

LE MAGAZINE OUTDOOR DE TRANSA

4-seasons

#57 | PRINTEMPS 2025

TRANSA
TRAVEL & OUTDOOR

CETTE FOIS, PRENDS UN PANTALON QUI DURE

Mais nous souhaitons encore autre chose...

Lors du développement de nos pantalons, nous avons mis l'accent sur la durabilité. Nous avons accordé une grande importance à la fonctionnalité ainsi qu'au design intemporel, de manière à ce que notre environnement soit le moins pollué possible.

Ces pantalons sont faits pour durer des dizaines d'années avant d'être transmis à la génération suivante ou d'être revendus sur le marché de l'occasion.

Il y a donc moins de pantalons à produire, ce qui réduit la consommation d'énergie ainsi que les déchets. Mais pour que cette réaction en chaîne fonctionne, tu dois utiliser ton pantalon aussi longtemps que possible, bien l'entretenir et si nécessaire, le réparer. Surtout le plus important : ne le remplace pas immédia-

tement la saison suivante. Avec nos conseils d'experts pour un bon entretien et notre service de réparation, nous te soutenons à chaque étape.

Alors, qu'en dis-tu ? Nous espérons que cet accord aura autant de sens pour toi que pour nous et notre environnement.



fjallraven.com

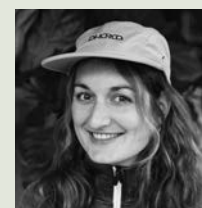
Bienvenue!

Nous nous réjouissons de t'accueillir pour la lecture de cette première édition francophone de 4-Seasons. Le magazine existe en allemand depuis plus de 15 ans déjà. Avec les nouveaux magasins de Lausanne et de Vevey, partager toutes ces histoires passionnantes avec la Suisse romande est devenu une évidence. Nous le faisons avec beaucoup de conviction et avec le soutien de traductrices et traducteurs professionnels. Nous te prions de faire preuve d'un peu d'indulgence envers nous si, au début, tout n'est pas encore parfait.

Qu'est-ce qui t'attend dans le magazine? 4-Seasons est bien plus qu'un simple magazine clientèle: quatre fois par an, nous faisons le récit de voyages passionnants, montrons des reportages photo impressionnants et réalisons des interviews captivantes sur les activités dans la nature et la fascination du voyage. Nous rendons visite à des fabricants de produits plein air, jetons un coup d'œil dans les coulisses de Transa et dressons le portrait de membres du personnel – le tout écrit par des personnes pour qui l'outdoor est une passion.

Tu souhaites raconter tes propres aventures? Qu'il s'agisse d'une grande excursion ou d'une petite escapade du quotidien, nous présentons régulièrement des aventures en plein air de nos lecteurs et lectrices. Contacte-nous à l'adresse marketing@transa.ch.

Nous te souhaitons une agréable lecture!



Jessica
Responsable
4-Seasons Magazine



06

UNE CARRIÈRE FULGURANTE

ENTRETIEN _ Fay Manners est soudain devenue une alpiniste professionnelle et impressionne actuellement par ses prouesses en matière d'escalade sur glace extrême et ses expéditions sauvages.

- 18 **NOUVEAUTÉS** _ Quelles sont les nouveautés de l'univers de Transa, de nos partenaires et de nos marques?
- 36 **PERSONNEL** _ Stefan du magasin Yosemite by Transa à Zermatt dédie sa vie au snowboard.
- 38 **MICRO-AVENTURE** _ Les excursions quotidiennes préférées de trois membres de la famille Transa.
- 42 **PRODUITS** _ Pour petits et grands: voici nos chouchous pour les micro-aventures.
- 48 **RANDONNÉE** _ Sur la Via Algarviana à travers l'arrière-pays portugais.

64

VIE EN PLEIN AIR

AVENTURE EN CAMPING _ La famille Mahler passe cinq semaines en Laponie suédoise avec son bus jaune.



26

VOYAGE DANS LES ARCHIVES

MONDE D'IMAGES _ Après 24 ans, Ruedi, photographe et membre de la famille Transa, part à la retraite – nous te montrons ses photos préférées.

- 50 **SERVICE** _ Willi de Transa donne cinq conseils pour ton prochain camping en famille.
- 56 **FABRICANT** _ Meubles de camping ultralégers: visite du siège d'Helinox à Séoul, en Corée du Sud.
- 60 **AUTRICHE** _ Six conseils pour bien commencer l'été en Carinthie.
- 74 **SORTIE** _ Notre lectorat raconte ses aventures en plein air.

IMAGE DE COUVERTURE: L'alpiniste britannique Fay Manners effectue de l'escalade en fissures sur le site d'escalade granitique de Cadarese, dans le Piémont. Photo: Olly Bowman

Rab®



LUSTER, NORWAY | 61.4938° N, 7.3291° E
PHOTOGRAPHY: ANDERS VESTERGAARD

Polyvalente. Quelle que soit la météo.

Lorsque vous êtes en haute altitude, la météo peut changer à tout moment. Préparez-vous à faire face au crachin, à la pluie torrentielle et à la grêle soudaine avec cette veste shell robuste Pertex® Shield. Dotée de toutes les fonctionnalités et très protectrice, elle vous permet de suivre votre programme, quelles que soient les conditions.



WWW.RAB.EQUIPMENT

FIREWALL MOUNTAIN JACKET



PRO DU JOUR AU LENDEMAIN

Interview Franziska Haack

La Britannique Fay Manners impressionne par ses itinéraires d'escalade glaciaire extrêmes, ses expéditions sauvages et ses descentes sur parois abruptes. Pourtant, il y a peu de temps encore, elle exerçait un métier tout à fait normal. Un entretien sur les processus d'apprentissage, la perte, la peur et une plus grande confiance en soi grâce à des cordées féminines.

ENTRETIEN

La montagne a toujours été ton «truc»?

FAY _ J’ai grandi dans le Bedfordshire, l’une des régions les plus plates de Grande-Bretagne. L’alpinisme n’était pas une option, je ne savais même pas que l’escalade était un vrai sport. Mais j’aimais bien être en extérieur pour faire de la randonnée et du camping. Quand j’ai déménagé à New York après mes études en science des données, j’ai découvert le bloc. Le week-end, je me promenais dans la nature et je faisais beaucoup de snowboard en hiver. J’ai fini par me mettre à l’escalade.

Comment as-tu atterri à Chamonix?

F _ Avec seulement dix jours de vacances par an, j’avais beaucoup trop peu de temps pour mes nouveaux hobbies aux États-Unis. J’ai donc cherché un travail qui me permettrait de travailler depuis chez moi et j’ai déménagé à Chamonix en 2015. Comme j’avais un «vrai» travail et que je n’effectuait pas seulement un job saisonnier, comme beaucoup d’autres là-bas, je pouvais m’offrir à tout moment les billets de remontée mécanique onéreux pour aller en haut des montagnes.

Comment s’est passée ton arrivée à Chamonix?

F _ Je ne connaissais personne. Sur Facebook, j’ai trouvé des partenaires d’escalade, mais j’ai eu du mal à prendre racine. Pour beaucoup, Chamonix

Le «couloir japonais» est le point d’entrée de la route de Cassin Ridge sur le Denali en Alaska.

est une station de passage. La plupart ne restent qu’une saison, au maximum un an. Et pendant ce temps, ils mettent les gaz en montagne...

Les gens sont tellement motivés qu’une fois tu a été ensevelie par une avalanche parce qu’un skieur au-dessus de toi ne voulait pas attendre...

F _ C’était du côté italien du massif du Mont-Blanc. Un skieur connu avait posté une vidéo sur le téléphérique de Skyway, après quoi c’est devenu infernal. Aujourd’hui, j’essaie de me tenir à l’écart de l’agitation, surtout en cas de neige fraîche ou lorsque je fais de l’escalade glaciaire. Je préfère échouer dans de mauvaises conditions plutôt que de me stresser sur des itinéraires bondés.

Tu n’as appris à skier qu’au milieu de la vingtaine. Entre-temps, tu as réalisé tes premières descentes impressionnantes sur des pentes raides vertigineuses. Comment as-tu développé ce talent?

F _ Lorsque que je suis passée du snowboard au ski, j’ai investi beaucoup de temps dans le processus d’apprentissage. J’ai remonté et redescendu maintes fois la même piste, ai peaufiné ma technique et pris des cours privés. Je voulais éviter des erreurs que j’aurais eu du mal à corriger plus tard. D’une certaine manière, il y avait des avantages à commencer si tard.

Qu’en est-il de l’escalade?

F _ D’autres s’entraînent beaucoup en salle, moi j’ai préféré pratiquer en extérieur: escalade sportive dans le calcaire, escalade en fissure sur le grès, escalade en dalle sur granit, escalade sur tuf en Grèce. Je ne suis pas aussi forte que les grimpeuses sportives spécialisées, mais en tant qu’alpiniste, l’expérience des différents types de roches et styles d’escalade m’aide. J’ai confiance en moi pour gérer à peu près tout ce que la montagne me propose. Et j’ai la tête sur les épaules, ce qui me permet de grimper sans stress même avec des points d’ancrage très éloignés.

Photos à droite: Michelle Dvorak, page précédente: Janiak Aleksandra



FAY MANNERS (38 ANS) ...

... a toujours fait du sport, rêvait d’une carrière dans le hockey et a choisi son université en fonction de sa palette de sports. Cette experte en science des données originaire de Grande-Bretagne a toutefois trouvé sa voie dans l’alpinisme. Dans sa ville d’adoption, Chamonix, et dans le monde entier, l’alpiniste polyvalente réussit les répétitions et les premières descentes de parcours difficiles en escalade rocheuse, glaciaire et mixte (combinaison de rocheuse et glaciaire), ou en descente à ski sur pentes extrêmement raides.



Photo ci-dessous: Aleksandra Janiak, à gauche; Olly Bowman

Deux itinéraires d'escalade en fissure: dans le Piémont d'automne (en haut) et dans le parc national de Zion, Utah, États-Unis (à droite).

«J'avais très envie de trouver une partenaire pour les grandes voies alpines. Nous, les femmes, sommes plus fortes que nous ne le pensons.»



Y a-t-il eu un moment où tu as réalisé que ton talent pourrait te rapporter de l'argent?

F _ Absolument pas. Je pense toujours que je ne suis pas assez à la hauteur.

Pourtant, tu vis de l'alpinisme depuis un peu plus d'un an.

F _ Oui, je suis une athlète professionnelle maintenant. Pas en tant que joueuse de hockey, comme j'en avais rêvé pendant mon enfance, mais en tant qu'alpiniste. En 2022, Line van den Berg et moi-même avons été la première équipe féminine à avoir gravi le «Phantom Direct», un itinéraire mixte extrêmement long vers les Grandes Jorasses, sans interruption en 31 heures. Cet exploit a fait sensation dans le milieu, et plus tard The North Face m'a proposé une collaboration.

D'où t'est venue ta passion pour les cordées féminines?

F _ Lorsque j'ai débuté, j'ai rencontré pour la première fois au Pays de Galles des femmes fortes et sûres d'elles. Je les ai regardées avec respect. Puis, à Chamonix, j'ai rencontré d'autres femmes qui faisaient du ski, de l'escalade et de l'alpinisme.

Petit
Léger
Sûr
Puissant
Beau

Fait au japon

New River
Popote



Amicus
Réchaud

Disponibles aussi en kit

SOTO
Sparked by nature



www.sotooutdoors.eu/fr



Photo: Jan Vrt

La paroi de glace de 400 mètres de haut du Finnkona, sur la commune de Senja, est l'un des itinéraires d'escalade glaciaire les plus spectaculaires de Norvège.

Mais à l'époque, je n'osais pas leur demander si je pouvais me joindre à elles. J'avais pourtant très envie de trouver une partenaire pour les grandes voies alpines.

Qu'est-ce qui a marqué ce tournant?

F _ Line. Elle a réagi à l'une de mes publications sur les réseaux sociaux et est venue des Pays-Bas à Chamonix pour faire de l'escalade. Nous nous sommes tout de suite bien entendues. Line était une féministe aux idées bien arrêtées. Grâce à elle, j'ai commencé à réfléchir à la façon dont la société nous affecte, les femmes, et à la manière dont nous suivons, souvent inconsciemment, certaines règles. Line se posait des questions telles que: «Pourquoi se raser les jambes? Ne serait-ce pas mieux d'avoir ses poils pour tenir chaud en pleine montagne?»

