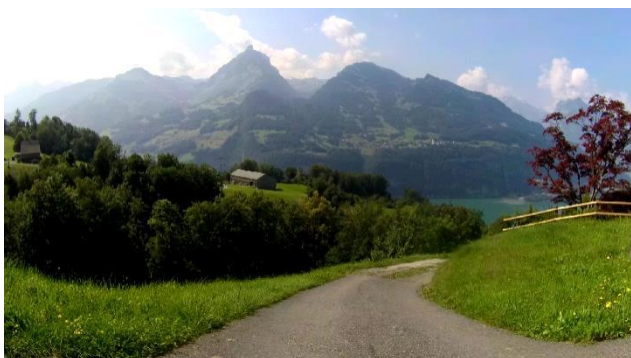




Panorama Bike Route nationale VTT N°2



Vue sur le lac de Walensee depuis la descente du Vorder Höhi puis bord du lac à Weesen



Weesen et le lac de Walensee



*Le canal de la « Linth » reliant les lacs de Walensee et Zürich
Niederurnen*



Un pur cordon bleu le soir au restaurant Ochsen à

Le vendredi 23.7.2021, étapes N°5/14

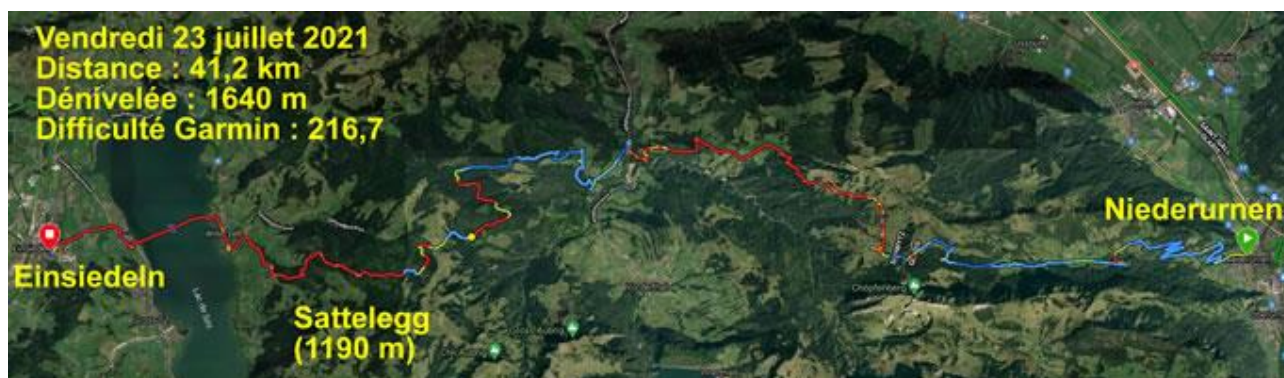
Niederurnen (Glaris) -> Einsiedeln (Schwytz)

Profil de l'étape :

Longueur : 41,2 km | temps sur la selle : 4h38'33" | temps du parcours : 6h47'35"

Montée : 1640 m | Descente : 1189 m

Techniquement : Moyen | Physiquement : Difficile (Difficulté Garmin : 216,7)



Jour spécial puisque je fête mes 62^e en ce jour. Au programme la plus solide des étapes de la "Panorama bike", ça tombe bien je vais être à la fête...)

Une première ascension au Rossweidhöchi (1534 m) sera suivie dans la roue par une descente en vallée avec une remontée sur le col du Sattellegg après quoi la descente sur Einsiedeln sera magique avec une arrivée au pied du cloître.

Réveil vers 7h avec un petit déjeuner consommable dès 8h. Mon idée était de tout

préparer avant le repas pour n'avoir plus qu'un brossage de dents à faire avant le départ pour la "mine".

Le repas fut très correct et mon « tanker » était plein avec 1 litre sur le vélo et 2 litres dans le sac, soit une complète autonomie de boisson pour la journée.

Quelques 500 mètres séparèrent mon hôtel du début d'une rampe que je n'allais pas quitter durant 1000 mètres (dénivelée) de mur quasi constant. La pente allait d'abord s'articuler par de multiples lacets avant d'arriver dans des alpages poussant plein « Est » ma virée avant d'arriver enfin au sommet du passage pouvant s'apparenter à un col de muletier.



C'est là lors d'un freinage que je me suis aperçu que mon frein arrière sifflait comme s'il n'y avait plus de plaquette et que le disque semblait frotter sur du métal. M'enquérant de l'état de mon disque arrière je vois qu'il est noirci et qu'il est strié. Zut cette fois-ci ayant changé les freins et les disques quelques semaines avant le départ j'étais certain de ne pas les user au point de devoir en prendre en réserve. Quelque chose n'était pas logique même si ma première analyse de « frein usé jusqu'à la moëlle » était plausible aux vues des descentes à freinages exigeants réalisées jusqu'ici.

Je m'arrête, pose mon vélo, sort la trousse logée sous ma selle et utilisant la pince nouvellement insérée dans mon « nécessaire-vélo » (bien joué Dan), je retire la goupille des plaquettes et sorts ces dernières. Là je m'aperçois qu'elles ne sont pas du tout usées et vois qu'il y avait un petit renflement sur l'arrête de la plaquette comme s'il y avait eu une ex-croissance qui avait pu se former par un apport de matière externe. Je gratte la plaquette pour la rendre complètement plate. Ayant une patte avec, je commence de nettoyer mes disques en pouvant les rendre relativement propres. Je remonte mes plaquettes et « bingo » plus de grincement, nickel, mission accomplie, quel soulagement !

5 personnes en VTT ont passé près de moi et une seule m'a demandé si j'avais besoin d'aide. Après la descente effectuée dans des chemins scabreux en étant parfois à pied à côté du vélo, je me suis arrêté dans un restaurant de montagne et me suis permis de m'asseoir à la table de celui qui m'avait offert son aide et l'en ai remercié soulignant le fait qu'il était le seul à s'être intéressé à un Vététiste démontant ses plaquettes de frein. On est exactement dans la tranche 80-20!



Après une bonne panachée bue avec 5 à 6 poules picorant à mes pieds sous la table, je suis reparti pour une descente d'abord sur un chemin caillouteux puis dans un champ et pour finir sur un chemin en lisière de forêt et ceci jusqu'en fond de vallée avant l'amorce de la deuxième montée du jour, le « col du Sattellegg » par des chemins caillouteux de forêt où parfois la gestion de l'effort m'a conseillé de pousser la bécane plutôt que de me "brûler" lorsque la pente était trop forte.

Croyant être arrivé au sommet de mon effort je commence à aborder une descente mais c'est pour rejoindre la route du Sattellegg sur laquelle je ferai les derniers kilomètres en montée avant de me poser en haut du col et de prendre une grosse bière et un « Elmer citro », seule alternative à la panachée dans ce restaurant. Percevant déjà les effets de l'alcool après 4 décis de bière mélangée, je laisserai une partie de la bière (75 cl.) sur la table, ce sera la panachée la plus chère jamais payée, plus de CHF 10.- pour la binche et l'Elmer citro pas cool le jour de son anni mais quand la soif s'invite après l'effort, le prix n'est pas un critère mais juste une constatation.

La descente était cool sur le lac de Sihl avant de rejoindre le pont traversant et m'ayant amené à la porte d'Einsiedeln. J'avais tellement la pêche que durant tout le pont j'ai coupé le vent à un cycliste en vélo de route sur les 3 derniers kilomètres en se séparant il m'a lancé un "merci" très sportif !

Je me suis rendu à mon hôtel St George à 100 m de l'imposant cloître qui vieille sur le village et dont le tintement des cloches à intervalles réguliers justifiera les tampons auriculaires offerts par l'hôtel dans le "set de base".



Une tranche d'étudiant (Studenten Schnitte) trouvée à la première boulangerie visitée et une bonne « glace Mövenpick mangue » assouviront mon désir de douceur avant de conclure par une pizza sur une terrasse du coin en face du cloître. Bel anniversaire, je m'en souviendrai avec une gestion de l'effort optimale, j'ai été surpris en bien. Pas mal pour un vieux cheval...:)

Photos de l'étape Niederurnen -> Einsiedeln



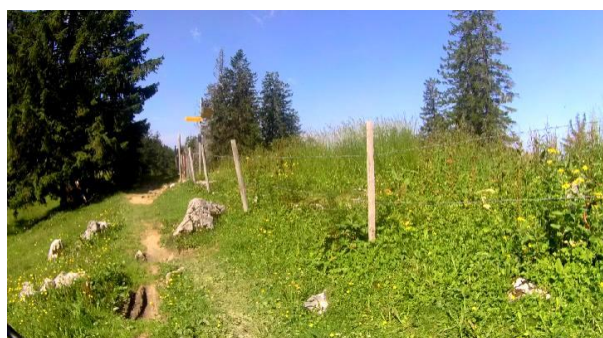
Départ de Niederurnen le long de la rivière « Niederurner Dorfbach »



La montée au Rossweidehöchi est très sèche et longue pour terminer sur des chemins de promeneurs



Les paysages sont de plus en plus sauvages mais « chou ».



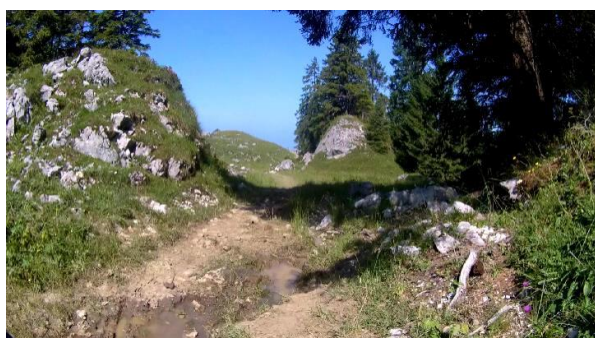
Arrivée au Rossweidhöchi (1534 m) la 1^{ère} grosse montée de la journée est « dans la poche »



Des chemins impraticables depuis le sommet du Rossweidhöchi durant environ 400 m me conduiront à une métairie d'alpage où je pourrai me resourcer un peu.



Impossible de rouler dans cette forêt de racines





Des poules sous la table qui s'invitent au bistrot, pittoresque... !



La descente du « Rossweidhöchi » se fera tout sur des routes pierreuses avant de plonger dans un champ juste avant le fond de la vallée.



Descente dans les champs pour arriver en fond de vallée au pied de la montée du Sattellegg



Au fond de la vallée, une imposante conduite forcée faite de béton noirci ponctue la descente



Le Sattellegg me permet une dernière pause avant Einsiedeln





Le lac de Sihl et le pont traversant d'une rive à l'autre pour rejoindre Einsiedeln



Arrivée au couvent d'Einsiedeln, un bâtiment imposant et chargé d'histoire



A Einsiedeln, j'ai enfin trouvé une « tranche d'étudiant », le bonheur total, c'est ma fête... 😊



A une encâblure du couvent je me suis assis à une terrasse d'une pizzeria et ... voici le résultat ... pas si mal pour un repas d'anniversaire, non ?

Le samedi 24.7.2021, étapes N°6/14

Einsiedeln (Schwytz) -> Seewen (Schwytz)

Profil de l'étape :

Longueur : 26,9 km | temps sur la selle : 2h06'37" | temps du parcours : 2h42'53"

Montée : 590 m | Descente : 931 m

Techniquement : Facile | Physiquement : Facile (Difficulté Garmin : 63,6)



Les 5 jours de beau de l'été ayant été consommés veuillez vous retirer avec votre VTT, tel est la maxime du jour.

