

LE MAGAZINE OUTDOOR DE TRANSA

4-seasons

#58 | ÉTÉ 2025



TRANSA
TRAVEL & OUTDOOR



LUSTER, NORWAY | 61.4938° N, 7.3294° E
PHOTOGRAPHY: ANDERS VESTERGAARD

Le sac à dos multifonction.

Parcourez des sentiers inconnus, escaladez des rochers escarpés et gravissez de nouveaux sommets. Enveloppant et extrêmement adaptable, c'est le sac idéal pour toutes vos expéditions. Il est prêt à vous accompagner en pleine nature et aux quatre coins de la planète.



PROTIUM ND25L

Pour les aventures qui durent plus longtemps



Qu'il s'agisse de chaussures de randonnée, d'un sac à dos, d'une tente de camping, d'un sac de couchage ou d'une veste imperméable, tu découvriras ici tout ce que tu peux nous amener: transa.ch/fr/services

Ton pantalon de ski a souffert de la neige? Ta doudoune a déjà eu une odeur plus fraîche? C'est le moment idéal pour confier ton équipement de sport d'hiver à des spécialistes: Dans l'atelier de réparation Transa, nous nous occupons des déchirures et des trous, mais nous imperméabilisons et nettoyons aussi tes vêtements. Ainsi, ton équipement de sport d'hiver sera bientôt prêt pour le début de la saison prochaine, ce qui ne sera pas pour te déplaire!

Une réparation peut aussi être l'occasion d'une mise en valeur tendance: Je me réjouis toujours lorsque la clientèle choisit une couleur contrastée pour que le vêtement ou le sac à dos devienne une pièce unique.

Avec nos services Repair et Care, nous souhaitons prolonger la durée de vie de ton équipement afin qu'il t'accompagne le plus durablement possible dans tes aventures. Il te suffit d'apporter l'article pour une réparation ou un lavage dans un magasin Transa près de chez toi. Nous nous en occupons.



Atina, couturière



26

PLOUF!

MONDE D'IMAGES _ Plonger, barboter, se laisser porter: les stations balnéaires les plus impressionnantes du monde donnent un avant goût d'été.

18 **NOUVEAUTÉS** _ Quelles sont les nouveautés de l'univers de Transa, de nos partenaires et de nos marques?

34 **SUISSE** _ Voyager autrement: quatre destinations exceptionnelles en Suisse.

38 **PERSONNEL** _ Tanya travaille au sein de l'équipe durabilité de Transa – un sujet qui lui tient à cœur.

40 **MICRO-AVENTURE** _ Voici comment vivre une aventure en plein air, sans aide numérique.

44 **PRODUITS** _ Nos articles préférés pour les petits et grands moments en pleine nature.

50 **FABRICANT** _ L'entreprise familiale danoise «Knowledge» est synonyme de minimalisme et de durabilité.

06

SAFARI EN SOLO

ENTRETIEN _ Paul traverse le Kenya à vélo, seul. Un voyage qui revêt une signification toute particulière pour lui.



64

LA NATURE SAUVAGE À L'ÉTAT PUR

CANADA _ Sans réseau. Sans routes. Sans aucune autre présence humaine. Sur la rivière Bloodvein au Manitoba, on est très loin de la civilisation.

54 **DORMIR EN EXTÉRIEUR** _ Sebastian de Transa explique comment camper en montagne.

60 **AUTRICHE** _ Sept idées d'excursions pour des vacances d'été actives.

74 **SORTIE** _ Notre lectorat raconte ses aventures en plein air.

IMAGE DE COUVERTURE: l'un des plus beaux campings le long des rives de la rivière Bloodvein dans la nature du Manitoba. (Photo: Julian Rohn-Hippold)

TATONKA®

HIKING. TATONKA.