Comment Line t'a-t-elle influencé en matière d'escalade?

F _ Avec Line comme partenaire à part entière, en qui j'avais confiance et avec qui j'avais un lien

très étroit, j'ai pu aller plus loin. J'ai osé grimper plus souvent et parcourir des itinéraires plus difficiles. Le tout en sachant toujours que nous étions ensemble et que ce n'était pas grave d'échouer. Line m'a donné énormément de confiance en moi.

Quelle est la différence entre les cordées exclusivement féminines et les cordées mixtes?

F _ L'égalité et l'équité. Le sentiment que les hommes et les femmes sont à la même hauteur. Dans les cordées mixtes, de nombreuses femmes se sont faites instinctivement plus petites, moi y compris. Nous laissons souvent l'homme passer devant parce que nous pensons qu'il est certainement meilleur. Cela ne vient pas du tout des hommes. J'essaie d'inciter les femmes à s'affirmer et à montrer à quel point nous sommes fortes.

En mai 2023, Line est décédée dans une avalanche.

F _ La nouvelle du décès de Line m'est parvenue lors d'une expédition au Pakistan. Ça a été un choc énorme et extrêmement cruel de perdre Line si peu de temps après que nous nous soyons trouvées. C'était non seulement une partenaire d'escalade, mais aussi l'une de mes meilleures amies. Nous nous sentions comme des sœurs et Line me manquera jusqu'à la fin de mes jours.

BEST GRIP FOR
YOUR ADVENTURE

Air Revolution
4.6 Lady



MEINDL
Shoes For Actives



À droite: montre-moi tes mains et je te dirai le long de quelle fissure tu a fais de l'escalade. Indian Creek, Utah, États-Unis, 2022.

En bas: début 2023, Fay et Line ont passé un mois en Écosse.



Photo: Janiak Aleksandra



Que te reste-t-il de Line?

F _ L'hiver qui a précédé sa disparition, nous étions en Écosse. Le voyage nous a encore plus soudées. Il y avait peu de temps d'escalade et beaucoup d'attente. Avec le recul, je suis contente que le temps n'ai pas joué en notre faveur, car nous avons eu plus de temps pour rire ensemble. Line aimait l'Écosse, avec tout ce vent et cette pluie. Chaque fois que la météo menace de gâcher mon humeur, je me dis: «Line serait aux anges!» Nous avons encore beaucoup de projets qui resteront maintenant à jamais dans les tiroirs.

Comment choisis-tu tes projets?

F _ Je n'ai pas de liste fixe à traiter. Souvent, je vois ou lis quelque chose de passionnant et j'en tire un projet. Certaines idées viennent aussi de mes partenaires. L'Américaine Michelle Dvorak, par exemple, rêvait de gravir le Denali par l'arête Cassin. Un classique de l'escalade extrême avec un dénivelé de 2700 mètres et des passages rocheux et glacés très exigeants. L'itinéraire se parcourt sur plusieurs jours et jusqu'à 6000 mètres d'altitude. Je me suis jointe à l'expédition et c'était formidable.

Tu as développé ton premier parcours en Norvège en 2023.

F _ Le mot d'ordre était la découverte. Trouver de nouveaux itinéraires en terrain inconnu, c'est fascinant. Cette année-là, j'ai pu ouvrir huit itinéraires rocheux et mixtes – en Norvège, au Groenland et au Pakistan.

Ensuite, tu t'es concentrée sur le ski. Pourquoi?

F _ Je ne suis pas une grimpeuse typique, je ne travaille pas à développer les degrés ou bien les itinéraires. Je cherche plutôt l'aventure. Les nouveaux défis et l'alpinisme créatif m'intéressent davantage que des records ou les escalades de plus en plus rudes. L'hiver 2023/24 était placé sous la devise «Partir par mes propres moyens»: arrivée à vélo, montée à pied, puis descente à pic. J'ai également développé trois premiers parcours. L'un d'entre elles est la «Stratonsphérique», qui relie différents couloirs de l'Aiguille d'Argentière, passant près de Chamonix par des passages de des-

Hilleberg: Tents for every adventure.



Johan Granstrand/Sweet Earth



Emma Carlsson/@emmaogustav



Björn Nehrhoff von Holderberg/www.adventure-photographer.de

HILLEBERG

THE TENTMAKER

ORDER A FREE CATALOGUE:

HILLEBERG.COM + 46 (0)63 57 15 50

Facebook.com/HillebergTheTentmaker

Dans les environs de Chamonix, sa ville d'adoption, Fay évolue loin des pistes et des itinéraires populaires.

cente et d'escalade. Cette année, j'aimerais associer le ski à l'escalade sur glace et à l'escalade mixte afin de varier encore plus les plaisirs.

Froid, tempête, pénombre: les montagnes peuvent être très inconfortables. Tu aimes souffrir?

F _ Le mieux c'est quand c'est fini et que tu t'assois dans la vallée en dégustant une pizza. Ce n'est pas comme si j'appréciais particulièrement la fatigue. Mais la satisfaction après-coup est d'autant plus grande quand tu as souffert un peu. Et ce qui reste en mémoire, ce sont les bons côtés: dormir à la belle étoile dans un sac de couchage douillet par une nuit glaciale, admirer un lever de soleil ou une vue à couper le souffle.

Comment gères-tu la peur?

F _ Je peux bien contrôler mes angoisses, et reste calme dans les situations difficiles. Ce qui me fait le plus peur, ce sont les situations que je ne peux pas contrôler. Par exemple une grosse avalanche ou une tempête de neige vraiment terrible au sommet. Si les bulletins météo ou d'avalanches ne correspondent pas, je ne prends aucun risque.

À l'automne 2024, tu as voulu ouvrir un nouvel itinéraire avec Michelle Dvorak sur le Chaukhamba III, dans le nord de l'Inde. Une chute de pierres a coupé la corde jusqu'à votre haulbag (sac d'équipement que l'on transporte en escalade, n.d.l.r.). À 6400 mètres d'altitude, ton groupe s'est retrouvé coincé dans la paroi rocheuse sans réchaud, tente ni crampons.

F _ J'ai vraiment eu peur à ce moment. Surtout lorsque les batteries de nos téléphones portables se sont vidées et que nous ne pouvions plus consulter les prévisions météo. Le temps était extrêmement mauvais et mes vêtements chauds et mon sac de couchage avaient disparu. Nous avons lancé un appel de détresse, un hélicoptère est arrivé, mais ne nous a pas vus. Nous n'avions pas le choix: nous devons réussir à descendre de la montagne seuls.

L'incident a fait l'objet d'une couverture médiatique internationale. Les tabloïds ont écrit: «La chaleur humaine lui ont sauvé la vie.»

F _ Je souffrais d'une forte hypothermie, je ne faisais que trembler. Se tenir chaud a vraiment aidé. Mais ce qui a été décisif: nous avons pu descendre en rappel presque toute la paroi, car grâce à notre expérience alpine, nous avons pu construire des points fixes à peu près sûrs malgré le manque de matériel. On a surmonté cette épreuve en tant qu'équipe. Finalement, après presque quatre jours, un groupe d'alpinistes français est venu nous aider.

Le reportage t'a-t-il énervé?

F _ Au début, j'étais en colère parce que j'avais l'impression qu'on ne racontait qu'une histoire d'échec. Mais ensuite, je me suis rendu compte que c'était un énorme exploit d'avoir réussi à se sortir de cette situation vraiment difficile. Il y a trop de cas où les alpinistes ne survivent pas à ce genre de situation.

Tu plaides pour que les femmes alpinistes soient plus acceptées. Le rôle des femmes dans l'alpinisme a-t-il changé?

F _ On ne peut pas vouloir devenir ce qu'on ne connaît pas. Bien sûr, il y a de grands modèles comme Alison Hargreaves, Catherine Destivelle ou Lynn Hill. Et petit à petit, nous sommes de plus en plus nombreuses à gravir les montagnes. Malgré tout, il y a encore un long chemin à parcourir pour parvenir à un véritable équilibre entre les genres, notamment pour l'escalade glaciaire et mixte ou pour le ski sur pentes raides. Pour cela, j'aimerais inspirer d'autres femmes en leur disant: sortez et suivez vos rêves!



Photo: Oly Bowman

«Line se posait des questions telles que: Pourquoi se raser les jambes? Ne serait-ce pas mieux d'avoir ses poils pour tenir chaud en pleine montagne?»



ESSENTIAL | ELEMENTS



DISHES +

+ C'EST VERT ET C'EST CLAIR!

Vaisselle de camping et de trekking en matériau Tritan™ Renew recyclé

tritan™
RENEW



MADE IN ITALY

QUOI DE NEUF?

NOUVEAUTÉS



Photo: Raphael Zeller



Envie d'un nouvel emploi?

Nous recherchons du personnel à Bâle.

Notre filiale bâloise déménage en octobre 2025 dans la gare de Bâle CFF et s'agrandit. Nous sommes donc à la recherche de nouvelles recrues pour les domaines les plus divers: vente, service clientèle, caisse et logistique. Es-tu prêt/-e pour une nouvelle aventure? Tu souhaites participer avec nous à la création de la nouvelle filiale à Bâle? Alors, n'hésite pas à nous envoyer ta candidature. Tu trouveras plus d'informations et tous les postes à pourvoir ici: transa.ch/fr/jobs

ÉVÉNEMENTS: AVRIL – JUIN

Sur transa.ch/events, tu trouveras des informations détaillées et des actualités concernant tous nos événements.



TRANSA KIDS DAY

Inscription: transa.ch/kids-day-fr

Les enfants peuvent faire leurs premières expériences sur un mur d'escalade, apprendre à sculpter avec des instructions ou à faire du feu sans briquet. **Entrée:** CHF 10.– **Dates:** 5 avril, magasin Zurich Europaallee; 12 avril, magasin de Bâle; 26 avril, magasin Markthalle Berne

SOIRÉE D'INFORMATION: PRÉPARATION D'UN VOYAGE

Inscription: transa.ch/preparation-voyage

Des médecins des voyages expérimentés du Centre de médecine des voyages te renseignent sur des thèmes tels que la prévention de la diarrhée du voyageur, la protection contre les insectes et la rage. Le thème du mal des montagnes est également abordé. Globe-trotteuse, Thomi de Transa donne des conseils et astuces concernant l'équipement de voyage: Qu'emporter dans mon sac à dos? Quels produits protègent des moustiques? Comment peut-on traiter l'eau? **Entrée:** CHF 10.– **Dates:** 30 avril, magasin Transa Markthalle Berne; 6 mai, magasin Transa Lucerne; 8 mai, magasin Transa Zurich Europaallee



Photo: Rainer Eder

JOURNÉES DE LA TENTE (ET CYCLE WEEK)

Plus d'infos: transa.ch/journees-de-la-tente

Lors des journées de la tente à Berne, Lucerne et Zurich, tu peux découvrir notre assortiment de plus de 60 tentes directement sur place. Notre équipe te conseille efficacement sur chaque modèle et le monte avec toi. Si tu décides d'acheter, tu profiteras d'un rabais avantageux. **Dates:** les 3 et 4 mai à Berne, Zeltplatz Eichholz; les 17 et 18 mai à Lucerne, Strandbad Tribtschen; du 22 au 25 mai à Zurich, à Brunau pendant la Cycle Week (informations sur transa.ch/cycle-week)



Photo: Ruedi Thoni

FESTIVAL MUV À BERNE

Informations: transa.ch/muv-festival-fr

Visite notre camp de base dans le monde thématique du sport alpin lors du festival MUV et mets tes compétences à l'épreuve sur notre mur d'escalade ou laisse-toi inspirer par des athlètes de haut niveau. De plus, un super concours et d'autres super exposants du secteur outdoor t'attendent. Rends-nous visite, nous t'attendons avec impatience! **Date:** du 13 au 15 juin à Berne, Bernexpo

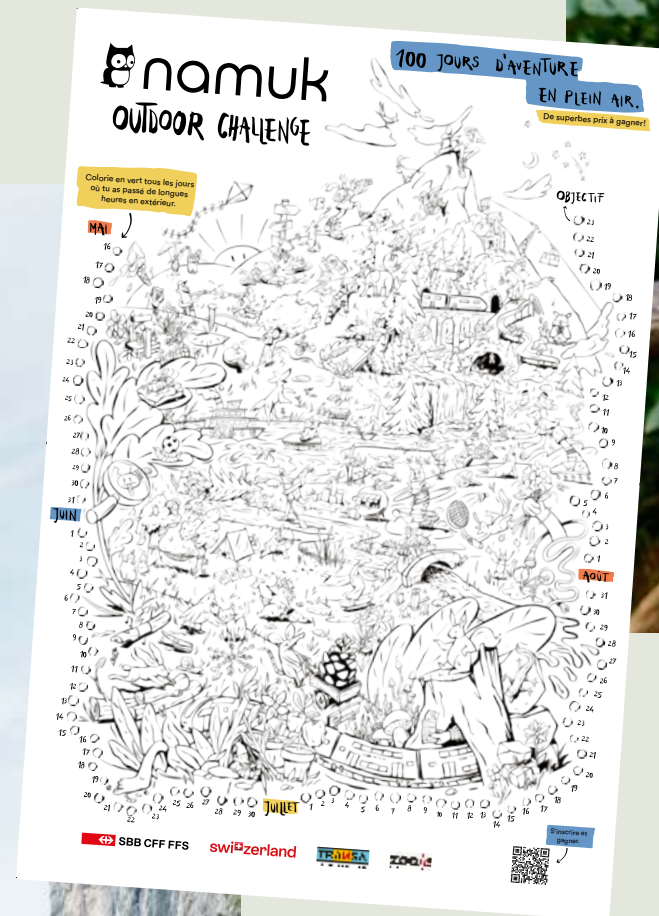
100 journées dehors, remplis d'aventures

Le namuk Outdoor Challenge 2025.