En effet après 4 jours de soleil rayonnant, cette dernière journée s'annonce plus maussade sans être pluvieuse pour autant. Le pari de rouler sans pluie aura été tenu alors que le samedi soir la grêle tombait sur plusieurs régions de la Suisse, encore un pari gagné, celui de la météo !



L'étape du jour est classée facile techniquement et physiquement et effectivement elle n'a pas été énergivore cependant au niveau technique je la classerais quand même de moyenne vu la descente un peu scabreuse sur des chemins de randonnée après le Hagenegg.

Pour débiter, mon GPS s'est mis en pétard après que j'aie dû manœuvrer différemment que prévu lors de travaux en sortie d'Einsiedeln. Il était vraiment impératif de partir dans la bonne direction et heureusement qu'il y avait un ruisseau à suivre donnant la direction et pour le sens un couplage avec l'application « suisse-mobile » de mon i-phone m'a conforté dans ma décision qui s'est avérée être la bonne.

J'ai suivi pendant environ 10 km la rivière (Sihl) en la remontant sur des chemins de toutes configurations pour finir sur la route cantonale avant de la quitter pour laisser la place à une pente moyenne presque jusqu'en haut du col du

Hagenegg accessible que par un seul côté en voiture, le côté que je n'ai pas pris.

La descente suivait d'abord un chemin de randonnée et c'était un peu chaud parfois car le gravillon forçait les pneus à dérapier et la forte pente incitait au freinage d'où un doux mix de freinage et « laisser-aller » pour permettre de passer les obstacles sans prendre trop de vitesse évitant les freinages brusques impliquant un dérapage et une hypothétique fin dans les décors.

Après environ 300 mètres, j'ai rejoint la route rocaillieuse de forêt et c'est là que j'ai aperçu 2 chamois dont un traversait le chemin alors que le deuxième se dévoila lorsque j'observais le premier rentrer dans les bois.

La route descendit presque jusqu'en bas de la côte avant de remonter un peu pour reprendre un chemin goudronné jusqu'à Schwytz.

Ayant vu qu'il n'y avait pas de gare à Schwytz mais plutôt à Seewen, j'ai demandé mon chemin à un jeune qui après avoir enlevé ses écouteurs m'expliqua en allemand le chemin à prendre avec précision et d'une manière claire impliquant même les distances évaluées en kilomètres ce qui expérience faite n'est pas donné à tout le monde.





J'ai passé par la place du marché de Schwytz qui est typique et fini ma descente en direction de la gare de Seewen.

Je croyais que je n'avais plus qu'à aller au guichet CFF pour réserver mon intercity et prendre mes billets de train. C'était sans compter qu'à Seewen, les guichets CFF sont fermés le week-end, incroyable le service clientèle !

J'ai donc pris à l'automate une carte journalière pour mon vélo à CHF 14.- puis un billet à CHF 7,60 jusqu'à Lucerne dans un train

régional via Arth Goldau.

A Lucerne c'est une organisation professionnelle, il y a un guichet d'info CFF sans vente de billet et à l'étage, 8 guichets qui vous accueillent pour vous vendre les billets. Il fallait bien ça puisque je devais aller à Olten dans un Euro-City (Milan – Bâle) et avoir une réservation à CHF 5.- pour le vélo et prendre une correspondance à Olten avec l'ICN venant de Zürich en réservant une place à CHF 2.- et comble de poisse, il n'y avait plus de place vélo sur la correspondance donc la réservation a dû se faire et tenant compte de cela. J'ai ainsi eu une attente de 30 minutes à Olten pour prendre un train dans lequel il y avait des places vélo disponibles. Pas certain que l'automate ait pu manœuvrer aussi finement !

A Oensingen, 3 belges d'une même famille avec 3 vélos électriques se sont enfilés dans la tête de train où il n'y avait que 2 places disponibles pour les vélos. Je les ai aidés à mettre leurs vélos en place tant bien que mal et tout s'est finalement bien passé. Le papa belge n'avait aucune idée des réservations et emplacements à disposition dans les ICN. Je pense que maintenant j'ai pas mal d'expérience dans le domaine des voyages en train à vélo et plus rien ne m'étonne plus. J'ai une bonne compréhension de toutes les situations possibles qui peuvent survenir.

L'arrivée en gare de Neuchâtel s'est faite à 16h01 et en arrivant à la maison mon épouse m'a indiqué que le soir même un petit resto allait clore la semaine de mon anniversaire. « La grande classe », une semaine 100% réussie sous tous les points de vue.

Photos de l'étape Einsiedeln -> Seewen



Cloître bénédictin proche de Einsiedeln



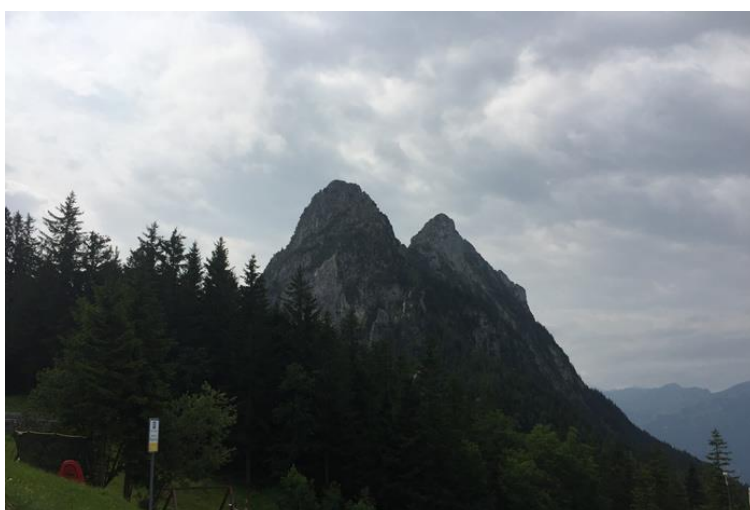
Chemin longeant la rivière Sihl



Début de la montée du Haggeneegg



Arrivée au sommet du Haggenegg



Les 2 Mythen petit et grand



Vue plongeant sur le lac de Lauerz





Arrivée à Schwytz



Vue plongeant sur les lacs des 4 cantons, de Lauerz et la ville de Schwytz



Panorama Bike Route nationale VTT N°2





Vue sur Schwytz et la montagne que je devrai affronter lors de l'étape suivante. La pointe qui ressort est le Rigi Hochflue



Le mardi 10.8.2021, étapes N°7/14 de la "Panorama Bike"

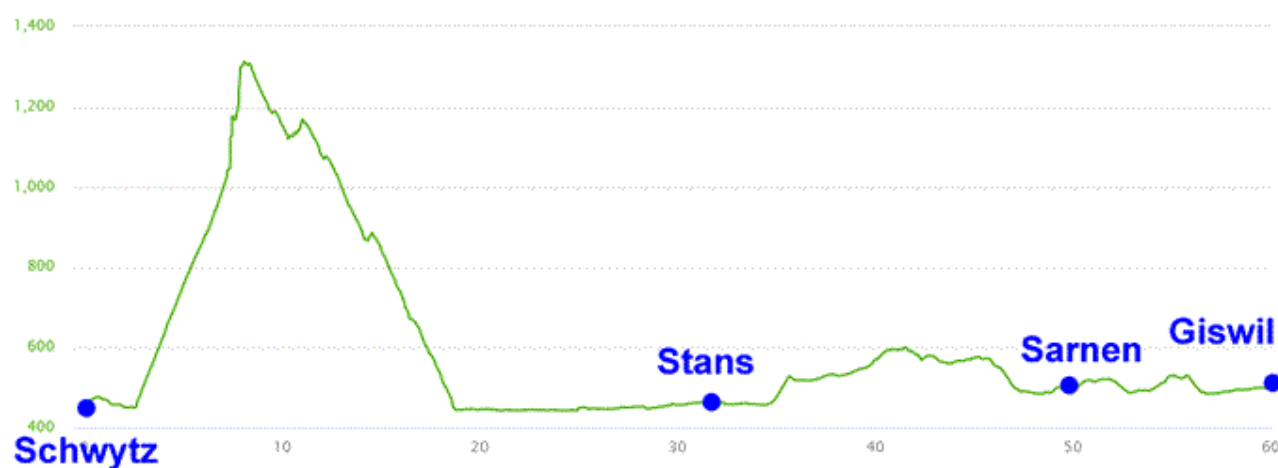
Seewen (Schwytz) -> Giswil (Obwald)

Profil de l'étape :

Longueur : 60 km | temps sur la selle : 4h21'32" | temps du parcours : 6h22'47"

Montée : 1057 m | Descente : 1235 m

Techniquement : Moyen | Physiquement : Difficile (Difficulté Garmin : 126.5)



3 cantons de la Suisse primitive seront traversés durant cette étape, il s'agit des cantons de Schwytz, Nidwald et Obwald. Une traversée en bac fera un petit intermède lacustre et une vue sur la mythique prairie du Grütli confrontera nos sentiments avec les profondeurs de nos racines d'helvète.



Une partie du voyage pour me rendre à mon point de départ, faite en ICN depuis Neuchâtel m'a conduit à Zürich pour reprendre un train régional allant sur le Tessin mais qui devait d'abord faire halte à La gare de Schwytz (Seewen). Avec un petit retard de 20 minutes j'arrive à Seewen. Je prépare mon vélo avec ses gourdes, le GPS Garmin et la caméra au guidon. En enclenchant mon GPS je recherche non sans difficulté l'accès au chemin que je voyais depuis la gare et qui débutait la journée par une montée très costaud sans discontinuer jusqu'au pâturage avant le "Stockflue". Depuis là, la pente devient trop

raide sur des chemins caillouteux et il faut pousser sur environ 500 m.

Cette montée donne le droit d'admirer le côté nord avec une vue sur les lacs de Zug et la localité de Arth-Goldau ainsi que le petit lac de Lauerz. Les paysages s'étendent à perte de vue et le ciel bleu se marie très bien avec la verdure des montagnes environnantes.

Il s'ensuit une descente rocailleuse menant à une crête permettant de découvrir le lac des 4 cantons au sud et les 2 lacs précités au nord. C'est magique ceci en étant dominé par le Rigi Hochflue, à ne pas confondre avec le Rigi se trouvant au-dessus de Arth-Goldau que l'on voit aussi depuis les points de vue multiples d'où j'étais. Ayant de la peine à quitter ces endroits magnifiques, je continue sûr des petits chemins de



promeneurs qui me conduiront sur une route de campagne goudronnée assez raide donnant finalement accès au bord du lac et son village phare, "Gerseau", d'où bateaux de ligne et bacs (lieux différents d'embarcation distant de plus d'un kilomètre) font la traversée sur Beckenried pour poser le pied dans le canton de Nidwald.

Depuis les berges de Beckenried un long bout plat me mènera le long de petits chemins de campagne jusqu'à Stans chef-lieu de Nidwald.

Passant au pied du Stanserhorn et son célèbre téléphérique je continue en direction d'Obwald et son chef-lieu, Sarnen. Là, après une légère montée,

j'ai accès au lac que je contournerai par sa droite sur des routes goudronnées qui me conduiront à ma fin d'étape, le village de Giswil.