Découvre le HIKE PACK

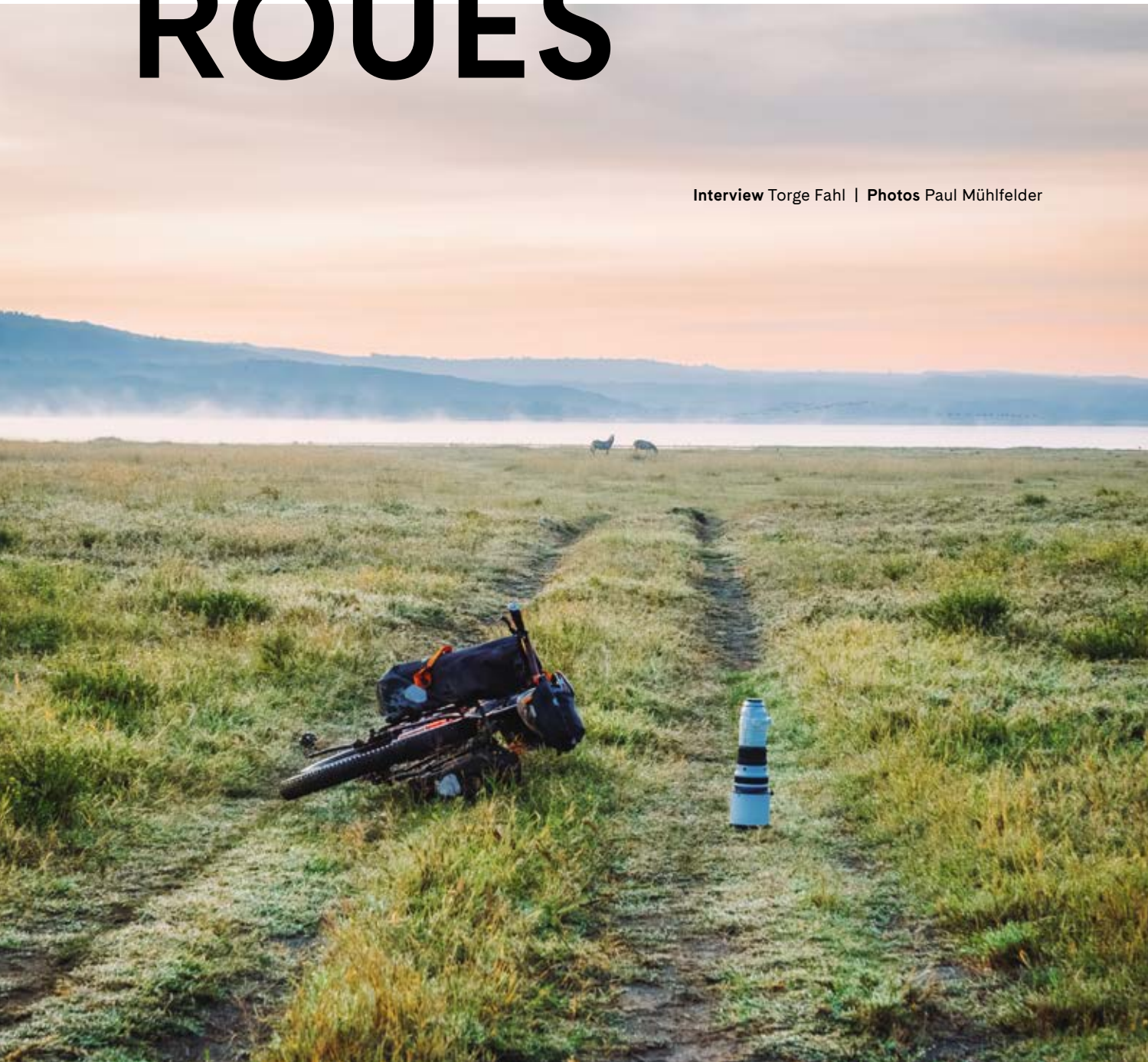


PRODUCTION
ÉQUITABLE &
TRANSPARENTE

ÉQUIPEMENTS D'EXTÉRIEUR DEPUIS 1993

SAFARI SUR DEUX ROUES

Interview Torge Fahl | Photos Paul Mühlfelder



Après un grave accident, Paul Mühlfelder enfourche à nouveau son vélo. Seul, il traverse le Kenya et se fraye un chemin dans la boue, la jungle et la savane. Entretien au sujet d'un voyage qui représente bien plus qu'une simple aventure sportive.



En haut: pour son voyage, Paul a opté pour un vélo de trekking robuste avec des pneus extra larges. Un must sur les routes parfois très impraticables du Kenya.

À gauche: à midi, la chaleur est torride dans la savane du Kenya. Les coins ombragés comme celui-ci sont un vrai luxe.

Paul, tu as parcouru 1000 kilomètres à vélo à travers le Kenya. Les Alpes n’auraient-elles pas fait l’affaire pour ton voyage?

PAUL _ Pour être honnête, je trouve que les Alpes n’offrent pas assez de possibilités d’aventures. Depuis que je suis enfant, je suis attiré par l’Afrique et j’ai déjà visité de nombreux pays du continent, notamment le Botswana, le Malawi, Djibouti, l’Éthiopie et l’Égypte. Avec quatre semaines devant moi, mon choix en consultant la carte s’est rapidement porté sur le Kenya. J’y suis déjà allé quand j’étais adolescent. Et quand j’ai découvert qu’un itinéraire officiel de bikepacking appelé Kenya Bike Odyssey s’arrêtait là où un voyage avec mes parents s’était terminé il y a 19 ans, la décision était prise.

Mais pourquoi à vélo et pourquoi seul?

P _ Depuis que je sais marcher, je fais du vélo – je suis d’ailleurs probablement meilleur en vélo qu’en marche. (*rires*) Ce voyage a été pour moi la première page symbolique d’un nouveau chapitre: il y a deux ans, j’ai eu un grave accident de vélo au cours duquel je me suis fracturé plusieurs os et j’ai été transporté à l’hôpital en hélicoptère. J’y ai passé quatre semaines et j’ai ensuite dû subir une longue rééducation. Après ce coup du sort, mon monde s’est écroulé et le retour à la normalité a été dur et long. Je ne savais pas si je pourrais à nouveau faire du vélo. Heureusement, je peux maintenant dire que je suis presque redevenu moi-même physiquement. Mais j’ai toujours douté en silence de ce qui serait encore possible mentalement. En ce sens, ce voyage était un moyen de me prouver à moi-même que malgré l’adversité, le doute de soi et l’accident, je peux le faire!