NOUVEAUTÉS



Photos: archives namuk



Dans un monde où les écrans sont omniprésents, namuk, la marque suisse de vêtements de plein air pour enfants, veut envoyer un signal fort avec le namuk Outdoor Challenge. Celui-ci permet aux enfants suisses de passer plus de temps en extérieur et de redécouvrir les joies de la nature. En effet, des études montrent qu'en Suisse, les enfants passent nettement moins de temps dehors qu'avant. Toutefois, les expériences dans la nature sont précieuses et ont de nombreux effets positifs sur la santé, la créativité et les compétences sociales. «La nature est le plus grand terrain de jeu qui existe», déclare Franz Bittmann, fondateur de namuk. «Nous voulons inciter les enfants à explorer le monde devant leur porte et à vivre des aventures qui les accompagneront toute leur vie.» À partir du 21 mars, le poster du challenge sera disponible gratuitement dans tous les magasins Transa. Celui-ci a pour but d'accompagner et de motiver les enfants. Pour participer, rien de plus simple: procure-toi le poster, inscris-toi sur Internet (namuk.com) et prévois des sorties, des jeux en extérieur, des découvertes et de nouvelles aventures pendant 100 jours à partir du 16 mai.

Voici comment cela fonctionne: qu'il s'agisse d'une promenade en forêt, de l'observation d'animaux, d'un pique-nique dans la nature ou de la construction d'une cabane dans les arbres, chaque activité compte. L'essentiel est qu'elle se déroule à l'extérieur. Les enfants peuvent immortaliser leurs expériences sur le poster. Pourquoi participer? Le temps passé à l'extérieur favorise la créativité, la résilience et les interactions sociales des enfants. Ce challenge a pour but de montrer à quel point la protection de la nature est passionnante et importante. Et cerise sur le gâteau: de superbes prix seront tirés au sort parmi toutes les personnes participantes, dont un AG familial des CFF pour toute la famille, une nuitée au Zoo de Zurich, des bons de voyage et bien plus encore.

Participe! Procure-toi dès maintenant ton poster gratuit dans un magasin Transa et participe au namuk Outdoor Challenge. Cette promotion est soutenue par Transa, les CFF, Suisse Tourisme et le Zoo de Zurich.

Actualités de nos partenaires

Transa travaille en étroite collaboration avec de nombreux partenaires. Quelles sont les nouveautés dans le domaine des partenariats?

Media Reisen fête ses 40 ans

Qu'il s'agisse d'un voyage individuel sur mesure, de vacances en péniche ou d'une aventure sportive, l'agence de voyages Media Reisen à Bâle trouve la solution idéale pour tous/-tes les adeptes de voyages grâce à sa longue expérience. Nous souhaitons un joyeux anniversaire à notre partenaire! Plus d'infos: mediareisen.ch

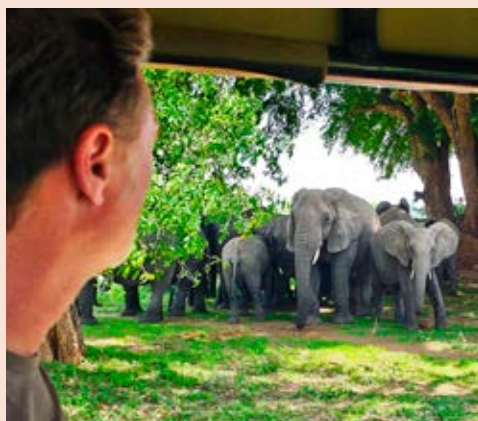


Photo: archives Media Reisen

CLEAN-UP TOUR '25

Ramassage de déchets dans les montagnes.



Photo: Summit Foundation

35 étapes dans toute la Suisse

Les déchets laissés dans les montagnes polluent les eaux et les sols et ont des effets néfastes sur la faune. C'est pourquoi le «Clean-Up Tour» de la Summit Foundation aura à nouveau lieu cette année, d'avril à octobre. Des déchets seront collectés dans les montagnes sur 35 étapes réparties dans toute la Suisse. L'année dernière, plus de 1600 personnes participantes ont collecté plus de trois tonnes de débris. Cette année également, Transa est le partenaire principal du «Clean-Up Tour». Tu trouveras toutes les dates sur: cleantour.ch



INTERNATIONAL OCEAN FILM TOUR VOL.11

Bien que nous, les êtres humains, ne soyons pas des créatures marines, l'eau exerce sur nous une fascination particulière. Les protagonistes de l'«International Ocean Film Tour» de cette année ont le même ressenti: ils relatent une rencontre exceptionnelle avec un globicéphale, une traversée de l'océan à la rame, un événement surf de classe mondiale, une plongée en apnée dans une zone frontalière et des algues qui ont le potentiel d'influencer l'avenir. Au total, cinq films seront projetés et le programme s'étendra sur deux heures et demie à trois heures.

Dates et informations

La tournée en Suisse se déroulera du 5 au 15 mai. Avec la TransaCard, tu bénéficies d'un rabais de CHF 5.- sur ton billet en prévente dans les magasins Transa. Tu trouveras toutes les dates et informations sur: transa.ch/ocean-film-tour-fr



Sitting is Believing

Helinox

Actualités de la marque

L'assortiment Transa comprend environ 42 000 articles de plus de 500 marques. Nous te présentons ici les nouveautés dans notre palette produits.

Un amorti optimal

La marque de chaussures Hoka («voler» en maori) est synonyme de grand confort lors de la marche grâce à un amorti très prononcé et à une semelle intermédiaire sophistiquée. Les deux modèles étanches à l'eau «Speedgoat 6 GTX» (réf.: 328346/328345, CHF 204.90, gauche) et «Anacapa 2 Low GTX» (n° d'article: 328344/328343, CHF 179.90, à droite) sont disponibles à partir du printemps chez Transa.



À gauche: Regular Linen Shirt Male (n° d'article: 329172, CHF 129.90).
À droite: Aster Fold Up Short Sleeve Linen Shirt Women (n° d'article: 329261, CHF 99.90).

Durabilité et style

En 2008, le Danois Jørgen Mørup et son fils Mads ont fondé KnowledgeCotton Apparel. L'idée: des matériaux durables, une production respectueuse de l'environnement et un design nordique intemporel. Pour leur projet, les deux hommes ont pu s'appuyer sur plus de 50 ans d'expérience dans l'industrie textile. Dans les années 1980, la famille fabriquait déjà des vêtements en coton bio. Aujourd'hui, la marque utilise autant que possible des matières durables telles que du coton biologique certifié, du polyester recyclé, de la laine issue d'élevages biologiques contrôlés et du lin biologique (voir photos). Elle s'engage en outre en faveur de la transparence et de la responsabilité sociale tout au long de la chaîne d'approvisionnement. KnowledgeCotton Apparel est disponible dès maintenant chez Transa.

Chaussettes 100% sérénité Made in USA

Lorsque l'industrie textile américaine s'est déplacée outre-Atlantique dans les années 1990, l'entreprise de la famille Cabot a également connu des difficultés financières. Pour subsister, l'entreprise familiale avait besoin de toute urgence d'un nouveau positionnement sur le marché. En 2004, Ric Cabot fonde Darn Tough (en français: vraiment robuste) et commence à fabriquer des chaussettes de grande qualité et durables. La marque a rapidement acquis une bonne réputation dans la communauté des activités de plein air et les problèmes financiers ont rapidement été surmontés. Aujourd'hui encore, les produits Darn Tough sont fabriqués dans l'entreprise familiale du Vermont, aux États-Unis. L'entreprise offre une garantie à vie sur ses chaussettes, qui sont désormais également disponibles chez Transa.



Darn Tough Ms Light Hiker Micro Crew (n° d'article: 330193, CHF 34.90).



REFINED GEAR
FOR ADVENTURE



COMFORT 0° | -5° | -10°

- coupe extralarge
- ouverture latérale pour les bras
- utilisable comme édredon en duvet

Flexibilité et confort combinés à des matériaux recyclés et à un duvet de qualité supérieure. Avec trois niveaux de température et six tailles, le sac de couchage Comfort est le compagnon idéal de toutes les aventures. Une coupe extra-large et des ouvertures latérales pour les bras assurent une grande liberté de mouvement.



exped.com

EXPED

SWISS
DESIGN

NOUVEAUTÉS

DES PHOTOS QUI DURENT

Texte Michael Neumann

Photos Ruedi Thomi

MONDE D'IMAGES

Il est resplendissant et donne
le sourire aux lèvres: le bus
Transa Ferdinand devant l'hôtel
Belvédère au col de la Furka.



Pendant 24 ans, il a façonné l'image de Transa, en termes de marketing et en tant que photographe. À présent, il prend sa retraite. Il est temps de relater ses voyages en images. Prends soin de toi, cher Ruedi!



2022, SPIEZ, LAC DE THOUNE

Emmène-nous dans les airs, Ruedi! Il a gardé sa passion pour le parapente et aujourd’hui encore, il propose des vols en tandem au-dessus des lacs de l’Oberland bernois. Petite anecdote au passage: une fois, lors d’un événement d’équipe, il a laissé le personnel de Transa voler sans accompagnement, en leur donnant simplement des instructions par radio. Dès lors qu’un collègue est revenu sain et sauf, son enthousiasme était à son comble: «Avec Ruedi dans l’oreillette, je pourrais aussi faire atterrir un Boeing 747!»

2018, COL DU GRIMSEL

Le shooting est terminé, la fondue au fromage a été savoureuse, le vin blanc a été dégusté et l’appel du lit se fait sentir, mais Ruedi ne l’entend pas. Qu’y a-t-il de plus beau pour un photographe que l’heure bleue? Lorsque l’obscurité s’installe et que les premières étoiles commencent à briller, on oublie aussitôt les -12 degrés et les rafales de vent dehors. La convivialité et le repos doivent attendre.