Originellement j'aurais dû stopper à Sarnen mais n'ayant trouvé une « couche » à un prix raisonnable, j'ai poussé jusqu'à Giswil où j'ai dormi dans un chalet humide au possible tenu par un anglais présumé, qui s'occupait aussi d'un hôtel en rénovation, un peu « chelou » mais bref je ne

suis pas difficile. Voulant aller souper à Giswil, l'anglais m'a donné 2 noms de restaurant. Après m'être déplacé pour voir ce qu'il en était, il s'est avéré que les 2 adresses étaient fermées, l'un pour cause de vacances et "Ruhe Tag" pour l'autre, pas de bol. Un tour à la COOP du coin et à un autre magasin proche de la gare a rempli mon estomac pour la soirée.

Photos de l'étape Schwytz -> Giswil



Vue sur le Rigi, Arth-Goldau et le lac de Zug





La ville de Schwytz



Le petit village de Steinerberg à gauche et Steinen à droite au bord du lac de Lauerz



Vue plongeante sur le lac des 4 cantons et la prairie du Grütli, berceau de la Suisse



« Gersau » port d'où le bac me fera faire la traversée sur « Beckenried » avant de passer par Saarnen à une dizaine de kilomètres de mon point de chute du jour, « Giswil ».



Panorama Bike Route nationale VTT N°2



Sur le bac entre Gersau et Beckenried

Le mercredi 11.8.2021, étapes N°8/14

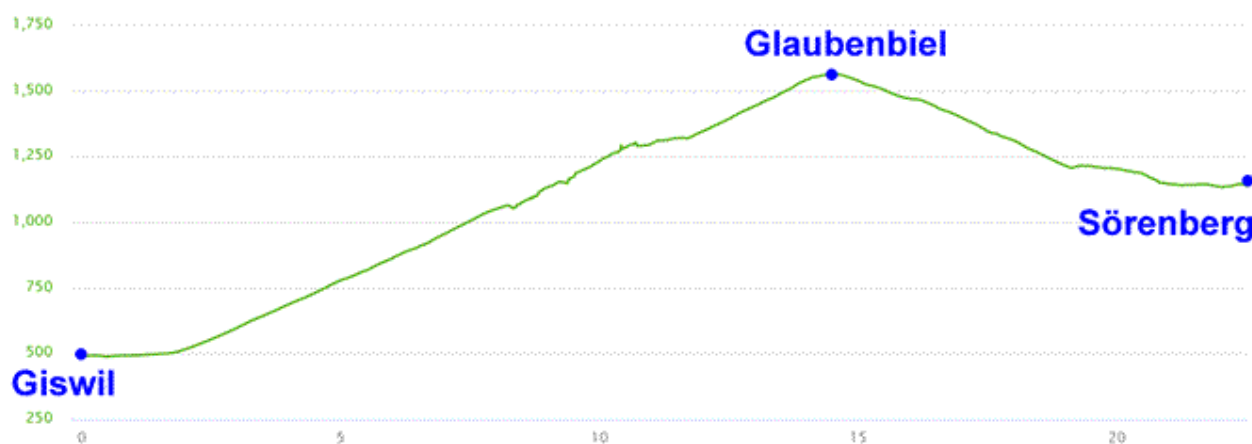
Giswil (Obwald) -> Sörenberg (Lucerne)

Profil de l'étape :

Longueur : 22,53 km | temps sur la selle : 2h33'20" | temps du parcours : 3h04'43"

Montée : 1116 m | Descente : 476 m

Techniquement : Facile | Physiquement : Difficile (Difficulté Garmin : 119.9)



Cette étape sur une route goudronnée prioritairement sauf 3 km dans les versants du col sur quelques kilomètres avant le sommet donne droit à une belle vue sur le lac de Sarnen au fil de la montée depuis Giswil.

Parti de Giswil sous une fine pluie de type "brumisateurs géant" sur le coup de 9h, j'ai bénéficié dès les premiers kilomètres de l'ascension du col de Glaubienbiel d'une vue imprenable sur le lac de Sarnen et ses montagnes attenantes aux contreforts du col du Brünig.

Le col du Glaubienbiel était déjà fréquenté dès mon départ mais par des voitures au début alors que les motards se levant un peu plus tard, ont commencé de l'envahir dès 11h environ.



Quelques kilomètres d'ascension sont encore nécessaires pour rallier le sommet du col du Glaubenbiel que j'avais déjà fait depuis l'autre côté (Entlebuch). A l'époque lorsque j'avais passé le sommet il y avait de la neige et il pleuvait donc cette fois-ci les conditions étaient nettement plus agréables.

La descente sur Sörenberg est très rapide, raide et peut être dangereuse car étroite et si par mégarde un automobiliste ne vous calcule pas ce peut être dramatique donc la prudence s'impose.



présumées. Arrivé pas mal en avance, je fais connaissance avec la patronne qui est aussi la "Putzfrau" et qui me dit que vers 14h la chambre serait prête. Parfait j'ai juste le temps d'aller au village prendre un rafraichissement sur une terrasse. Je m'installe et attends environ 10 minutes sans qu'aucun serveur ne daigne venir s'occuper de moi. Voyant un petit supermarché "Volg" à 30 m d'où j'attendais, je décide de quitter la terrasse et d'aller m'acheter ce dont j'avais envie. J'ai pris plein de fruit (prune, abricot, grapefruit) un lait ovomaltine, 2 Radler citron et 2 sandwiches me garantissant de ne plus ressortir ce soir pour me nourrir.

De retour à ma "chambre" la patronne m'a accueilli en me présentant les lieux. C'était la grande "Classe", frigo, TV, Wifi, micro-onde, douche, feu de cheminée, un grand lit bref quasi un

Le premier tiers du col se passe en plein soleil pour laisser la place à une portion dans la forêt plus rafraichissante. Vers la moitié du col, la "Panorama Bike" se sépare de la route conventionnelle pour passer dans les chemins de campagne toujours assez raides à ces altitudes. Ensuite un petit tronçon forestier me mènera jusqu'à ce qui peut s'appeler une petite station de ski "Mörlialp".



Avant le village de Sörenberg, je passe devant le téléphérique menant au Rothorn de Brienz en poursuivant ma route j'atteins le village de Sörenberg qui est une station de ski en hivers mais un lieu de randonnée prisé en été.

Mon GPS me conduit à mon B&B du jour qui sera la bonne surprise. Son nom veut dire beaucoup "Free Spirit lodge" ! Ce sont 3 maisons faites de bois, 2 petites et une grandes logeant des touristes dans 4 chambres

appartement, le tout pour CHF 113.- + petit déjeuner à CHF 12.- ce n'est pas donné mais une petite folie de temps en temps fait du bien...:)).

Je suis sorti dehors et j'ai discuté avec la patronne qui m'a expliqué les rudiments à connaître sur l'élevage des poules, il y en avait 3 ou 4 dont un nouveau coq là depuis 2 jours qui devait faire sa place dans le poulailler et ce n'était pas encore gagné...:)).

J'ai laissé mon vélo dans un petit chalet qui devait faire office de lieu de "bastringue" pour une vingtaine de personnes. Il y avait 3 gros "potets" (Cloches) qui donnait une atmosphère authentique.

Photos de l'étape Giswil -> Sörenberg



Montée du « Glaubenbiel » de bon matin et passage dans des pâturages et forêt sur le haut





Les parois rocheuses du Schrattenfluh se dévoilent au loin



L'arrivée à « Sörenberg » se fait via des petits chemins de campagne traversant pâturages et fermes typiques.



Le logement du jour est parfait, il s'agit de la « Free spirit lodge » à Sörenberg au milieu des poules et coq.



Le jeudi 12.8.2021, étapes N°9/14

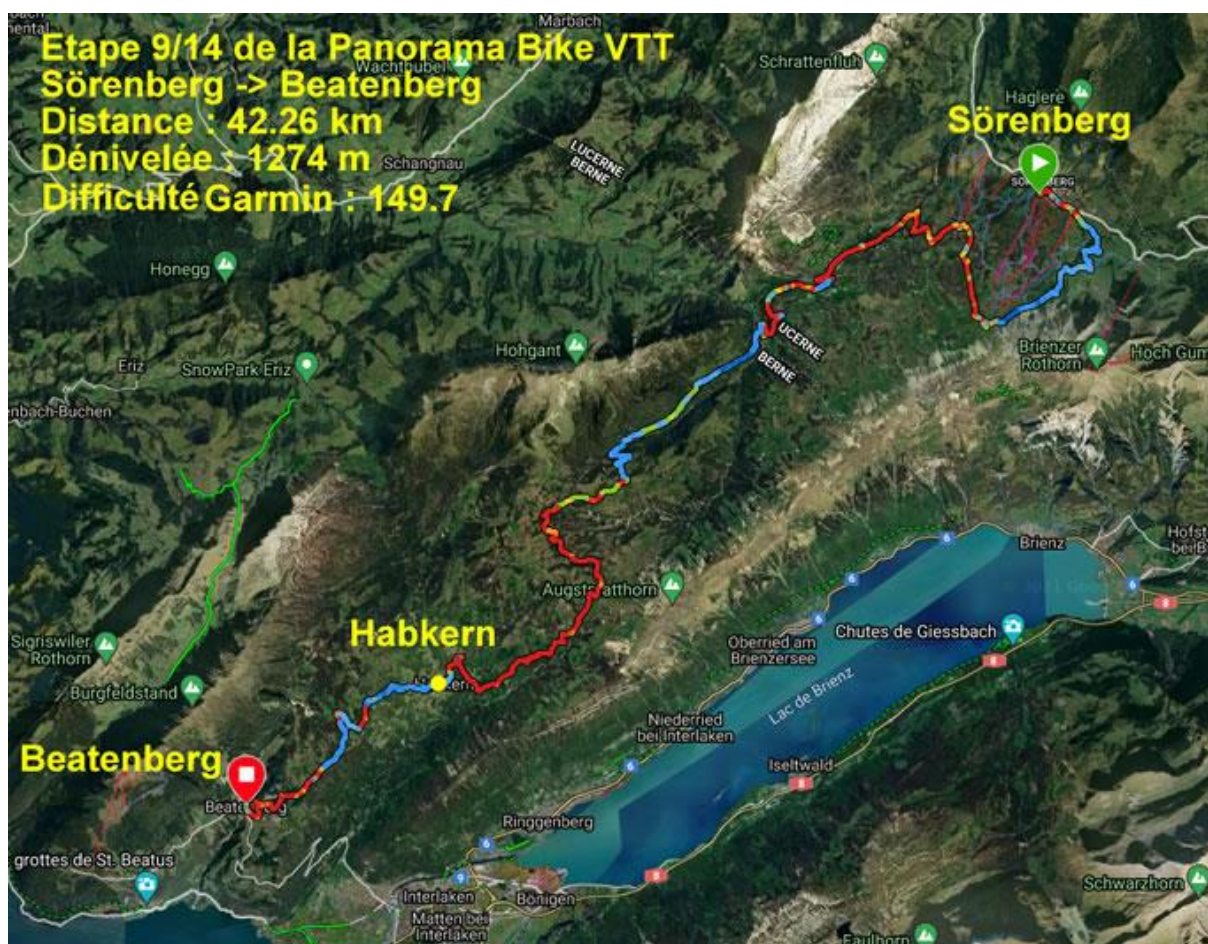
Sörenberg (Lucerne) -> Beatenberg (Berne)

Profil de l'étape :

Longueur : 42,26 km | temps sur la selle : 3h45'55" | temps du parcours : 6h25'02"

Montée : 1274 m | Descente : 1407 m

Techniquement : Moyen | Physiquement : Difficile (Difficulté Garmin : 149.7)



Etape de passage entre les cantons de Lucerne et Berne avec des chaînes de montagnes particulières "massif karstique de la Schrattenfluh" marquant leur territoire par des découpes surprenantes et très appréciées par de nombreux promeneurs.