Ruedi Thomi a passé quatre décennies et demie dans le secteur de l’outdoor. Après avoir suivi une formation de droguiste, Ruedi a d’abord trouvé un emploi dans un magasin de sport bernois en 1980, où il a monté des skis. Quatre ans plus tard, il a introduit en Suisse la marque outdoor suédoise Fjällräven en tant que représentant régional. Quand les premiers parapentes sont apparus, Ruedi s’y est aussitôt intéressé. Avec sa compagne Suzanne, il décroche son brevet de pilote de parapente et, trois semaines plus tard, ils effectuent un premier vol spectaculaire depuis le sommet de la Jungfrau jusqu’aux Alpes bernoises. Peu après, Ruedi a rejoint l’entreprise Fürst AG, où il a développé et testé du matériel de parapente. Enfin, Ruedi a piloté comme professionnel pour l’équipe officielle de Fürst, a participé aux premiers championnats du monde, a organisé des trekkings en parapente, a fondé une école de vol en Valais et s’est engagé dans le sauvetage en montagne avec le chien d’avalanche Aja. Dix ans plus tard, alors père de deux enfants, Ruedi et sa famille sont retournés en Suisse alémanique pour y percevoir un revenu régulier. Il y a trouvé un poste chez Exped, en tant que collaborateur du service externe pour la Suisse romande, puis chez Transa à

partir de 2001. En tant que «service marketing à lui tout seul», tout ce qui devait faire connaître Transa passait sur son bureau. Parallèlement, il se consacre à sa nouvelle passion, la photographie. Les personnes, les paysages et surtout les volcans actifs sont ses sujets de prédilection. Cette passion n’est pas passée inaperçue chez Transa. En effet, il quittait souvent son bureau à Zurich pour partir explorer le vaste monde. «Shooting découverte Transa» était le mot magique qui permettait de mettre en scène le personnel de Transa et des produits de la gamme en pleine nature lors d’un véritable voyage. C’est ainsi qu’au fil des ans, le personnel s’est rendu entre autres à Minorque, en Corse, en Colombie, en Namibie et bien sûr aussi dans les Alpes, au mieux enneigées. Au début de cette année, le voyage commun de Transa et Ruedi a pris fin, le nouveau mot magique étant: retraite. Pourtant, dans l’esprit de Transa, Ruedi a déjà un camping-car adapté au désert est déjà dans les starting-blocks, chargé de packrafts, de parapentes et d’une bonne dose d’aventure.

Plus d’informations sur les voyages de Ruedi sur Instagram: [@rundblick.ch](#)



2018, MINORQUE

L'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt – les gens qui participent à des séances photos avec Ruedi le savent bien: pour être vraiment en position au lever du soleil, même une petite grasse matinée n'est pas envisageable. C'est pourquoi, en été, le réveil sonne généralement à quatre heures du matin.



2011, STROMBOLI

Rien ne peut détourner Ruedi de son voyage automnal vers les volcans actifs du sud de l'Italie. Depuis des décennies, il est fasciné par le spectacle offert par la lave incandescente qui jaillit régulièrement, notamment au Stromboli. Combien de nuits a-t-il passé là-bas? Un nombre incalculable.

2017, FLIMS LAAX

Transa a organisé à deux reprises un festival en plein air dans les Grisons. Un cours d'initiation au kayak y a notamment été proposé sur le magnifique lac de Cauma. En tant qu'expert en parapente, Ruedi sait quel angle offre la meilleure vue du lac – même si, dans ce cas, il a dû diriger le drone faute de chaleur.





2017, COLOMBIE

En route avec Transa dans un village de montagne colombien au-dessus des 3000 mètres d'altitude. Les photos nécessaires sont dans la boîte, mais l'œil et l'appareil photo ne se reposent jamais. Certains sujets viennent aussi vite qu'ils repartent, comme cette jeune fille timide mais curieuse.

2019, PORTA D'ES-CHA

Ruedi aime se se rendre là où l'hiver domine même en été: en altitude, dans les montagnes suisses. Là-haut, on a l'impression d'être à mille lieues du quotidien, et chaque tempête efface toute trace de pas existante. Cette photo a été prise lors d'une randonnée sur la Haute Route des Grisons avec l'école de montagne Höhenfieber, partenaire de longue date de Transa.

THE SKY IS THE LIMIT



VERTICON - EXTREMELY LIGHTWEIGHT FOAM GRIP



HIGHLY BREATHABLE MESH STRAP

FROM 123 GRAMS

FX
Carbon

SKYTERA

76,3MM

KARL AMOLD STR. 30 - D-73230 NÜRCHINGEN TECK



Collage et illustrations: Susanne Häusler

BAVARDAGE ET CONFIDENCES

AVEC STEFAN

Stefan est un snowboarder passionné et un interlocuteur important au magasin Yosemite by Transa à Zermatt. En sa qualité de conseiller, il peut donner à sa clientèle des astuces de voyage exceptionnelles.

Interview Mona Boos

Stefan, tu aimes passer du temps en plein air. Quels sont tes coins préférés dans la nature?

STEFAN _ Je suis passionné de snowboard et de splitboard – j’aime bien partir en exploration en dehors des pistes. Dès qu’il y a de la poudreuse fraîche quelque part, c’est parti. Pour moi, le snowboard, c’est la liberté à l’état pur. Si ça ne tenait qu’à moi, l’hiver durerait toute l’année. Je planifie mes voyages de manière à avoir autant de mois d’hiver que possible.

C’est rare! Beaucoup de gens pencheraient plutôt pour un été sans fin. Où vas-tu donc?

S _ Tout le monde a ses préférences. *(rires)* Pour passer le plus gros de l’année en hiver, je voyage de temps en temps dans l’hémisphère sud pendant l’été suisse. Ces dernières années, j’ai fait du snowboard en Nouvelle-Zélande, au Chili et en Argentine. J’ai aussi déjà fait du snowboard et du splitboard au Japon et au Canada. Et j’ai également déjà fait de l’hélicski en Alaska.

Et quelle sera ta prochaine destination?

S _ J’ai obtenu trois mois de congés sans solde cette année. Pendant cette période, je pars faire du snowboard en Iran. De plus, cet hiver, j’irai encore deux semaines en Norvège. Sont également sur ma liste des destinations qui sont plutôt méconnues pour le ski ou le snowboard, comme le Maroc, la Grèce ou la Turquie.

Comment es-tu arrivé dans l’entreprise?

S _ Je suis originaire de Saxe en Allemagne et je suis cuisinier de formation. J’ai travaillé quelques années en Autriche dans l’hôtellerie et la restauration. Il y a cinq ans, j’ai fait la connaissance du directeur du magasin Yosemite by Transa à Zermatt en faisant du VTT. Il m’a demandé si j’avais envie de faire autre chose. En tant que cuisinier, j’étais toujours très stressé. Mais à 25 ans, on gère le stress différemment qu’à 35 ans. Voilà pourquoi j’ai décidé d’essayer ce job pendant une saison.

Mais tu n’y es pas resté qu’une saison, tu y es toujours.

S _ C’est vrai. Je suis en quelque sorte resté coincé à Zermatt, comme beaucoup de mes collègues. Chaque fois que je suis ailleurs, je réalise à quel point nous sommes bien ici. Malgré tout, l’envie de découverte me rattrape toujours.

Où te trouve-t-on dans le magasin?

S _ En hiver, je suis dans le rayon ski et j’aide notre clientèle à trouver des skis, des chaussures de ski ou un casque. L’été, je conseille la clientèle en matière d’alpinisme et de randonnées en haute montagne. De nombreuses personnes passent leurs vacances à Zermatt et viennent nous poser des questions avant de partir en excursion, ou ont besoin d’un équipement spécifique.

NOM ET ÂGE	Stefan, 39 ans
EN POSTE DEPUIS	5 ans
EN TANT QUE	Responsable sports de montagne

L'AVENTURE AU QUOTIDIEN

Pour vivre de belles expériences, il suffit souvent de faire de petites excursions dans les environs, qui s'intègrent bien dans le quotidien. Trois membres de Transa présentent leurs «micro-aventures».

La nature, un lieu de détente: pas besoin de demander deux fois à Madi de partir spontanément en excursion.



MADI

«La spontanéité est souvent récompensée par la nature.»

Cela fait quelques années que mon compagnon et moi possédons un bus Volkswagen. Il nous permet de partir spontanément à l'aventure. Les prévisions météo sont bonnes pour le week-end? Alors, c'est parti pour une excursion en plein air! Le samedi matin, nous nous rendons d'abord à notre marché local et achetons des ingrédients frais pour les cuisiner plus tard à l'extérieur. En automne, nous faisons griller des marrons sur le feu, ou nous préparons un risotto aux asperges sur le réchaud à gaz au printemps. Dans le bus, nous avons tout ce qu'il faut pour cuisiner sur une petite surface. Nous pouvons même préparer des lasagnes dans une marmite en fonte. Nous partons le samedi après-midi, ce qui nous permet de trouver un bon emplacement et d'arriver tranquillement. Après le repas, nous lisons généralement encore un peu devant le bus avant d'aller dormir. Nous prévoyons toujours une belle randonnée le dimanche. Mais avant cela, nous dégustons un bon petit-déjeuner. Nos destinations d'excursion sont toujours à proximité, ce qui nous permet de rentrer rapidement chez nous le soir pour nous reposer après la randonnée. Nous adorons les excursions de ce type le week-end: même si nous ne sommes partis qu'une nuit, nous avons l'impression d'avoir été en vacances pendant une semaine.



Attendre patiemment la photo parfaite: Mike est de sortie très tôt le matin pour cela.



MIKE

«Ma routine matinale m’emmène bien au-delà des toits de Zurich.»

L’Uetliberg est ma montagne favorite, elle me fascine continuellement. Être tout en haut et contempler le panorama alpin à l’horizon me procure un sentiment extraordinaire. Même si je ne suis pas si loin de l’agitation de la ville, le quotidien me semble très lointain.

Il est vrai qu’il y a parfois beaucoup de monde sur l’Uetliberg, c’est pourquoi je préfère y aller tôt le matin. À cette heure-là, je ne rencontre presque personne et je peux profiter du calme. Cela présente un autre avantage: je ne dérange personne. En effet, j’aime immortaliser mes excursions à l’Uetliberg avec mon appareil photo, même depuis les airs. Surtout en hiver, quand Zurich est envahie par la brume, mon drone me

permet de prendre de magnifiques photos. Je me mets généralement en route peu avant 6 heures pour arriver en haut pile pour le lever du soleil. Il est arrivé plusieurs fois que la visibilité soit mauvaise, ce qui fait que je n’ai pas pu prendre de photos. Ce n’est que récemment que j’ai réalisé qu’il y avait une webcam en haut qui m’aurait permis de vérifier la visibilité. Malgré tout, les sorties matinales à l’air libre ont toujours valu la peine et j’ai fini par capturer avec mon appareil des levers de soleil magiques.

Ce qui est pratique avec les excursions matinales sur l’Uetliberg, c’est que grâce à la ligne de train directe, je suis déjà de retour pour le petit déjeuner ou le brunch et j’ai toute la journée devant moi.



PHILIPP

«Je trouve de petites aventures à distance de marche de chez moi.»

Je troque régulièrement mon lit à la maison contre un hamac et une nuit en forêt. Je n’ai pas besoin de grand-chose pour mes excursions: mon sac de couchage, mon réchaud hobo et quelques provisions. Je pars de chez moi à la tombée de la nuit. Je trouve un endroit pour bivouaquer à proximité de chez moi, quelle que soit la saison. Même en hiver, je dors dehors. C’est une bonne occasion de tester nos produits: combien de degrés supplémentaires apporte un inlet thermique dans un sac de couchage? Quel matelas de sol convient à quelle saison de l’année? Mes expériences m’aideront beaucoup plus tard à bien conseiller la clientèle. Pour le repas du soir, je me prépare une simple poêlée de quinoa ou parfois des röstis, et le matin, je plonge dans le ruisseau. Ensuite, je fais mes bagages et je quitte l’endroit comme si personne n’y avait jamais été.



L’ABOUTISSEMENT D’UNE RÉFLEXION



Takutea 65

Trolley de voyage compressible
65 litres

- structure entièrement démontable, robuste et aisément réparable
- avec filet de fond intermédiaire et sangles de compression
- en toile de bâche sans PVC



NOS CHOUCHOUS

Les journées rallongent, les températures grimpent et la nature s'éveille: le printemps est là! Les spécialistes de notre équipe achats présentent ici leurs produits préférés pour les aventures à proximité de la maison, pour petits et grands.



Harry
Responsable
achats chaussures

SANDALES POUR ENFANTS BIRKENSTOCK

Arizona EVA pour enfants
N° d'article: 318062 | CHF 34.90

Compagnes idéales pour les journées chaudes et les aventures au bord et dans l'eau, ces sandales séduisent par leur légèreté et leur semelle classique Birkenstock confortable. Elles sont fabriquées en plastique EVA très élastique et robuste, qui se lave facilement après une session de jeu dans la boue. La matière est également très

confortable et offre un bon amortissement. Grâce aux deux brides réglables, ces sandales maintiennent les pieds de manière sûre pendant les défoulements à l'extérieur. Ces chaussures sont fabriquées en Allemagne, ce qui est rare pour un produit de ce type. D'ailleurs, les sandales EVA sont également disponibles pour les adultes.



Reto
Responsable achats
vêtements

SWEAT À CAPUCHE SOFTSHELL MONTANE

Sweat à capuche Tenacity XT
N° d'article: 315961 | CHF 199.90

Le sweat à capuche «Tenacity XT» est un modèle softshell robuste. Il est particulièrement respirant car il n'a pas de membrane (couche étanche à l'eau). Néanmoins, il est coupe-vent et protège bien du froid. Sa matière douce et extensible procure plus de confort qu'une veste de pluie hardshell. Ce sweat à capuche est issu d'une production certifiée équitable et est disponible à partir du printemps chez transa.





Martina
Responsable achats
vêtements

VESTE ISOLANTE MAMMUT

**Veste à capuche Rime
Light IN Flex Femme**
N° d'article: 326572 | CHF 259.90

Cette veste associe une isolation légère à des inserts stretch latéraux pour offrir une liberté de mouvement optimale pendant les journées actives. Elle est légère, peu encombrante et le tissu extérieur doux garantit un grand confort. Lors des journées plus chaudes et sèches, la veste offre une protection efficace grâce à son tissu extérieur coupe-vent et résistant à l'abrasion. Par temps froid et humide, elle se porte parfaitement sous ta veste de pluie. Et quand il fait trop chaud, elle se range de manière compacte dans un sac.

La propriété chauffante de la veste est due à l'isolation Loop, un rembourrage synthétique composé de cordes recyclées.



Martin
Responsable achats
matériel

LAMPE FRONTALE POUR ENFANTS PETZL

Tikkid
N° d'article: 143950 | CHF 29.90

Cette lampe frontale a été spécialement conçue pour les petits fans d'aventure et est un compagnon parfait pour des découvertes ludiques dans l'obscurité ! Avec 20 lumens, cette lampe frontale éclaire le chemin de manière fiable pour les enfants à partir de trois ans. La lampe frontale est facile à utiliser et dispose d'un large faisceau lumineux qui permet une vision confortable pour lire ou jouer à l'intérieur comme à l'extérieur. Grâce au bandeau réglable et au compartiment à piles sécurisé, elle reste bien en place sur la tête de l'enfant.

T-SHIRT EN LAINE MÉRINOS ICEBREAKER

**W Merino Blend 75 Cool-Lite
Featherlight LS Crewe**
N° d'article: 327802 | CHF 104.90

Le nouveau «Featherlight LS Crewe» est le t-shirt en laine mérinos le plus léger et le plus respirant de la marque néo-zélandaise Icebreaker. Sa matière fine est composée de 20% de laine mérinos et de 80% de lyocell (tencel), une fibre de cellulose biodégradable. Grâce à la teneur en mesh, la matière est très respirante. Ce t-shirt à manches longues est idéal pour la mi-saison, quand il fait déjà plus chaud dehors. Le tencel offre un grand confort sur la peau et constitue une bonne alternative pour toutes les personnes qui ne supportent pas la laine.



Iris
Responsable achats
vêtements





Lukas
Responsable achats sports de montagne

LÉGÈRES ET SOLIDES: LES CHAUSSURES DE MONTAGNE LA SPORTIVA

Trango Alpine GTX
N° d'article: 328004 / 328005 | CHF 379.90

Cela faisait longtemps que nous attendions ce moment: les nouvelles chaussures de montagne en textile «Trango Alpine GTX» de La Sportiva vient enfin combler le fossé entre les chaussures de montagne légères en textile et les chaussures de montagne en cuir très robustes. Qui n'a pas jamais rêvé d'avoir des chaussures plus légères lors d'une randonnée?

Après tout, le poids des chaussures doit être déplacé à chaque pas. Néanmoins, un bon maintien est nécessaire pour les passages techniques. Grâce à leur structure et leurs matériaux innovants, les chaussures «Trango Alpine GTX» répondent parfaitement à ces deux exigences. Elles conviennent à une utilisation sur presque tous les terrains.



Stefan
Responsable achats matériel

PONCHO DOUILLET THERM-A-REST

Poncho Honcho Kids
N° d'article: 317929 | CHF 84.90

Le «Hocho Poncho Kids» se transforme en couverture et inversement par simple pression d'un bouton. Grâce à son tissu extérieur déperlant, il permet de rester au sec lors d'une petite averse. La poche poitrine permet de ranger des trésors dénichés pendant une session d'exploration et la poche kangourou permet de garder les mains bien au chaud.



**BERNE, 13 - 15
JUIN 2025**

muv.ch



L'ALGARVE REVISITÉE



La destination de randonnée exceptionnelle que constituent les kilomètres de plages de sable fin et les falaises escarpées de l'Algarve n'est plus un secret pour personne. L'arrière-pays vallonné de la région du sud du Portugal est toutefois beaucoup moins connu. Ses réserves naturelles riches de nombreuses espèces, sa végétation luxuriante et ses vallées fluviales paisibles en font un endroit prisé des visiteurs/-euses. Surtout à la fin de l'automne, en hiver et au printemps, la région offre un décor pittoresque et très varié.

Planification flexible: plusieurs voies d'accès mènent de la côte à la Via Algarviana.

Si tu préférerais parcourir l'arrière-pays de l'Algarve accompagné/-e, tu peux participer à cinq événements différents, dont la plupart des itinéraires se situent le long de la Via Algarviana (voir encadré). Les festivals de randonnée proposent des itinéraires pour différents niveaux ainsi que des ateliers, des randonnées à thème et bien plus encore.

Le festival de randonnée Ameixial (du 24 au 27 avril 2025), dans la commune de Loulé, est le plus ancien événement de ce type en Algarve. L'accent est mis sur les montagnes de la région et leur patrimoine écologique, culturel et social. Le Barão de São João Walk & Art Fest (du 7 au 9 novembre 2025), quant à lui, met l'accent sur les œuvres des collectifs artistiques locaux. Le Monchique Walking Festival (du 29 novembre au 1^{er} décembre 2025) est consacré au thème de l'eau qui joue un rôle particulièrement important dans l'écosystème de la petite chaîne de montagnes Serra de Monchique, à l'ouest de l'Algarve.

Randonner avec d'autres adeptes

Le Santa Bárbara de Nexe Walking Festival a lieu chaque année en février et est placé sous le signe de la culture locale: il associe la musique, la poésie et l'artisanat traditionnel de la taille de pierre dans ses randonnées à travers l'arrière-pays rural. Dans les collines autour de la rivière Guadiana, le festival de randonnée Caminheiros à Alcoutim a lieu chaque année au mois de mars et invite à découvrir l'histoire de la région. Plus d'informations sur les différents festivals sont disponibles sur: algarvewalkingseason.com

LA VIA ALGARVIANA ...

... est l'un des plus longs chemins de randonnée du Portugal. Il traverse l'arrière-pays de l'Algarve sur environ 300 kilomètres, d'Alcoutim au Cap Saint-Vincent. De nombreux itinéraires peuvent également être parcourus en VTT. Plus d'informations: viaalgarviana.org

BeFree^{AC}

NO WEIGHT, NO BULK, NO THIRST

Que tu escalades des montagnes, découvres de nouvelles villes ou que tout simplement tu aies suffisamment d'eau pour toute la journée.....avec notre filtre BeFree tu es parfaitement équipé.



CHARBON ACTIF

Améliore le goût, réduit les odeurs et le chlore

EZ-CLEAN MEMBRANE™

Filtre les bactéries, les microplastiques et les protozoaires

 KATADYN®



LE REPAS, C'EST SACRÉ

En camping familial, certains moments sont plus réjouissants que d'autres. Willi de Transa sait comment faire la joie de tout le monde lors d'une aventure.

Texte Willi Seethaler | Photos Ruedi Thomi

Pas de règles strictes, pas de file d'attente devant le buffet: en camping, les enfants peuvent s'épanouir librement dans la nature et la convivialité est au premier plan. Peu importe (ou presque) que vous passiez la nuit au camping ou dans la nature, que vous soyez à la mer ou à la montagne, que le soleil brille ou qu'il pleuve. En réalité, seuls deux éléments peuvent nuire à un séjour en famille: la faim et l'ennui (ce dernier donnant parfois naissance aux jeux les plus créatifs). Si vous en tenez compte et connaissez les règles de base en matière de planification et d'équipement, vous passerez un excellent moment en famille dans la nature!

TENTE

Le choix de la bonne tente pour ta famille dépend de plusieurs facteurs. Pour un camp de base permanent au camping, il est recommandé d'opter pour une tente familiale spacieuse avec un espace de couchage et un espace de vie séparés. Plus tu as de place et d'espace de rangement, mieux c'est.

Chaque mètre carré d'aire de jeu vaut de l'or, surtout les jours de pluie. Pour pouvoir dormir plus longtemps le matin, il faut veiller à ce que les espaces de couchage soient sombres – cela augmente les chances que les enfants ne se réveillent pas aux premiers rayons du soleil. Et si le poids ne joue pas un rôle important, une tente en coton est tout à fait judicieuse: elle assure un bon climat intérieur et est également résistante aux UV à long terme. Toutefois, si vous voulez partir en randonnée, faire du vélo ou du canoë, la tente doit être légère et peu encombrante. Si les enfants sont déjà un peu plus grands, ils peuvent éventuellement dormir dans leur propre tente. Une règle de base simple: pour les modèles adaptés aux randonnées, il est conseillé de prévoir un poids de tente d'à peine un kilo par personne. Pour une micro-aventure le temps d'un week-end, certains puristes peuvent se contenter d'une bâche ou d'un hamac ...



WILLI...

... est conseiller de vente au magasin Transa de Saint-Gall et part régulièrement camper dans la nature avec sa famille.

Bien au chaud: à quatre, on est à l'étroit dans une tente tunnel pour trois, mais on trouve des modèles adaptés aux expéditions à partir de 1900 g. Dans le cas présent, une deuxième tente était aussi à disposition ...

DORMIR

Il existe des matelas et des sacs de couchage jumelables à partir desquels on peut construire un véritable lit familial. En effet, les enfants, surtout en bas âge, ont besoin de proximité la nuit et de se sentir en sécurité. Les matelas thermiques protègent bien du froid du sol, mais en été, une simple variante en mousse suffit souvent: elle est si robuste que les enfants peuvent les utiliser sans problème à l'extérieur pour jouer et se reposer. Le sac de couchage ne doit en aucun cas être trop grand. Sinon, ton enfant devra réchauffer les espaces vides avec sa chaleur corporelle. Les modèles évolutifs sont pratiques et économiques. Les fibres synthétiques sont la matière recommandée: celle-ci est robuste, facile d'entretien et résistante à l'humidité, ce qui est très utile pour toutes sortes de «accidents nocturnes». Un sac de couchage intérieur filtre la transpiration ou la crème solaire et est beaucoup plus facile à laver. Conseil: n'oublie pas d'emporter les doudous préférés!

REPAS

La faim est peut-être le meilleur cuisinier, mais pour les enfants, la préparation de l'en-cas préféré une poignée de bonbons font de véritables miracles. Les parents savent qu'ils doivent toujours avoir quelque chose pour «nourrir» à portée de main. Malgré tout, il est étonnant de voir à quel point les petits aventuriers en plein air peuvent avoir un grand appétit. Il est donc préférable d'emporter une banane et quelques pains en plus pour le goûter... Pour bien cuisiner, il faut des casseroles suffisamment grandes et un réchaud adapté. En effet, s'il faut attendre une demi-heure pour faire bouillir l'eau des pâtes, les enfants feront sûrement la tête.

THERMAREST® NEOLOFT™ MATELAS DE RANDONNÉE

Le Neoloft offre le confort d'un vrai matelas et se glisse facilement dans un sac à dos. De la taille d'une bouteille d'eau lorsqu'il est plié, ce matelas de randonnée moelleux de 11,7 cm d'épaisseur transforme votre bivouac en véritable cocon de luxe.



Scanne le QR-code pour voir la vidéo de présentation du NeoLoft



VÊTEMENTS

Le mot d'ordre est: toujours rester bien au chaud et au sec. La polaire, les fibres synthétiques ou les tissus mélangés séchent beaucoup plus rapidement que le coton et peuvent être combinés selon le principe de l'oignon, en fonction des conditions météorologiques. La couche extérieure doit absolument être respirante pour que les enfants ne soient pas mouillés de l'intérieur. Et n'oublie pas: le plus grand obstacle est le froid, pas la pluie. Emporte donc suffisamment de vêtements de rechange, même si la météo semble favorable.