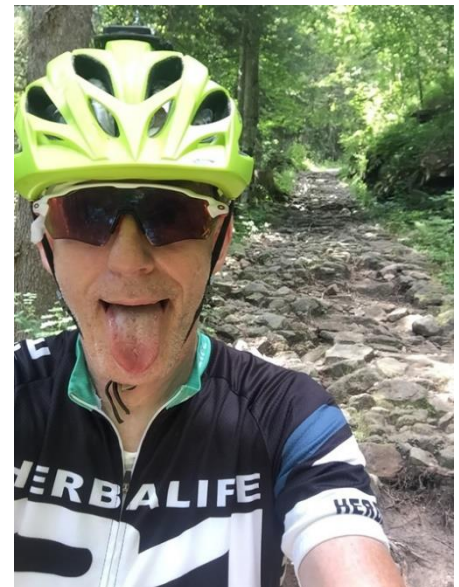
La nuit fut bonne et au matin j'ai pris un bon petit déjeuner avec les oeufs de la "ferme" locale et j'ai taillé une bavette avec un couple de cyclistes vaudois qui faisaient aussi la "Panorama Bike" mais qui avait pris l'option de se faire accompagner leurs bagages par un transporteur agissant dans plusieurs pays d'Europe ce qui leurs convenait bien moyennant une petite organisation indiquant la date et l'heure des "pickup". 400 CHF était le prix du service pour quelques jours.

En se séparant nous nous sommes dit "à plus" car il était probable que nous allions nous rencontrer sur les chemins de la "Panorama Bike" malgré le fait qu'ils allaient prendre une option "light" leurs évitant une montée énergivore sur le sommet des alpages qui à mon sens en valait la peine bien que pas "gratuite".

L'histoire donnera raison à notre prédiction puisqu'avant la fin des montées sonnant une belle descente sur Habkern nous nous sommes arrêtés sur un banc à l'ombre surveillés par les 3 bernoises majestueuses, ceci pour nous ravitailler un peu ayant bien mérité cela aux vues des efforts consentis jusque-là.

Pour revenir sur la montée depuis Sörenberg, elle se passe quasi sur les pistes de ski sur une route asphaltée avec un trafic paysan dont les chemins étroits bitumeux donne accès à des fermes éparses et un alpage où les vaches sont reines.

Au pied de la montagne le sol devient très rocailleux et très pentu ce qui oblige les vététistes à pousser leur monture jusqu'au sommet d'un passage donnant l'accès à un point de vue qui est partagé par le point d'arrivée d'un télésiège non loin de là.



La descente se fait d'abord sur des chemins rocailleux en croisant des promeneurs plus nombreux ici qu'ailleurs en quête de tranquillité et de paysage montagneux très étendus le long de 2 chaînes de montagnes, l'une donnant accès au Rothorn de Brienz et l'autre faite de parois abruptes donnant accès à la vallée de l'Entlebuch par une pente très douce, c'est le massif karstique de la Schrattenfluh.

Arrivé au fond de la vallée, un chemin très typique carrément inroulable s'offre aux promeneurs et vététistes. Il est fait de grosses pierres enchevêtrées les unes avec les autres qui semblent avoir été jetées de dépit par un "géant" sorti de la mythologie helvétique qui voulait s'offrir un passage raide

accédant aux pâturages plus élevés. Une poussée de vélo de 15 à 20 minutes je pense a été nécessaire pour passer l'écueil.



Ensuite commence une ultime montée assez raide, disons soutenue qui me mènera sur les hauteurs en m'offrant une vue splendide sur les 3 bernoises et le Finsterarhorn ma montagne préférée.... Ce sera peu avant la fin de la montée que je dépasserai sans m'arrêter (je n'aime pas couper un effort) le couple de vaudois à qui je prometterai de m'arrêter une fois la côte terminée pour pouvoir savourer cette montée, ce que je fis naturellement.

Après avoir taillé une bavette principalement sur le domaine de la bicyclette et ce qui va autours nous avons pris congé les uns des autres au début d'une belle descente sur Habkern qui est le lieu finale officiel de l'étape mais pour ma part je pousserai jusqu'au Beatenberg non sans avoir pas mal transpiré me tapant encore quelques centaines de mètres de dénivelée avant de me poser dans la descente, sur un banc admirant la vue et taillant une bavette avec un vététiste allemand qui était en nage venant de faire 800 m de dénivelée depuis Interlaken. Ce point de vue est le plus beau du

tour à mon avis. J'ai ensuite facilement trouvé mon hôtel tenu par des Chinois dans lequel j'ai mangé le soir même une soupe chinoise et des nouilles de riz avec du boeuf, 3 boules de sorbet mettait un point final à une journée assez solide.

Photos de l'étape Sörenberg -> Beatenberg



Première ascension de la journée pour dominer les installations de sport d'hiver de Sörenberg



Les parois rocheuses du côté du « Brienzer Rothorn »



Les parois rocheuses du Schrattenfluh



Sommet de la première ascension sur fond de Schrattenfluh



Sorte de sentier didactique lors de la descente dans le fond de la vallée





Sentier injouable en « mountain bike », trop raide, et cailloux trop gros de plus à la montée !

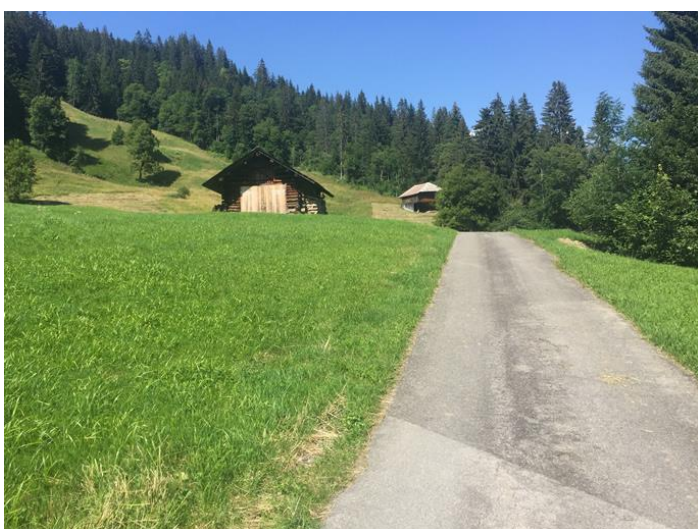


Lorsque les 3 bernoises se dévoilent ça devient magique, ceci bien avant « Habkern »





Magique ces paysages alpestres





Cette vue c'est le sommet du « blues » Interlaken et les 2 bernoises « le Mönch, l'Eiger et la Jungfrau ».

Le vendredi 13.8.2021, étapes N°10/14

Beatenberg (Berne) -> Thoun (Berne)

Profil de l'étape :

Longueur : 44 km | temps sur la selle : 2h54'05" | temps du parcours : 4h28'20"

Montée : 597 m | Descente : 1220 m

Techniquement : Facile | Physiquement : Moyen (Difficulté Garmin : 79.7)



Etape classée facile laissant tout loisir d'apprécier les beaux paysages constitués en partie par le Niesen et le lac de Thoun qui forment une belle paire.



Depuis le Beatenberg, c'est comme d'habitude une montée qui s'impose puis une descente à flanc de côtes dans la forêt avec des ouvertures laissant augurer que de magnifiques vues allaient se dévoiler. Ce fut le cas, plus je progressais et plus j'avais envie de m'arrêter pour voir les paysages du lac de Thoun et les montagnes environnantes.

La descente allait se faire en douceur par une route goudronnée que j'avais déjà empruntée dans l'autre sens avec un collègue de travail et je me souvenais que nous avions à l'époque été surpris par la beauté d'une place de pinique. Je l'ai retrouvée, m'y suis

arrêté et lorsque 2 jeunes hollandais s'y sont aussi arrêtés, nous avons bavardé dans ce lieu qui est magique au niveau de sa vue panoramique sur le Niesen et les montagnes alentours.

Ayant essuyé 3 gouttes, après avoir continué mon chemin, j'ai couvert mon sac sans changer de vêtement car ce fut si passager que dès la fin de la descente j'étais sec.

Bien sûr une étape ne comportant que des descentes, ça n'existe pas donc je me suis remis à monter une route bitumeuse de campagne puis après avoir manqué par 2 fois le bon chemin je me suis grâce au GPS remis sur pattes et j'ai pu passer dans la forêt un single me menant au passage d'un ruisseau puis à la remontée j'ai trouvé une paire de lunette polaroid qu'un promeneur



ou qu'un vététiste avait perdu dans la montée abrupte où le porté du vélo était nécessaire le long des marches taillées dans la pente.

Sorti de la forêt, de nouvelles petites "grimpettes" dans les pâturages s'offraient à moi avant une longue descente rafraichissante sur Steffisburg, faubourg de Thoun que j'atteindrai sans problème après une belle étape mais relativement cool et facile énergétiquement parlant.



Un passage dans la ville de Thoun au bord de la rivière et dans la zone piétonne m'a conduit à la confiserie Reber dans laquelle, faute de "tranche d'étudiant" j'ai actionné le plan B à savoir "la boule au rhum" que j'ai bien appréciée.

Je me suis mis en route pour arriver à mon hôtel après avoir suivi le lac et ensuite je me suis promené jusqu'à la plage en m'offrant une bonne glace au club de tennis.

Le soir pour achever la journée en beauté, je me suis offert un "cordon bleu" sur la terrasse de l'hôtel vidée par l'effet COVID et c'est dommage car la cuisine était de qualité.

Photos de l'étape Beatenberg -> Thun



Après m'être tapé la tête une bonne dizaine de fois, il fallait bien immortaliser cet abat-jour.