Le port de chaussures doit être proscrit à l'intérieur de la tente. Veille donc à ce que tes enfants portent des chaussures qu'ils peuvent mettre et enlever eux-mêmes dans la mesure du possible. Les bottes en caoutchouc, les Crocs ou les chaussures à fermeture velcro sont faciles à mettre et à enlever.

ACTIVITÉS

En règle générale, les enfants peuvent s'amuser de manière autonome dans la nature. Mais si une excursion est trop longue ou que le trajet est trop ennuyeux, l'ambiance risque de basculer. Les parents peuvent agir de manière préventive, en gardant notamment à l'esprit les besoins des plus jeunes lors de la planification et en faisant preuve de flexibilité en déplacement. Si les plus jeunes ont l'occasion de porter leur propre sac à dos ou d'aider à monter une tente, ils se sentent alors impliqués, ce qui leur apporte de la fierté. Des jumelles, une loupe ou une lampe frontale transforment en un clin d'œil les enfants en petits explorateurs de la nature. Les enfants plus âgés peuvent tailler des brochettes pour le feu de camp sous surveillance. – à condition que le kit de premiers secours soit à portée de main...

Par mauvais temps, les livres, les jeux de société ou les jeux de cartes peuvent aider à se détendre.



En haut: avec les bons vêtements, il n'y a pas de mauvais temps. Cela est surtout vrai pour les enfants!

À gauche: donner aux enfants leur propre sac à dos peut augmenter considérablement leur envie de bouger.



Quel est le meilleur endroit pour camper avec des enfants? Sur notre blog (voir code QR), tu trouveras nos conseils et recommandations pour trouver des campings spécialement adaptés aux familles.

heat+
Insektenstichheiler
Soulage les piqûres d'insectes



Bye Bye, Juckreiz!
Bye Bye, démangeaisons !

- ✓ Einfach & effektiv
Simple & efficace
- ✓ Wirkt nur mit Wärme
Basé sur la chaleur
- ✓ Ultrakompakt & robust
Ultra compact & robuste

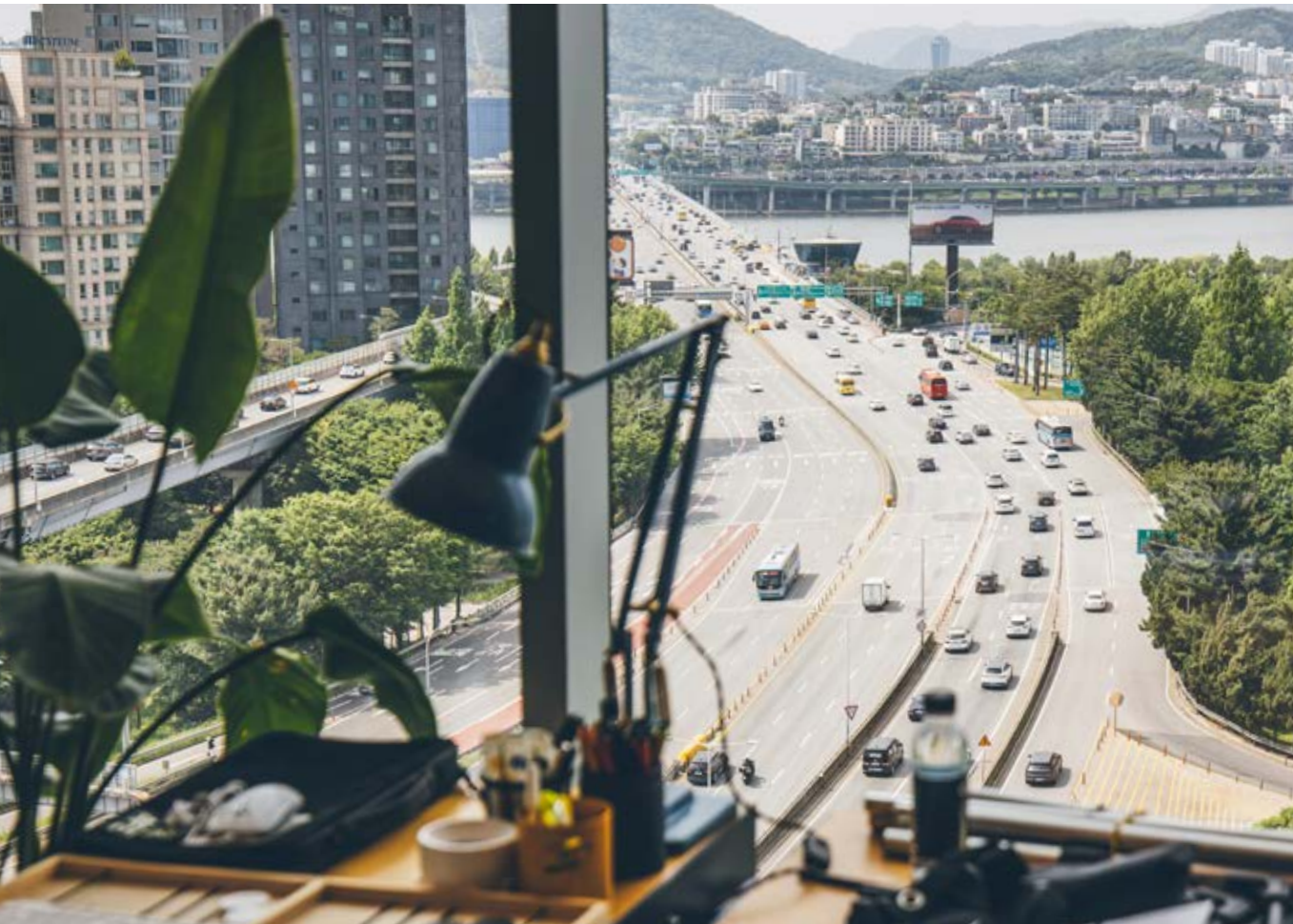
Jetzt online und vor Ort erhältlich
Disponible en ligne et sur place

Made in Germany
www.heatit.de



En haut: la «Chair One» est une icône dans le monde du camping: elle est légère, peu encombrante et stable.

En bas: le siège social d'Helinox se trouve au cœur de Séoul, la capitale de la Corée du Sud.



UN POIDS PLUME

Depuis 2009, Helinox nous facilite la vie lors de nos excursions en plein air. Pourtant, peu de personnes connaissent l'histoire passionnante de la marque sud-coréenne. Voici le récit de notre visite au siège de l'entreprise à Séoul.

Texte Sissi Pärsh | Photos Sebastian Doerk

La confiance est le mot d'ordre. Faire preuve de confiance envers une chaise: celle-ci soutient et maintient, sans grincer, ni vaciller ni s'écrouler. «S'asseoir, c'est faire confiance», déclare en riant le collaborateur Taehun Jensen Kim. Il a dû se débrouiller tout seul quand il a testé le premier prototype. «Cette chaise avait l'air si fragile. Elle ne semblait en aucun cas être faite pour porter une personne adulte.» Mais cela a été rendu possible, et cela l'est toujours aujourd'hui. Elle pèse moins d'un kilogramme et peut supporter jusqu'à 145 kilogrammes. La «Chair One» présente un équilibre parfait et est peu encombrante et légère. Ces caractéristiques ont fait d'elle une icône de la maison Helinox.

Taehun est un pilier de la marque depuis le premier jour. Cette dernière a acquis en 16 ans un statut culte dans le milieu du camping. Taehun nous accueille au centre créatif d'Helinox, la boutique phare située au cœur de Séoul, ville cosmopolite dont l'agglomération compte plus de 20 millions de personnes. Séoul est une métropole qui vibre et qui vit, qui est urbaine et se développe rapidement. Toutefois. Séoul est aussi une ville construite sur les montagnes et entourée de parcs nationaux. Plus nous découvrons ce paysage constitué de routes escarpées, plus l'envie de nous plonger

dans la nature nous envahit. Voilà deux semaines que nous sommes en route en Corée du Sud et nous avons pu constater, d'ouest en est, à quel point le rapport à la nature y est profondément ancré.

Pour conclure notre voyage, nous profitons de l'occasion pour passer dans les locaux d'Helinox. Lorsque l'on pénètre dans le bâtiment en briques de la Highway 1, ce mélange particulier de culture de rue et de passion pour les activités de plein air se reflète parfaitement. Taehun, aborant des cheveux longs et de grandes boucles d'oreilles, caresse sa barbe et hoche la tête: «Nous sommes toujours à la recherche de nouveauté, d'originalité, en matière de design comme de technologie.» Et ces individus le font depuis bien plus longtemps qu'Helinox existe. L'esprit d'innovation de la «marque de meubles» est un héritage.

Construction courbe, sans rupture.

Helinox a été fondée en 2009 par Jake Lah et son fils Young. À l'époque, Jake avait déjà créé sa première entreprise, avec laquelle il a révolutionné le marché des tentes. Jake est un vrai bricoleur avec un esprit fondateur et une véritable passion pour les activités de plein air. Sa mère avait co-fondé l'association des scouts en Corée du Sud. Étudiant en histoire et en économie d'entreprise, un tout autre sujet l'a soudaine-

«Nous sommes toujours à la recherche de nouveauté, d’originalité, en matière de design comme de technologie.»

Teahun Jensen Kim

Collaborateur du centre de création d’Helinox

ment passionné: l’aluminium Il a développé un nouveau procédé d’anodisation particulier, a découvert de nouveaux assemblage et des constructions inédites, et a rendu les barres en aluminium plus solides, plus fines et plus légères. Ainsi, il est devenu le pionnier de l’architecture moderne des tentes. Une construction courbe, sans rupture. Avec son entreprise DAC, créée en 1988, Jake est aujourd’hui encore un partenaire privilégié des principaux fabricants de tentes, non seulement en tant que fournisseur, mais aussi en tant que développeur et designer. Cependant, son plus gros client est maintenant son fils, avec l’entreprise Helinox. Voilà une histoire qui a demandé de commencer par le haut. Tout en haut. Ce n’est pas un hasard si un observatoire se trouve sur le site de DAC à Séoul...

«Le nom était en fait destiné à un autre projet», nous explique Taehun. «Jake travaillait au développement d’un télescope et le nom associe le dieu du soleil, Hélios, à Nox, la déesse de la nuit.» Son fils Young a conçu le logo et, ensemble, ils ont mis au point des solutions. Toutefois, le projet céleste a rapidement pris racine avec des bâtons télescopiques. Et Young – «une force créative unique», comme le dit Taehun – a trouvé son terrain de jeu.

Quelques années plus tard, Young a bouleversé l’industrie des meubles de camping, comme son père l’avait fait autrefois avec les tentes. «Les chaises disponibles sur le marché étaient inconfortables, peu maniables et lourdes», se souvient Taehun. «Nous voulions créer des meubles que le monde ne connaissait pas encore. qui se transportent facilement dans de petites voitures et que l’on peut emporter partout.» Il attrape une «Chair One» et la soulève en l’air. «Cela n’existait pas vraiment. On a dû tout repenser: la construction, le matériau, le style.»

Les produits Helinox sont-ils constitués de barres en aluminium DAC? Taehun hoche la tête: «Tout le monde pense que

le secret réside dans l’armature. C’est vrai, bien évidemment, mais seulement en partie. La question est aussi de savoir comment l’utiliser, où, et avec quoi». Il nous invite à observer la chaise attentivement. «Regardez, les coutures, les couches de tissu, c’est comme des lasagnes. Le secret réside dans la recette, avec tous ses ingrédients.»

Affaissements évités en toute circonstance

Une table s’est rapidement jointe à la «Chair One». «Elle était moins complexe à fabriquer, mais si légère qu’elle a été emportée par le vent.» Les chaises longues ont représenté un plus grand défi, comme le souligne Taehun. La difficulté était ici de maintenir la tension et d’éviter tout affaissement. Il s’agit donc d’inventer de nouvelles technologies, de peaufiner la construction et de trouver la recette idéale, à l’image de celle des lasagnes.

La «Chair One» est désormais disponible dans les variantes les plus diverses avec une large gamme d’accessoires, tels que la housse doublée ou la protection solaire. Il y a la «Ground Chair» d’Helinox ainsi que le modèle «Sunset», et il y a la «Chair Zero», la chaise de camping la plus légère au monde. «Nous avons vu des gens gravir une montagne avec notre «Chair One» sur leur sac à dos», raconte Taehun. «Nous ne pouvions pas comprendre cela, mais ils nous ont assuré que la chaise ne pesait rien. Nous nous sommes alors dit qu’il fallait simplifier encore plus son transport.» Près de 500 grammes ont pu être économisés avec la «Zero»...