Le lac de Thoun et le Niesen en toile de fond



En descendant après le « Beatenberg », le lac de Thoun fait son apparition





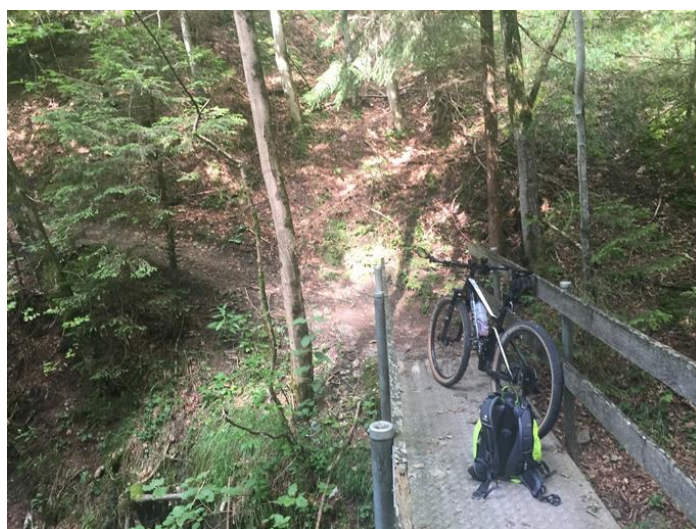
Une trouée dans la forêt pour déguster les premières images du lac de Thoune



Lorsque le Niesen pointe son nez, les paysages deviennent fabuleux



Place de picnic « five stars », la grande classe, c'est typique la suisse allemande



De petits chemins pas piqués des vers... 😊



Chemins pittoresques et « chalets » rustiques



A « Steffisbourg », les VW, ils ne savent plus où les stocker.. 😊



Thoune et son château, une curiosité



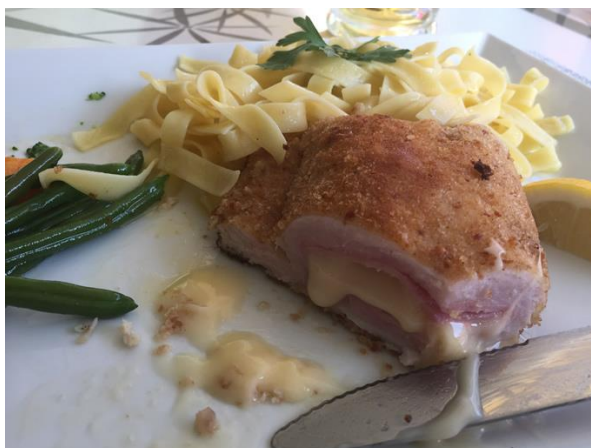
Alors que les gourmands se font des « punch au rhum », les surfers s'en donnent à « cœur joie »



Le vieux pont et tous ses mécanismes pour fermer les écluses



Thoune est une ville qui vaut le déplacement



Encore un pur « cordon bleu » de bien bonne facture...et sur la terrasse de mon hôtel 😊

Le samedi 14.8.2021, étapes N°11/14

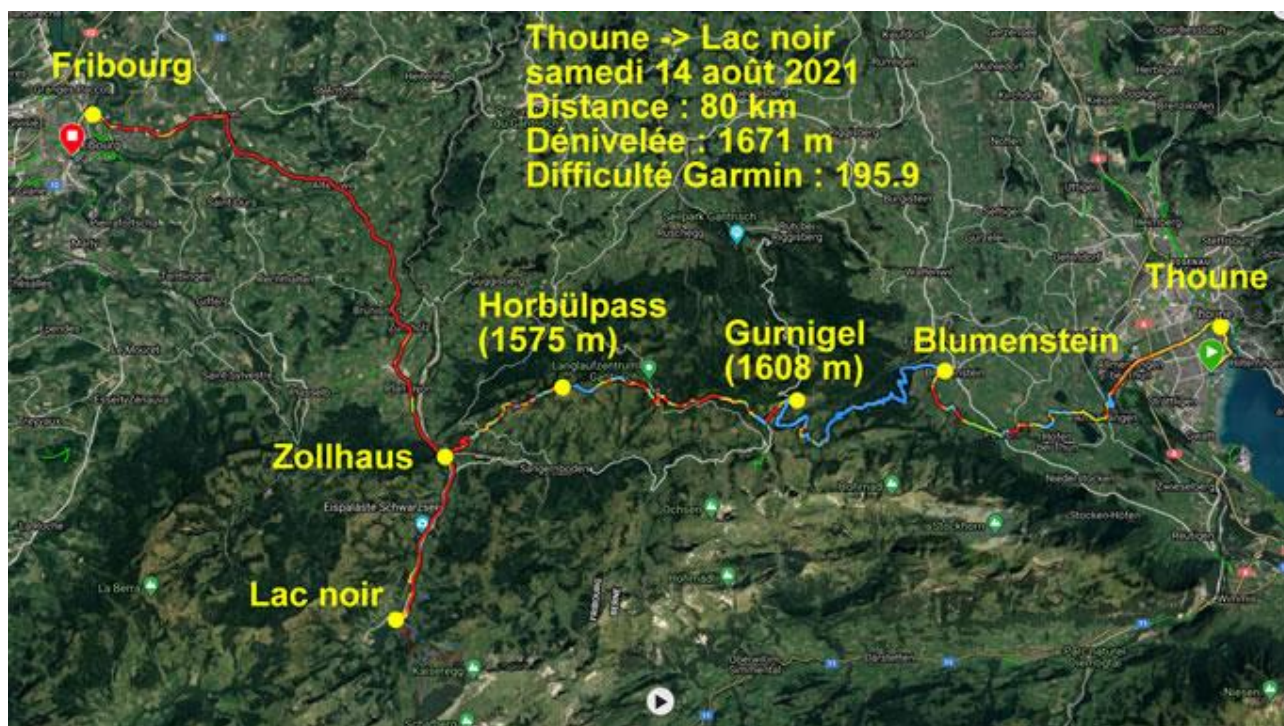
Thoune (Berne) -> Lac noir -> Fribourg

Profil de l'étape :

Longueur : 80 km | temps sur la selle : 5h54'10" | temps du parcours : 8h45'24"

Montée : 1671 m | Descente : 1544 m

Techniquement : Difficile | Physiquement : Difficile (Difficulté Garmin : 195.9)



Une grosse étape pour la fin de la semaine faite avec Cédric, un cycliste averti et bien entraîné, de manière à pouvoir marquer en duo cette fin de vacances scolaires qui fut excellente durant 11 jours sur 42 au moins puisque j'ai pu faire sans pluie et avec de la chaleur 11 jours de vélo dont 2 fois 5 consécutifs. Quelle chance néanmoins d'avoir pu choisir les bonnes périodes durant la totalité des vacances et ceci en toute liberté.

La journée a commencé à 8h19, heure d'arrivée du train de Cédric en gare de Thoune.



S'en est suivi une mise en bouche tranquille nous servant d'échauffement, ceci au travers de routes campagnardes nous faisant découvrir à quel point nos amis suisse allemands possèdent un magnifique patrimoine de fermes et de plus bien fleuries. Ces routes paisibles nous ont conduit à une exploitation forestière marquant le début d'une montée qui allait nous conduire au sommet du Gurnigel à 1608 m. D'abord sur une route bitumeuse nous avons grimpé à l'ombre durant quelques kilomètres dans des pentes accusant une dizaine de pourcents puis nous avons quitté la

route pour nous engager sur un chemin caillouteux dont la pente ne variait pas beaucoup de celle de la route que nous venions de laisser derrière nous.

A la sortie de la forêt on s'est arrêté pour changer les gourdes sur nos supports marquant ainsi les 2 heures de selle environ. On se fait une petite mise en scène qui devrait se voir sur la vidéo en ligne... et on remet l'ouvrage sur le métier.

Dans une des rares parties de la montée à ciel dégagé, on aperçoit la "Berghaus" qui est l'endroit fixant notre premier objectif. Ce restaurant



ressemblant à un "nid d'aigle" est à quelques mètres près le sommet du col et ce sera aussi le lieu où on se posera pour une première petite panachée et nous mangeront le "casse-croute" "sauvé" du déjeuner. Un sandwich "saumon-fromage" pour 2 personnes sera consommé dans la partie self-service...oui Monsieur s'il vous plait...)

Bercé (ou pas...) par l'ambiance musicale, style motard des années 1980 avec comme hits phares AC-DC et Europe des belles années nous nous délectons encore un peu des beautés de la chaîne du Gantrich avant de se remettre en selle pour la deuxième partie du trip à savoir le "léchage" des crêtes par des chemins de promeneurs avec quelques fois de petites montées sèches nous obligeant à poser le pied par terre.

Au passage j'ai passé mon 150 ème col qui est ici un col de muletier non accessible par la route, c'est le Horbuelpass à 1575 m d'altitude.

Après cet intermède, une partie sport nous attendait. La descente qui se fit sur des chemins rocaillieux à forte pente faisant chanter les freins de Cédric ou également sur les "Wanderweg" tellement bosseler que j'avais l'impression d'avoir une vue "stroboscopique" du paysage qui défilait tellement l'image se dérobaient sous mes pieds était instable, c'était limite propice au "soleil" (figure acrobatique) qui en l'occurrence ne manquait pas.

La dernière partie avant Zollhaus se fit sur une route bitumeuse rapide et ce fut sans difficulté que nous sommes arrivés au début de notre dernière difficulté du jour, à savoir monter sur le lac noir le long de la "Singine chaude" qui prend sa source au lac noir et qui est synonyme de fin d'étape officielle.

Une petite anecdote s'impose. Demandant notre chemin à 2 jeunes cyclistes ils nous ont appris qu'ils désiraient faire les crêtes d'où nous venions. Le gars nous dit : "oui il ne doit y avoir que 800 m..." donc ça ne lui posait apparemment pas de problème. Sachant qu'ils feraient probablement ce que nous venions de faire mais à l'envers, il était de notre devoir moral de les informer de la difficulté de la tâche qui les attendait et surtout du temps qu'ils allaient passer à porter et pousser leur vélo. Vu qu'ils n'avaient pas l'air effrayé c'est qu'ils étaient soit inconscients soit stupides ou peut-être les deux. L'histoire ne dit pas si les jeunes tourtereaux sont arrivés en haut et si leur couple a résisté au séisme que constituait forcément les efforts consentis pour l'ascension. Leur vie privée ne nous regarde pas....)



Après l'arrivée au lac noir nous validons d'un commun accord les qualificatifs de l'étape qui suggèrerait un "techniquement difficile" et "physiquement difficile".

La panachée dans un restaurant un peu en marge de la masse populaire qui s'agglutinait sur la plage en bout de lac nous fit apprécier ce moment furtif quand les bulles de la petite mousse viennent frétiler sur les parois du gosier remettant les petits plaisirs de la vie bien qu'éphémère, au centre notre attention.

D'un commun accord nous prenons l'option d'un retour à Fribourg par la route à la meilleure allure que je puisse avec mes développements qui ne me donnent que peu souvent le loisir de taquiner les 30 km/h. Mais pour ce coup-là mon mentor-rouleur m'a ouvert la voie pour me donner l'occasion de "sucrer" sa roue jusqu'à la banlieue fribourgeoise sur un parcours très roulant de type faux plat descendant.

A la gare nous avons encore assouvi quelques besoins "culinaires" étanchant également notre soif avant de prendre chacun un train différent, notre destination finale différant quelque peu.

Une journée bien remplie sous un soleil omniprésent...ou presque puisque j'ai été rincé mais gentiment depuis la gare de Neuchâtel jusqu'à Peseux.

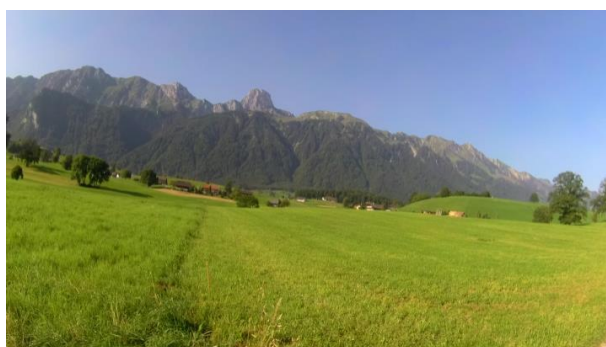
Photos de l'étape Thun -> lac noir -> Fribourg



Les 2 compères sont prêts pour une journée très sportive avec comme 1^{er} point de mire, le col du Gurnigel



Pour l'instant c'est encore du gâteau, rien de furieux, le tour de chauffe a commencé



Il fallait bien avoir un compagnon d'échappée pour une fois avoir une fois de Dan...Ced s'en est chargé



Panorama Bike Route nationale VTT N°2



Un selfi avec Ced et Dan





Arrivée au sommet du Gurnigel, le gros de la journée est derrière



Le massif du Gäntrich en toile de fond depuis le sommet du Gurnigel



Le parcours du jour était on ne peut plus varié



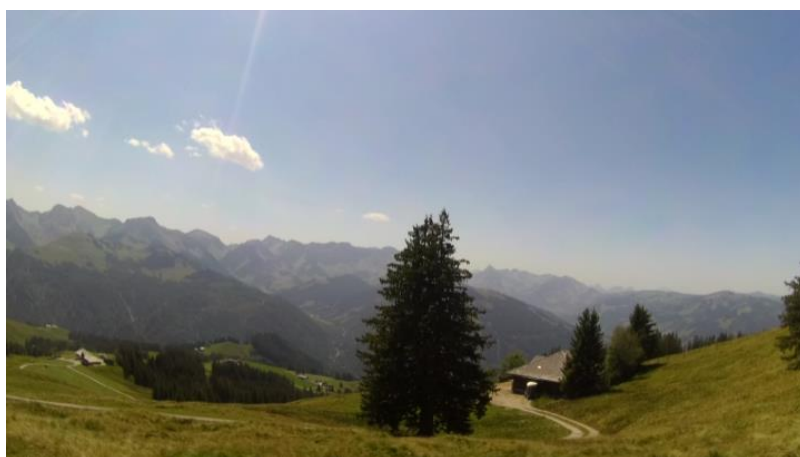
Les petits « singles » forestiers donnaient du fil à retordre...

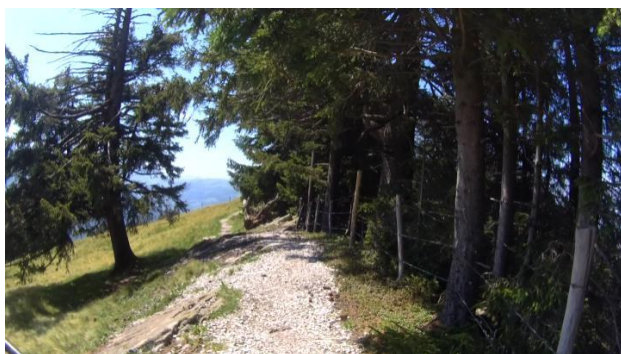


Ça travaille dur à la montée dans les parties rocailleuses

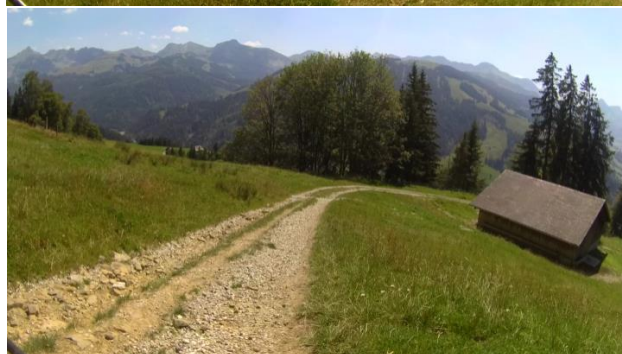


La vue sur tout le plateau était impressionnante, ce n'était pas le Moléson mais on pouvait presque y voir notre maison... 😊

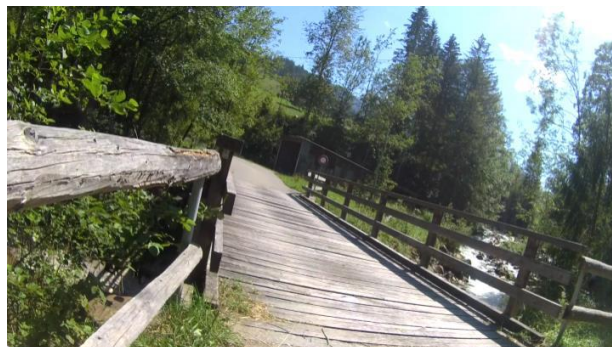




Ça secouait pas mal dans les petits chemins le long de la crête



Assez cool la descente dans les pâturages du type « Grande Vadrouille »



Le long de la « Sarine chaude » les petits chemins nous mèneront au lac noir depuis Zollhaus



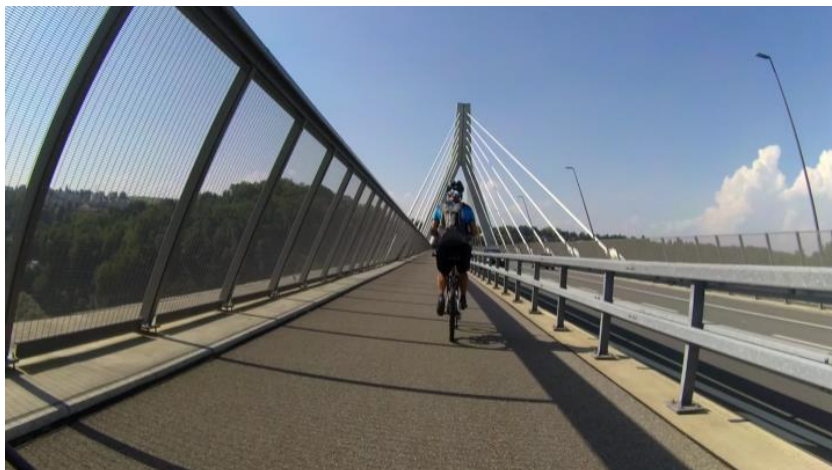
Mission accomplie pour les 2 compères cyclistes Dan et Ced



L'heure était à la baignade pour certains touristes au lac noir



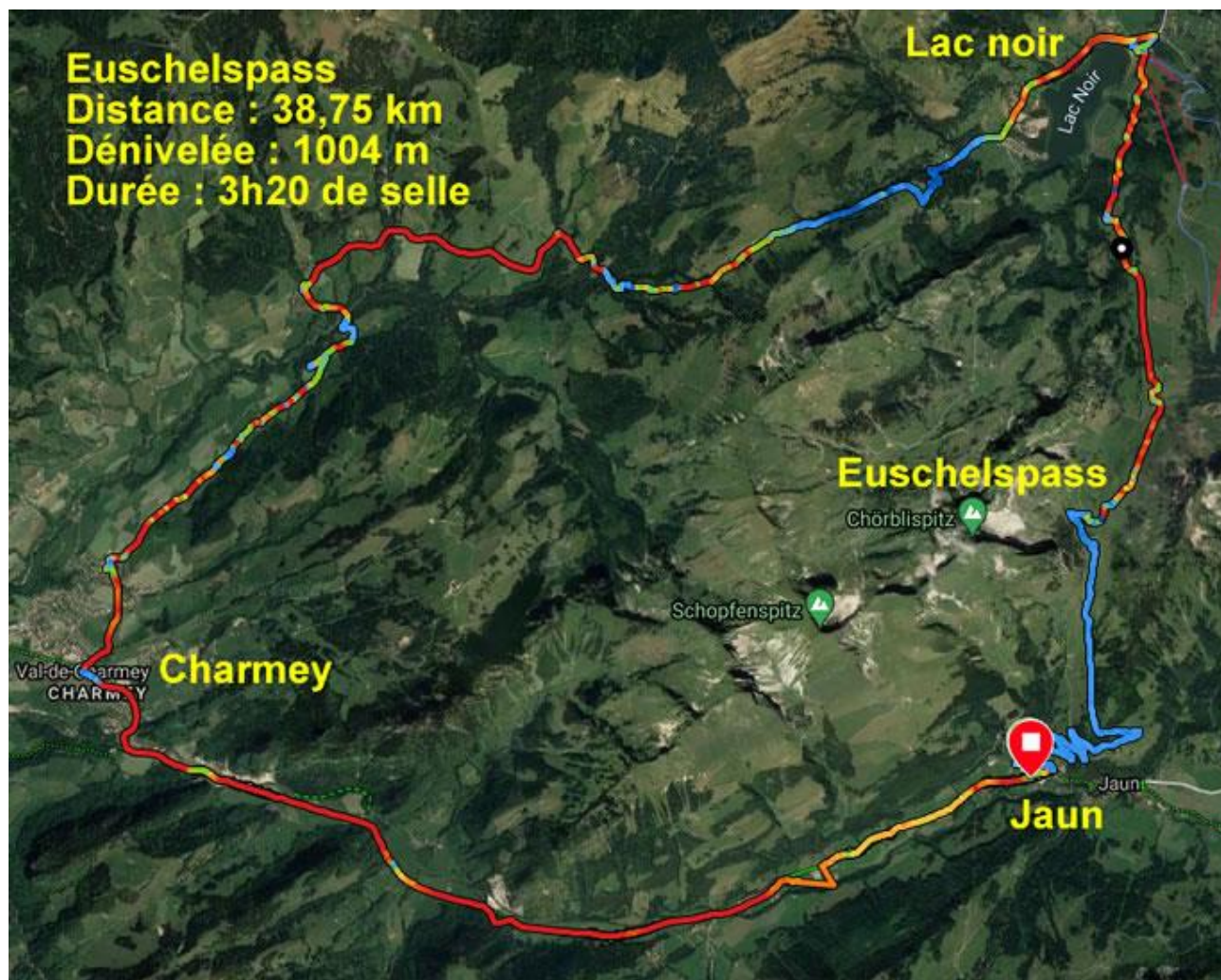
Le lac noir un point de chute idyllique



Un petit tour et puis s'en vont sur le pont de la « Poya » juste avant de gagner la gare de Fribourg

Etapas N°12/14

Lac noir -> Charmey





La fin d'année scolaire laisse quelques créneaux pour réaliser des sorties ponctuelles en semaine.

J'en ai profité pour réaliser l'ascension de l'Euschelsspass qui part depuis le petit village de Jaun et qui fait le passage sur le lac noir. Ensuite s'offrait à moi "l'itinéraire N°12" de la "Route nationales N°2" nommée aussi « Panorama Bike ».

Cet itinéraire m'ayant été conseillé par un internaute avec lequel nous avons échangé quelques unes de nos belles virées, je m'attendais à du « solide ». Le parage dans le village de Jaun

est cool. On peut le faire à l'entrée du bled et le parking n'est pas payant, je l'avais déjà pratiqué lors de ma virée au Reidigerpass, et m'y suis tout de suite rendu.

Après 300 m de plat, c'est la grimpe qui ne cessera de confronter le cycliste à la "loi de la gravité" passant de pourcentages relativement modestes mais soutenus (entre 9% à 14%) à des valeurs limites supérieures à 17% aux abords de l'une des auberges de montagne qui se trouvent bien réparties sur le parcours. Ce dernier « béquet » me fit puiser beaucoup d'énergie dans mes ressources pour finir l'ascension sur ma selle comme j'en ai l'habitude.



Après ce petit rush, la route continue quelques centaines de mètres, goudronnée comme elle l'était jusqu'ici puis avant de basculer au sommet, elle laisse sa place à un chemin blanc rocailleux.