Par ailleurs, un autre aspect doit être amélioré en continu: Jake et Young travaillent depuis des décennies à l’optimisation écologique de leurs produits. Toutes les barres sont recyclables et Jake a inventé le processus mécanique «Green Anodizing», qui permet non seulement d’économiser des substances chimiques, mais aussi beaucoup d’eau et de CO₂... Cela a donné naissance à la nouvelle «Chair One»: encore plus confortable, encore plus sophistiquée et fabriquée à partir de polyester recyclé à 100% avec un cadre qui permet d’économiser 30% de matériau grâce à un nouveau procédé de fabrication.

Cependant, le produit le plus durable est celui qui vit longtemps. Taehun en est conscient, ce qui l’amène à l’une de ses phases préférées dans le développement d’un produit: le test de résistance. Il se lève d’un bond, tire et déchire sa «Chair One». «Notre mission: tenter de la détruire!», dit-il en souriant. «Tout d’abord, on procède au test humain: on examine le confort, l’équilibre et la robustesse. Puis entrent en jeu les machines et nous regardons ce qui se passe, ce que 400 kilos de fer peuvent faire au tissu, aux coutures et à l’aluminium.» Les personnes et les machines doivent se casser les dents de cette recette de lasagnes façon coréenne. Ce n’est que plus tard que ce meuble est arrivé sur le marché du camping.

●



En haut: dans le magasin phare d’Helinox à Séoul, des esprits créatifs développent de nouvelles technologies et de nouveaux designs.



En bas à gauche: l’une de ces personnes est Taehun Jensen Kim. Il fait partie de l’entreprise depuis le premier jour.

Texte Ingo Hübner et Noah Scholz



LA BELLE VIE

Parc national des Hohe Tauern, lacs de baignade chauds, collines verdoyantes et vignes à perte de vue. En Carinthie, dans le sud de l'Autriche, la vie est douce. Voici six conseils pour le début de l'été, qui sera aussi marqué par l'événement sans voitures «Velovista».

HOHE TAUERN

Un havre de paix pour les marmottes

Qu'est-ce que c'est que ce sifflement strident? Le guide de montagne Franz affiche un grand sourire et désigne une tache brune sur le versant de la montagne: au loin, on aperçoit une marmotte. Cela fait un petit moment que l'animal fait des rondes au-dessus de nous. «La marmotte avertit ses congénères des dangers potentiels», explique Franz. Nous sommes avec Franz sur le Tauernhöhenweg en train de faire une randonnée, qui se transforme en observation d'animaux. Pour les personnes débutantes, il existe des randonnées guidées d'une demi-journée dans le parc national. Les pros peuvent profiter d'un programme complet. Le Tauernhöhenweg est le chemin ultime des Hohe Tauern, qui demande d'avoir bon pied: nous devons marcher en équilibre le long d'étroites arêtes, avec une vue vertigineuse sur le vide. Mais cela en vaut la peine, tant le panorama est captivant. Et la randonnée est ponctuée d'adorables moments, par exemple à la vue d'une marmotte au réveil. Plus d'informations sur nationalpark-hohetauern.at

WEISSENSEE

Un rythme de marche lent pour mieux apprécier le paysage

Niché dans le décor des Alpes de Gailtal et connu pour ses eaux limpides d'un bleu turquoise, le Weissensee ressemble presque à un fjord. Rien ne s'interpose entre le lac, les montagnes et nous. Nous disposons de quelque neuf kilomètres de marche le long de la rive. La couleur turquoise resplendit à travers les arbres. La baie de Tschölankofel offre ensuite une vue d'ensemble sur le Weissensee, imposant et silencieux. Au loin, un bateau se dirige vers la rive est. Nous voulons ralentir un peu. Le «Slow Trail» autour du Pressegger See, tout proche, offre un circuit méditatif. Cela promet une détente incroyable! Que demander de plus? Reste peut-être encore à parcourir le Karnische Höhenweg, qui s'étend sur 150 kilomètres. De quoi avoir le temps de méditer. Et bien sûr, les nombreux lacs de montagne qui t'attendent le long du chemin t'offrent une vue formidable et t'invitent aussi à faire une pause. Plus d'informations sur weissensee.com

Photo de gauche: Peter Maier / Austria; photo de droite: Gert Perauer



KLAGENFURT

Ambiance méditerranéenne au cœur de la vieille ville

Un dragon, la gueule ouverte et les ailes déployées, domine sur la ville. Heureusement qu'il est en ardoise. La Fontaine du Dragon, symbole de la ville, trône majestueusement sur la Neuer Platz. De son côté, le Benediktinermarkt rappelle les marchés italiens de par ses senteurs et ses couleurs. Nous découvrons Klagenfurt à travers les ruelles sinueuses, en passant devant des maisons bourgeoises historiques et des cafés accueillants. Les boutiques et les petits magasins invitent à la flânerie. Les façades style Renaissance et les motifs baroques témoignent de l'histoire mouvementée de la ville. Par ailleurs, l'influence culturelle du «coin des trois pays» est très présente. Sur les marchés, nous trouvons des spécialités régionales ainsi que des délices slovènes et italiens. Ici, le temps ralentit et le charme méditerranéen se fait ressentir. Plus d'informations sur [visitklagenfurt.at](https://www.visitklagenfurt.at)

WÖRTHERSEE

Un vrai plaisir pour tous les sens

Tu souhaites vivre pleinement l'ambiance estivale? Alors la station balnéaire de Pörschach est l'endroit idéal. Pendant que nous savourons La Dolce Vita et faisons le plein de soleil sur l'une des passerelles en bois, nous nous demandons ce le Wörthersee a à offrir. Nous le découvrons sur le circuit cycliste du lac, tout aussi décontracté. De Pörschach, on passe par Krumpendorf, qui présente une autre station balnéaire offrant une pure ambiance de vacances, puis par Klagenfurt et plus loin par la vallée des quatre lacs de Keutschach jusqu'à Velden. Le retour s'effectue par la rive sud, via un magnifique circuit à vélo sur 50 kilomètres avec une vue imprenable sur les Karawanke. Dans le quartier animé de Velden, où se situent le casino et l'hôtel-château, nous nous accordons une pause mondaine. Le long de la rive sud, nous découvrons le Pyramidenkogel, dont la spectaculaire tour en bois attire tous les regards. Une véritable expérience sensorielle! Plus d'informations sur [woerthersee.com](https://www.woerthersee.com)

Photo de gauche: ÖW Michael Stabenheimer; photo de droite: Gert Peraus



KLOPEINER SEE

Les Caraïbes de Carinthie

Le sud de la Carinthie compte non pas un, mais sept lacs et demi. Le plus grand et le plus connu d'entre eux est le Klopeiner See, le lac de baignade le plus chaud d'Europe, dans lequel les gens aiment plonger et se prélasser. En été, l'eau atteint une température agréable de 29 degrés, ce qui est idéal pour de longues baignades depuis la rive jusqu'au milieu du lac, là où le bleu brille le plus intensément. Si tu préfères la détente, tu peux monter sur une planche de stand-up paddle et te laisser porter sur la surface lisse. Tôt le matin, quand le lac dort encore, l'atmosphère spirituelle qui règne est presque méditative. Le soir, lorsque le soleil se dissipe peu à peu derrière les montagnes, l'ambiance est à nouveau idéale pour une dernière baignade ou une promenade en canoë décontractée dans la lumière dorée. Le Klopeiner See est non seulement chaud et parfait pour se baigner, mais aussi un lieu d'activité physique pour se ressourcer. Plus d'informations sur [suedkaernten.at](https://www.suedkaernten.at)

Photo de gauche: Carinthie du Sud; photo de droite: Martin Hofmann

VILLACH

Descente tout en douceur avec vue panoramique

Le trail s'enfonce dans la forêt et passe à travers des troncs d'arbres de manière fluide, à l'ombre. Nous ralentissons le pas et respirons profondément – l'odeur de la mousse et de la forêt ravit nos narines. Devant nous, le chemin serpente vers le haut d'une pente. La montée est ardue, mais la vue sur le l'Ossiacher See est une belle récompense. Une fois en haut, nous nous laissons emporter. Des racines, des virages serrés, des passages plus fluides: un pur bonheur! L'adrénaline monte quand nous sautons par-dessus une petite rampe. La forêt s'ouvre à nouveau et offre une vue sublime sur les Karawanke. Plus loin, le Faaker See dévoile une eau cristalline aux reflets turquoise. Impossible de résister à un plongeon. Un endroit parfait pour apprécier l'instant présent. Que ce soit sur le Baumgartnerhöhe ou autour de l'Ossiacher See, les trails sont très variés, allant du plus technique au plus ludique. Et bien sûr, la baignade est un grand plus. Le slogan «lake.bike» tient réellement ses promesses. Plus d'informations sur: [lake.bike](https://www.lake.bike)



Texte Inga Mahler
Photos Silvan Mahler

L'APPEL DU NORD

Se rendre en Laponie suédoise depuis la Suisse avec trois enfants: une sacrée aventure, n'est-ce pas? Tout à fait! À bord d'un bus jaune, la famille Mahler a réalisé son rêve de passer un été dans le Nord.



L'impatience était à son comble. Nous avons réussi à prendre cinq semaines de congé pendant l'été afin de pouvoir enfin voyager plus longtemps avec notre bus jaune. Silvan et moi souhaitions nous rendre de la Suisse vers la Laponie suédoise en famille, avec nos trois filles Ellie, Anik et Finja, pour faire du camping et de la randonnée, et découvrir la nature. Si nos trois enfants ont l'habitude de voyager et de camper, l'aventure suédoise qui nous attendait nous a confrontés à de nouveaux défis. Que faire s'il pleut ou s'il fait froid pendant plusieurs jours? Comment éviter les crises de nerfs dans un espace aussi restreint? Arrivera-t-il un jour où serons fatigués de conduire?

Lors de la préparation, il a fallu équiper le bus de manière optimale. Nous l'utilisons en Suisse comme véhicule de tous les jours, et pendant les vacances comme moyen de transport ainsi que logement. Grâce au toit relevable et à la banquette arrière rabattable, nous avons cinq places de couchage. Notre équipement de base se constitue d'un store solaire et d'un ensemble de meubles de camping. Pour partir à l'aventure, nous nous sommes aussi munis d'un bac de coffre coulissant, d'une boîte de cuisine mobile, de sacoches de fenêtres et d'un grand auvent. Celui-ci nous a permis de créer un deuxième espace, qui s'est avéré indispensable par mauvais temps. Pour qu'Ellie, Anik et Finja puissent s'occuper pendant les longs trajets, nous avons mis dans les sacoches de rangement arrière des livres, des jeux, du matériel de dessin et un sac rempli de laine pour les travaux manuels. Nous avons également installé un support de tablette pour nos filles, seulement à titre d'exception. Mais quand les livres audio pour enfants ont commencé à nous casser les oreilles, nous nous décidions de laisser nos filles regarder un film. Cela a ravi les enfants ménagé les nerfs des parents. Nous avons parcouru environ 2500 km de la Suisse vers la Laponie suédoise et inversement, soit un total de 5000 km. Silvan et moi avons parcouru 1000 km sur les autoroutes allemandes avant d'arriver à Kiel, notre première étape. Lorsque nous passions la nuit quelque part sur la route, nous réservions un hôtel, car pour une seule nuit, passer du mode de conduite continue au mode camping était trop compliqué pour nous. De Kiel, nous avons pris le ferry de nuit pour nous rendre à Oslo, ce qui nous a permis de réduire la distance

d'environ 1000 kilomètres. La traversée de nuit a été pour Silvan et moi une agréable pause, pour les enfants une aventure en haute mer, et elle nous a offert deux moments fabuleux en termes de paysage: le coucher du soleil quand nous avons passé le pont de l'Øresund et le lever du soleil sur le fjord d'Oslo le lendemain matin étaient magiques.