Juste après le sommet, coté lac noir une auberge d'alpage marque le début de la descente. La route est parfois en bandes de béton pour permettre l'accès aux métairies d'alpage en toutes périodes de l'année...ou presque... !

Dans le dernier tiers de la descente, le lac noir se laisse admirer. La vue plongeante sur un lac quel qu'il soit est toujours un vrai bonheur et de plus lorsque tout est tellement vert aux alentours, ça respire l'air pur de la montagne.

Après quelques photos d'usage, je rejoins le lac et là on sent bien que le touriste est le bienvenue et que tout est fait pour lui, chaise longue sur les rives, interdiction aux vélos d'emprunter le chemin du bord du lac, restaurants-terrasses aux abords des berges, télésiège, location de mountain bikes, bref « la totale »...

Je prends mon temps pour prendre la mesure du lieu et me mets en piste pour faire « l'étape N°12 de la Panorama Bike ». Là on passe dans une dimension qui laisse une place aux VTT électriques mais pour les puristes travaillant aux mollets, les pourcentages sont trop élevés sur plus d'un km ce qui donne l'occasion de pousser la bécane jusqu'à des pourcentages plus raisonnables qui apparaîtront juste avant la première métairie rencontrée.



Ensuite la route rocailleuse conduit au sommet de la bosse et après le passage d'une 2ème métairie elle donne suite à une descente très raide par endroit qui mettra les disques à rude épreuve, ceci à travers champs et forêts agrémentés du passage d'un ruisseau.

Une fois la partie ardue réalisée, une longue descente peu pentue m'a amené au couvent de la « Valsainte » qui donnait l'impression de l'extérieur d'un lieu « glauque désaffecté ».

De Wikipédia : La chartreuse de La Valsainte est un monastère de moines chartreux sis au fond de la vallée du Javroz dans le canton de Fribourg, en Suisse. Situé dans le diocèse de Lausanne, Genève et Fribourg, c'est l'unique monastère de l'ordre des chartreux encore actif en Suisse.



Depuis la « Valsainte », virage à gauche et plongeons dans la forêt puis passage de 2 ponts en bois. La fin du tracé jusqu'à Charmey est « charmante » sur des « singles » en bordure de champs qui sont des sentiers pédestres mais heureusement en semaine, je n'ai guère rencontré plus de 2 promeneurs.

A Charmey j'avais envie de tester une boulangerie et suis entré dans la seule que j'ai vue (« Les Arcades »). Quelle ne fut pas ma surprise de constater qu'ils y faisaient des « demi-lunes », la grande classe étant un

chasseur de « tranches d'étudiants » dont les « demi-lunes » sont issues.

Il me resta ensuite un petit 10 km quasi plat pour fermer la boucle sur le village de Jaun.

Une journée magnifique au niveau de la météo et très variée au niveau du parcours et des paysages.

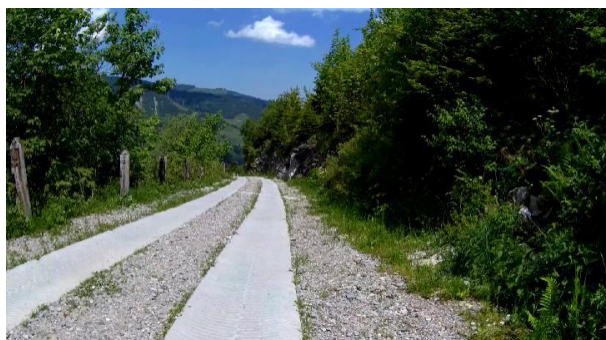


Caractéristiques du col de l'Euschelsspass

Altitude	1567 m	
Massif	Pré-Alpes fribourgeoise	
Pays	 Suisse	
Ascension depuis	Jaun	Lac noir
Déclivité moy.	8,45 %	10.7 %
Kilométrage	6 km	4,7 km
Accès	route goudronnée presque jusqu'en haut	chemin carrossable

Photos de la virée, 1^{ère} partie concernant le col de l'Euschelsspass





2^{ème} partie concernant l'étape N°12 de la Panorama Bike



Panorama Bike Route nationale VTT N°2





Panorama Bike Route nationale VTT N°2



Le samedi 21.8.2021, étapes N°13/14

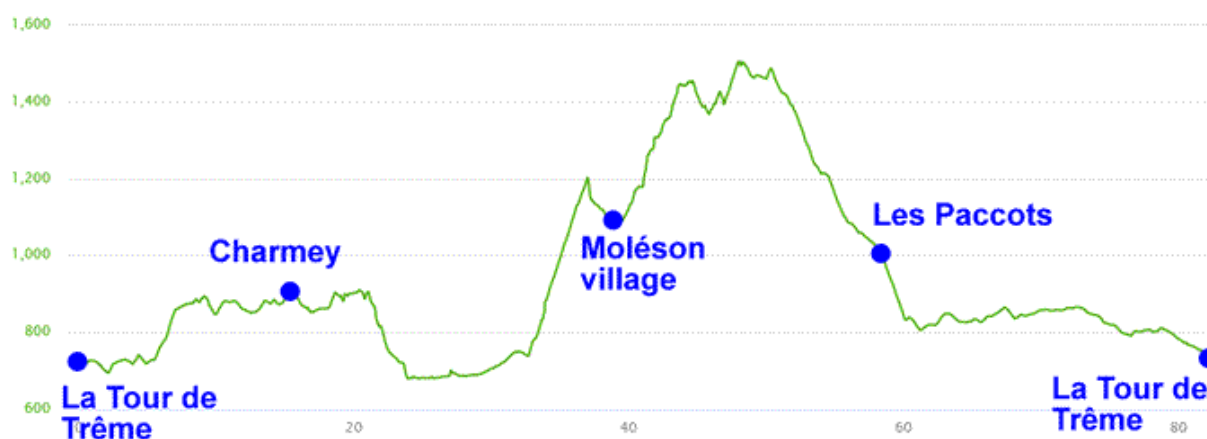
Charmey (Fribourg) -> Les Paccots (Fribourg)

Profil de l'étape :

Longueur : 82.5 km | temps sur la selle : 5h59'45" | temps du parcours : 8h45'24"

Montée : 1716 m | Descente : 1716 m

Techniquement : Moyen | Physiquement : Difficile (Difficulté Garmin : 184.7)





L'étape officielle était déjà jugée difficile physiquement et techniquement moyenne mais j'en ai ajouté une "couche" en faisant un petit supplément de 400 m de dénivelée et 40 km.

Le fait était que Charmey semblait être moyennement desservi par le car et pas du tout par le train bien entendu. J'ai ainsi décidé de prendre l'option de faire un déplacement en voiture jusqu'à la Tour-de-Trême où je connaissais un endroit pour laisser la voiture. Ensuite je devais monter à Charmey pour ensuite en fin d'étape n'avoir "qu'à" revenir sur la Tour-de-Trême depuis les Paccots.

Le seul petit imprévu qui finalement était chouette et sympa c'est que la route était interdite aux vélos depuis Broc et un détournement allait être nécessaire par la forêt et un petit vallon. Je le ferai en compagnie d'un autre cycliste et nous avons pu échanger nos expériences et tours de vétéristes...!



Je suis parti de Peseux vers 7h pour arriver et être opérationnel depuis la Tour-de-Trême vers 8h25. J'ai parké près d'une petite église avant le rond-point aiguillant sur Broc.

La montée se fait sur la route cantonale et d'entrée une piste est coupée, je vais sur la piste en travaux pour éviter le détournement. Plus tard à la sortie de Broc, une déviation vélo m'oblige à prendre sur la droite. Je rencontre un cycliste et nous faisons un bout ensemble de la montée dans la forêt sur Charmey. Arrivé à Charmey je perds un peu de temps pour trouver le départ de la route officielle et ainsi je me synchronise sur les panneaux VTT de la "Panorama Bike N°2" que je connais bien.



La descente emprunte sur 500 m la route cantonale avant de monter sur Crésuz puis de m'offrir une descente sur un chemin de promeneur dans la forêt qui requière une attention toute particulière car raide et un brin scabreux mais tout se passe bien jusqu'à Botterens. La fin de la descente se fait sans encombre jusqu'à l'usine électrique de Broc après avoir effleuré le lac de la Gruyère.

De chemins de promeneurs en routes rocailleuses j'arrive de nouveau à Broc et passe par la piscine où les travaux de génie civils me font chercher ma route pour traverser la Sarine non loin de la piste d'aviation.

Après le passage du camping, la pente va montrer le bout de son nez pour ne plus quitter le tracé avant de surplomber "Molésion-Village". La vue sur le Molésion et ses dauphins est alors à son

paroxysme. Une descente directe dans les champs puis un bout de route me mène à "Moléson-Village" même.

Le tourisme est bien présent dans le petit village et on sent bien que le départ de la benne en amont du bled y est pour quelque chose.

Un peu de poussée sera nécessaire pour arriver jusqu'à une cabane supposée " du club alpin" et juste avant je rencontre un couple de neuchâtelois expatrié au Vully qui se promenait, on taille une bavette en admirant le paysage.



Je pousse ensuite la promenade à travers des chemins de promeneurs en forêt puis des chemins rocaillieux pour arriver à un restaurant à la terrasse duquel je passe une bonne demi-heure à discuter avec un couple de Fully qui avait fait une marche au creux-du-Van et connaissait les gorges de l'Areuse comme quoi en se faisant violence, les valaisans peuvent aussi s'exporter...:)



Une heure encore de montée environ me sera nécessaire pour achever la dénivelée totale m'offrant ainsi une belle descente sur les Paccots. Là je trouve pour la première fois en environ 5 heures de route, une fontaine à eau potable. Je rempli mes gourdes et réalise la fin de la journée sur les routes cantonales pour rejoindre au plus vite ma destination de départ, à savoir "La Tour-de-Trême".

Tout s'est bien déroulé, le challenge de la 13ème étape a été relevé avec succès en 5h59'49" de selle pour une virée de 8h01'22" .

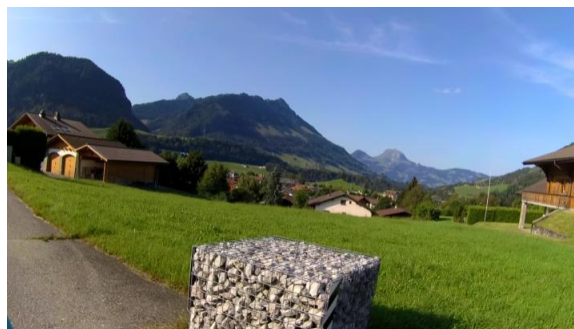
Photos de l'étape Charmey -> Les Paccots



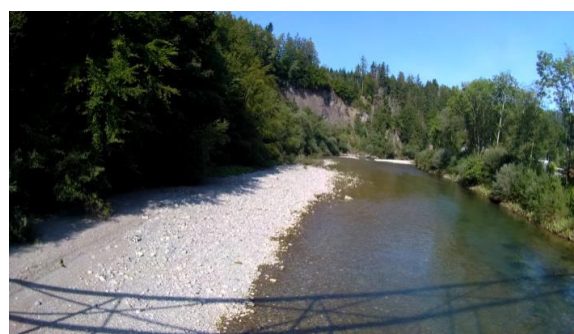
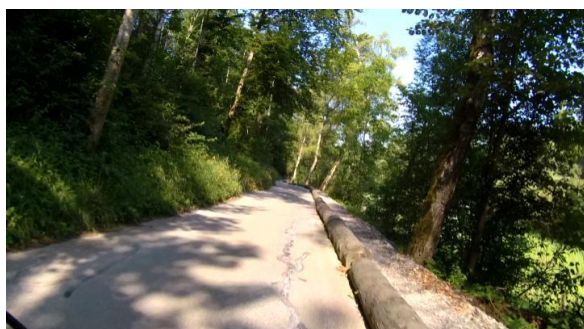
Vue du lac artificiel de Montsalvens depuis Crésuz



Panorama Bike Route nationale VTT N°2

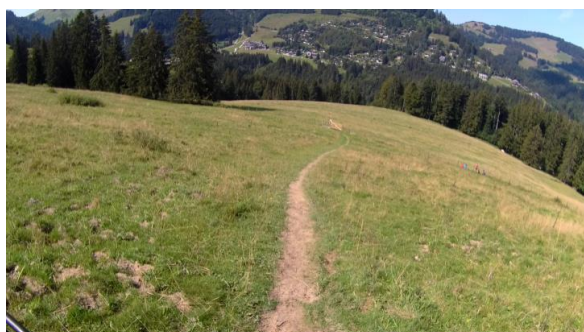


Usine électrique de Brot

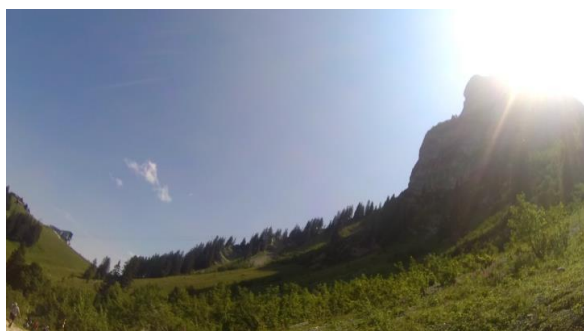




Montée sur Moléson-village



Vue sur Moléson-Village





Dernière montée avant les Paccots

Le samedi 28.8.2021, étapes N°14/14

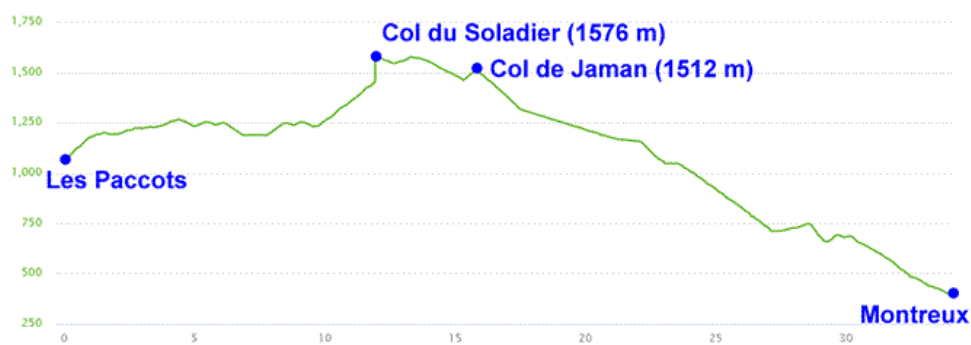
Les Paccots (Fribourg) -> Montreux (Vaud)

Profil de l'étape :

Longueur : 34,1 km | temps sur la selle : 2h37'13" | temps du parcours : 3h46'21"

Montée : 686 m | Descente : 1440 m

Techniquement : moyen | Physiquement : Facile (Difficulté Garmin : 96.7)



régionales. Très peu pour les cyclistes en plein effort ... mais j'ai retenu l'adresse pour d'autres occasions !

Puis vient un passage de rivière sur 2 mètres environ. L'eau recouvrant les cailloux ce n'est pas trop nouveau pour moi j'ai déjà eu...mais les cailloux étaient ronds et de la grosseur d'une balle de rugby et c'est en passant sur ces cailloux que j'ai lâché la main droite pour sortir la caméra de son support que ma roue avant s'est dérobée comme sur de la glace me programmant aussitôt mon cerveau en mode "slow motion". Je me suis vu tomber sur la gauche et j'ai bien senti mon fessier s'écraser sur les pierres alors qu'une fraction de secondes plus tard mon casque heurtait sèchement les cailloux sur l'arrière du crâne.



Etant chaud j'ai juste été refroidi psychologiquement mais physiquement rien ne m'empêchant de continuer fort heureusement. Sans casque, je ne serai pas en train de rédiger ce compte-rendu en fin de journée. Le casque m'a juste sauvé de graves séquelles si je ne l'avais pas mis mais jusqu'ici je n'ai jamais dérogé à cette règle essentielle.

La fameuse dernière étape avait comme je le présentais son mot à dire au niveau émotionnel...

Après cet incident, je me remets en selle et repart sur la route mais après quelques dizaines de mètres, mon GPS s'affole et m'ordonne de retourner. Il me l'a déjà faite celle-là ...mais j'ai quand même un doute.

Je refais un bout de route en descente et une voiture arrive, je l'arrête et demande à la conductrice si je suis sur la bonne route en lui parlant du col du Soladier que je devais franchir. Elle ne connaissait pas la route du col mais en avait déjà entendu parler, bizarre...!

Je lui dit que mon GPS me conseille de rebrousser chemin mais elle ajoute que par-ici il n'y a pas de réseau ! Je suis un peu rassuré et continue mais le doute persiste. Je m'arrête ouvre l'application "suisse mobile" sur mon i-phone et me géo-localise. Je ne suis pas sur le bon chemin...!



L'embrouille est proche de la rivière où je me suis planté. Je retourne, repasse la rivière à côté de mon vélo, j'ai les pieds dans l'eau froide mais c'est mieux que d'être allongé ! Je ne vois pas de panneau donc je repasse une 3ème fois la rivière à pied de nouveau et vois enfin le panneau caché par la végétation qui indique un chemin rocailleux. Cette fois je suis sur la bonne piste et le GPS est d'accord avec moi.

La montée se fait sur un chemin rocailleux puis en bitume puis à nouveau rocailleux jusqu'à un alpage et là c'est du sport, un chemin de promeneur avec des trous burinés par les pieds de bovins

rendent la montée en poussée pénible mais une fois que quelqu'un à fait le Septimerpass (c.f. "Alpen Bike route nationale VTT N°1, étape St-Moritz-Bivio) plus aucun terrain ne fait peur...:)

Ce n'était donc qu'une question de temps avant d'atteindre le sommet du col de muletier (depuis le côté Paccots) du Soladier.

Depuis le sommet du col une route en pierre sinueuse sert de présentoir à une vue magnifique sur le Léman qui se dévoile au cours de la descente à quelques encâblures du col de Jaman. J'ai fait la liaison avec ce col bien que ce n'était pas dans le tracé mais c'était "affectif", j'avais déjà fait le col de Jaman à une autre occasion.

Là je fais le plein de vidéos et photos et profite du paysage splendide qui s'offre à moi, quel instant privilégié...!

La descente est faite du côté Caux alors que je l'avais déjà faite du côté des Avants. Ceci avait comme avantage de passer proche de la gare de Caux et surtout de tutoyer l'imposant bâtiment de l'école hôtelière qui ressemble à un hôtel du 18ème mais très bien conservé et rénové, c'est la grande classe.



Le reste de la descente jusqu'à Montreux se fera encore par un effleurement des gorges du Chaudron puis l'arrivée à la gare de Montreux sera synonyme de fin de la "Panorama Bike" et de retour au bercail par le train régional jusqu'à Lausanne et enfin l'Inter-City jusqu'à Neuchâtel.

Mission accomplie, pour l'an prochain ce sera la "Jura Bike route VTT nationale N°3", il me reste 7 étapes sur 9, donc il y a encore du "taf"... ! Que du plaisir et du bonheur si les chutes ne sy invitent pas ... !

Photos de l'étape Les Paccots -> Montreux





Panorama Bike Route nationale VTT N°2





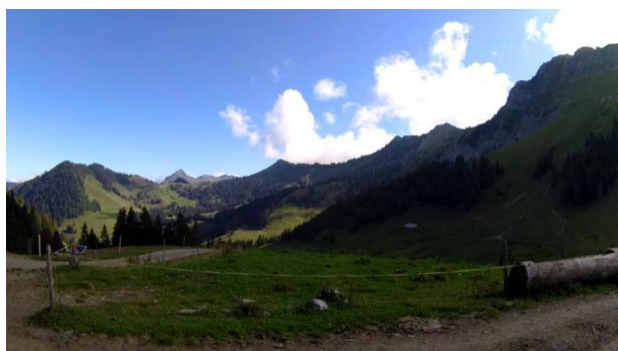


La traversée du cours d'eau qui a causé ma chute lors de son passage dû aux pierres hyper-glissantes



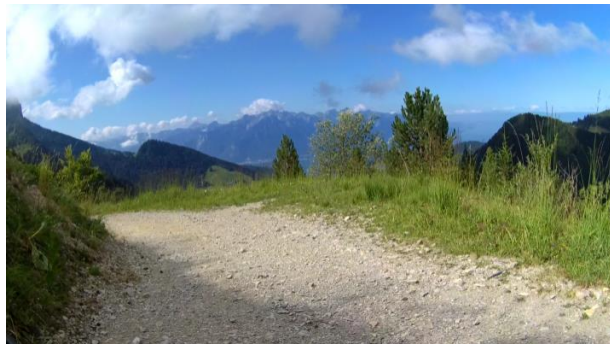
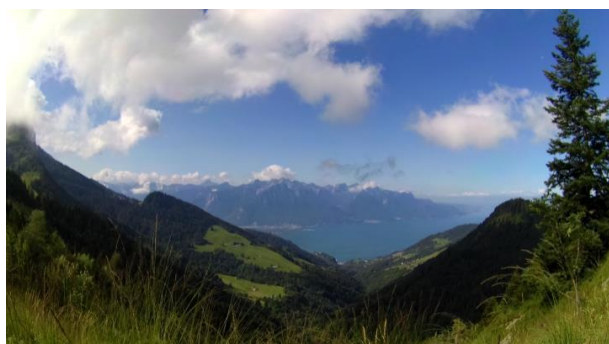
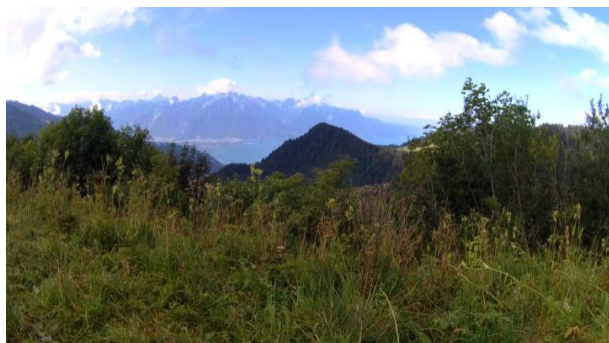


La montée du col du Soladier, un exercice plus pour les marcheurs que les « Bikers », c'est inroulable !





Panorama Bike Route nationale VTT N°2





Vue depuis le col de Jaman au pied de la dent de Jaman



L'école hôtelière de Glion en dessus de Montreux