Nous avons passé deux nuits dans un camping près de Holmenkollen, la colline emblématique d'Oslo. Le bus a enfin pu passer en mode camping pour la première fois. Les jours suivants, nous n'en avons pas eu besoin comme véhicule, car la capitale norvégienne est facile à explorer en transports en commun et est particulièrement adaptée aux familles. Après notre séjour à Oslo, nous avons traversé rapidement la Suède centrale afin de rester le plus longtemps possible dans le nord. Sur ce trajet également, nous avons renoncé à faire passer le bus en mode camping pour une seule nuit et avons passé la nuit dans un B&B à Särna ainsi que dans un Vandrarhem à Strömsund. Pour Silvan et moi, la conduite en Scandinavie a été simple et détendue: les routes de campagne sont en bon état, il y a peu de circulation et rien ne nous distrayait sur la route, car la vue à travers le pare-brise ne changeait guère: forêt, forêt, lac, forêt, encore forêt. Et quand le silence s'installait parfois quelques instants sur la banquette arrière, la conduite avait presque quelque chose de méditatif.

Pizza et brioche tressée au four de camping

Après à peine une semaine, nous sommes arrivés au point le plus au nord de notre itinéraire en Laponie suédoise: un camping à Blattnicksele, au bord du magnifique lac Sandsjön. Telles de vraies nomades, nos trois filles avaient parfaitement géré la première moitié du parcours. Mais après de nombreuses heures passées sur la route, nous nous réjouissions de pouvoir nous sédentariser quelques jours. Là-bas, nous avions la nature sur le pas de notre porte et n'avions donc pas besoin de déplacer le bus. La plage de sable au bord du lac est devenue notre endroit préféré: nous avons fait des grillades autour du feu, nous nous sommes baignés dans l'eau fraîche et nous avons loué des kayaks. Le soir, nous sommes restés longtemps dehors, car la nuit tombait tard si loin au nord. Nous avons fait une belle randonnée jusqu'aux

À droite: la traversée en ferry de Kiel à Oslo a été pour Ellie, Anik et Finja comme une aventure en haute mer et donc un moment fort tout à fait particulier.



À gauche: le bus suisse jaune n'est pas passé inaperçu sur les grands campings suédois, entre les caravanes les camping-cars blancs.

À droite: avec le four de camping Omnia, la famille Mahler a notamment préparé une brioche tressée et une pizza maison. Les deux ont été un franc succès.



gorges de Gimegolts, découvert la cascade de Brudslöjan-Vatten et exploré les montagnes suédoises. Nous avons enfin eu plus de temps pour notre cuisine de camping et avons débalté notre four de camping Omnia. Heureusement, avec nos trois enfants, nous avons six mains puissantes pour pétrir la pâte. Nous avons préparé une brioche tressée et une pizza

maison au four. Il nous a fallu un peu de temps pour trouver la bonne température et la bonne durée de cuisson (mieux vaut cuire longtemps à feu doux que brièvement à feu vif), mais la brioche tressée et la pizza ont toutes deux été un véritable succès. Et de toute façon, tout est particulièrement délicieux lorsqu'on mange en plein air: cela ne nous a pas

AVEC DARN TOUGH AUX PIEDS,
LA SATISFACTION EST GARANTIE !

VIS TOI AUSSI CETTE SENSATION.
MAINTENANT DISPONIBLE
CHEZ TRANSA !

NOUVEAUTÉ
EN SUISSE



STILL MADE IN VT, USA
GUARANTEED FOR LIFE

darntough.ch

À gauche: au cours de longues randonnées, Inga, Silvan et leurs trois filles ont exploré des gorges, des cascades et les montagnes suédoises.

À droite: depuis un camping situé dans la région côtière de Høga Kusten, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, la famille a profité d'une vue imprenable sur le port pittoresque.



dérangés de tomber sur une partie brûlée ou encore pâteuse. Nous avons aussi appris que le succès des vacances avec de jeunes enfants dépend surtout des jouets à disposition. Les petits animaux en plastique des filles étaient présents partout. Une fois, les filles ont construit une grotte pour leurs petits hérissons en plastique dans le sable. Malheureusement, le plus petit hérisson s'est endormi dans la construction en sable et a loupé le retour à la maison. Quand Ellie, Anik et Finja se sont rendu compte qu'il avait disparu, elles ont fondu en larmes. Le lendemain, le sauvetage du petit hérisson a été la priorité absolue et nous avons dû reporter la randonnée prévue. La recherche d'un petit animal en plastique d'un centimètre dans le sable s'apparentait à la recherche d'une aiguille dans une botte de foin, comme le dit le proverbe. Mais

contre toute attente, nous avons eu beaucoup de chance, nous avons trouvé le hérisson pour le plus grand bonheur des enfants. La randonnée qui a suivi a été des plus agréables.

Parer habilement aux crises de nerfs

Le deuxième facteur qui a influencé l'ambiance familiale a été la météo. Après avoir eu beaucoup de chance avec la météo au début du voyage, le thermomètre a chuté d'un coup à quatre degrés et nous avons eu de la bruine pendant plusieurs jours. Notre aménagement de camping résiste aux intempéries dès que tout est en place, mais pour le montage et le démontage, nous avons besoin d'un temps sec. Pour que nous nous retrouvions pas avec un matériel de cam-

—



TRANSA

**SECOND
HAND**
Tente

**PREMIER CHOIX POUR
DEUXIÈME MAIN.**
Pour les aventures
qui durent plus longtemps.

[TRANSA.CH/SECONDHAND](https://transa.ch/secondhand)



À gauche: des forêts, des rivières et des lacs à perte de vue. Conduire sur des routes désertes à travers un paysage naturel constant a été presque méditatif.

À droite: la Laponie suédoise ne manque pas de lacs. Ellie, Anik et Finja ont profité de chaque occasion pour plonger dans une eau bien fraîche lorsque le temps le permettait.

et profité des feux de camp sur les plages. La dernière étape de notre voyage a finalement été Stockholm, la capitale suédoise. Nous voulions explorer le centre-ville et avions déjà décidé avant notre voyage d'y louer un appartement. Cela s'est avéré être une bonne idée, car nous avons tous attrapé un rhume les uns après les autres. Nous étions donc heureux d'avoir un appartement chaud et sec pour nous soigner en toute tranquillité. Hélas, nous n'avons de ce fait pas vu grand-chose de Stockholm. Après cela, il a fallu nous mettre sur le chemin de retour. Nous sommes rentrés chez nous en trois jours, via la traversée de nuit en ferry de Stockholm à Rostock puis en empruntant les autoroutes allemandes.

Le bilan de notre séjour en Laponie suédoise: le voyage en valait vraiment la peine! Nous devons admettre que le camping n'est pas de tout repos: les points forts sont le trajet et la découverte, pas la détente ni le sommeil. Mais c'est exactement ce que nous cherchions. Ces cinq semaines ont soudé notre famille et nous nous souvenons avec plaisir de cet été si spécial. Comme notre bus nous a été un parfait compagnon pendant cette aventure, les prochaines vacances de camping sont déjà planifiées.

ping humide pendant des jours, nous avons réservé une petite maison de vacances, appelée «Stuga» en Suède, à Sorsele, notre destination suivante. Cela nous a permis d'éviter des journées froides et humides dans le bus et sous la tente et de parer aux crises de nerfs potentielles.

Après deux semaines dans le nord, nous sommes repartis vers le sud, le long de la côte suédoise de la mer Baltique, en direction de Stockholm. Cette zone est nettement plus peuplée et touristique que le nord. Dans un camping à Piteå, au bord du

golfe de Botnie, notre bus jaune suisse était le seul élément coloré dans un océan de caravanes et de camping-cars blancs. On y trouvait tout ce que l'on pouvait désirer pour des vacances en camping «tout compris». Bien sûr, c'est génial pour passer des vacances tranquilles, mais nous recherchions plutôt la découverte de la nature et l'aventure. Quelques jours plus tard, nous avons de nouveau eu notre dose de nature et d'aventure à Höga Kusten, site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, où nous avons fait de nombreuses randonnées



 MONTANE®

Our lightest ever
softshell jacket

TENACITY NANO
Men's - 275g Women's - 250g

FURTHER. FASTER.

Ton aventure

Chères lectrices et lecteurs, c'est à vous de présenter vos aventures en plein air, qu'il s'agisse d'une grande excursion ou d'une petite escapade. Cette fois-ci, Barbara nous raconte une randonnée en packraft avec son mari et ses deux enfants.



Notre expédition familiale en packraft a commencé après neuf mois de planification et s'est déroulée dans la nature sauvage de l'Alaska. En famille, nous sommes partis pagayer douze jours sur la rivière Noatak, dans parc national et réserve des Gates of the Arctic, munis d'une tente et de nourriture. Je suis partie de Coldfoot en Alaska avec mes enfants Flurin (12 ans, malvoyant et atteints du syndrome de Noonan) et Zoe (10 ans) en hydravion en direction du parc national. Nous y avons retrouvé mon mari Christof et Christian, un ami qui nous accompagnait. Ils avaient déjà passé onze jours sur la rivière Alatna avec nos packrafts et avaient traversé la Brooks Range à pied. Ils nous attendaient au Pingo Lake. Ensemble, nous avons continué à pagayer sur la rivière Noatak. Lors de randonnées dans les montagnes environnantes, nous avons observé un grizzly, des moutons des neiges d'Alaska, des lagopèdes et des renards. En chemin, nous avons pris des forces en mangeant des myrtilles et avons tenté notre chance à la pêche. Malheureusement, le butin a été modeste. Au début de la randonnée, nous avons eu le soleil et des températures agréables. Mais le onzième jour, la météo a changé. Nous

craignons qu'en raison du mauvais temps, l'hydravion ne puisse pas venir nous chercher dans la nature et nous ramener à la civilisation comme convenu. Au final, nos provisions auraient encore suffi pour une attente de trois à quatre jours. Mais l'Alaska s'est montrée clémente, le temps s'est amélioré et le vol de retour s'est déroulé comme prévu. Ce voyage a été une expérience formidable. La beauté de l'Alaska nous a enchantés et nous préparons déjà la prochaine expédition.

Barbara (45 ans) est enseignante au secondaire et Christof (44 ans) est chirurgien. Ils vivent à Aegerten, BE, avec leurs enfants Flurin (12 ans) et Zoe (10 ans). Son ami Christian (43 ans) de Zurich est toujours de la partie pour les aventures. Sur à ski, à pied ou en packraft, l'essentiel est d'être dehors, telle est la devise de la famille.



Quelle est ton aventure?
Écris-nous à: marketing@transa.ch

MENTIONS LÉGALES

Éditeur
Transa Backpacking AG
Josefstr. 53, 8005 Zurich
info@transa.ch
transa.ch/fr

Responsable
Transa Backpacking AG

Service du lectorat
Service clientèle
Transa Backpacking AG
info@transa.ch
transa.ch/contact

Équipe de rédaction
Jessica Bischof, Ruedi Thorni, Cyril Bur, Sina Dürst, David Huber, Sara Wandfluh, Reto Bieler, Harry Spahr, Martina Binz, Martin Hänni, Iris Bürkli, Lukas Müller, Stefan Roggli, Moritz Schäfer (rédacteur en chef), Stephan Glocker, Michael Neumann, Philip Baues, Sebastian Lüke, Julian Rohn, Mona Boos

Rédaction externe
Bureau de rédaction
Glocker et Neumann
Provinenstr. 52,
D-86153 Augsburg
4-seasons@red-gun.com

Graphisme et production
Susanne Häußler, Antonia Kern

Annonces / Marketing
Sarah Fischer
+49 / 821 / 42 07 840
marketing@red-gun.com

Impression
Vogt-Schild Druck AG
Gutenbergstrasse 1
4552 Derendingen
info@vsdruck.ch

Tirage
40 000 exemplaires, dont
37 600 envois directs



printed in
switzerland

Tu ne souhaites plus recevoir notre magazine?
Tu peux te désabonner ici: transa.ch/annuler-4-seasons

TATONKA®

TREKKING. TATONKA.



PRODUCTION
ÉQUITABLE &
TRANSPARENTE

ÉQUIPEMENTS D'EXTÉRIEUR DEPUIS 1993

SPEED UP YOUR STEP



ROCKET DFS GTX

TRACTION, LIGHTNESS AND AGILITY

La ROCKET DFS GTX est une chaussure rapide, dynamique et fiable pour vos randonnées, et ceci également sur les sentiers les plus difficiles. Elle dispose de la semelle innovante Vibram-Profil avec la traction Lug-Technologie qui, grâce à son Design spécifique, améliore de 25% la traction et le grip.

Par l'intermédiaire de
www.transa.ch disponible