C’est fort! Ça a l’air d’avoir été un voyage personnel difficile. Passons directement au Kenya: comment décrirais-tu l’itinéraire?

P _ J’ai été surpris chaque jour par la diversité du Kenya. Je n’aurais jamais pensé qu’à Nairobi, à 1800 mètres d’altitude, il ferait froid la nuit! Durant les premiers jours du voyage, j’ai découvert les plantations de thé vert de Limuru et ai profité de températures printanières. Ensuite, je me suis aventuré dans les forêts des hauts plateaux avant de descendre dans le rift est-africain. L’activité géologique y a formé de hautes montagnes et des lacs profonds pendant des millions d’années, ce qui a une grande influence sur le climat local. Les températures sont passées de 15 à 30 degrés Celsius et l’air est devenu sec. À midi, la chaleur est intense et les coins d’ombres se font rares. Lorsque j’ai vu pour la première fois des zèbres traverser la route devant mon vélo, j’ai eu l’impression d’être réellement arrivé en Afrique. Le début de mon voyage n’était qu’un avant-goût de la suite. Vers la fin,

l’Afrique s’est présentée à moi comme un livre d’images, avec ses vastes savanes, ses troupeaux d’éléphants, ses antilopes et ses girafes. C’est exactement comme on se l’imagine.

Outre les antilopes, les buffles et autres, on trouve également des félins au Kenya. Tu n’as pas eu peur?

P _ Même si les rencontres avec des lions, des léopards et des guépards peuvent être potentiellement dangereuses, il est très peu probable de trouver des félins se prélassant sur le bord de la route. Ils vivent la plupart du temps dans les parcs nationaux, évitent les êtres humains et sont nocturnes. Il n’est donc pas nécessaire de prendre des précautions particulières. Les buffles et les éléphants représentent en réalité un danger bien plus grand, car on les rencontre plus souvent dans le nord-est du Kenya. Il ne faut pas s’approcher trop d’eux, ni les surprendre et surtout ne pas se retrouver entre un petit et sa mère. Dans les zones d’éléphants, il faut donc être un peu sur ses gardes. Mais quiconque fait preuve de bon sens garde de toute façon ses distances et profite du spectacle de loin.

Combien de temps as-tu passé sur la route?

P _ Au total, j’ai eu 16 jours de trajet à vélo et deux jours de pause. J’ai opté pour un vélo de trekking robuste avec des pneus extra larges. J’ai parcouru environ 65 kilomètres par jour, et une fois, j’ai même atteint 90 kilomètres. Il n’est pas possible de faire plus. L’état des routes est très aléatoire: tantôt on a une bonne route de gravier, tantôt on rencontre des nids de poule qui ralentissent bien. Parfois, le chemin n’est guère plus qu’un étroit sentier dans des broussailles. De plus, il ne s’agit pas seulement de pédaler à travers la savane plate, mais il faut également faire face à des dénivelés. La moyenne montagne, une crête entre Kerio et la vallée du Rift, a été pour moi l’épreuve physique la plus difficile du voyage.

L’effort physique semble énorme, mais était-ce vraiment le plus dur?

P _ L’effort physique était supportable pour moi. Toutefois, la solitude et le fait de devoir résoudre seul tous les problèmes qui se présentaient étaient des défis extrêmement éprouvants pour moi. Une fois, je me suis retrouvé au bord d’une rivière. L’itinéraire prévoyait de continuer de l’autre côté – sauf qu’il n’y avait plus de pont. Heureusement, j’ai rencontré des gens du coin qui m’ont expliqué qu’il y avait un gué à un kilomètre en aval de la rivière. Une autre fois, les précipitations avaient transformé le sol rouge en une boue collante. Célèbre au Kenya, ce phénomène y est appelé «Black Cotton Soil». Au début, ma passion du VTT m’a donné la force de relever ce défi. Mais lorsque le vélo s’enfonce encore et

«Il m’a fallu cinq heures pour parcourir vingt kilomètres, ça casse le moral.»

À droite: miracle ou prouesse du conducteur? Cette moto chargée à bloc parvient à ne pas basculer sur la route de terre bosselée.



PRÊT POUR
DE NOUVEAUX
CHEMINS ?

LOWA
simply more...



MADDOX
PRO GTX MID Ws



À droite: «Pour que tu aies bon goût et que tu sois gras, même si tu étais plus lent que le lion...», ont écrit des amis de Paul sur la barre.

En bas: le repas du midi de Paul se composait principalement de beurre de cacahuète, de tomates et de pain plat, appelé chapati.



encore dans une flaque boueuse, que l'on a de la boue jusqu'à la cheville et que le sentier disparaît dans les broussailles, on finit par se décourager et par se sentir frustré. Il m'a fallu cinq heures pour parcourir vingt kilomètres – ça casse le moral.

Tu n'as pas pensé à laisser tomber à ce moment-là?

P _ Jamais! Dans de telles situations, je me rassurais moi-même ou j'écoutais de la musique pour me distraire. De plus, avant de voyage, de bons amis m'ont fourni des barres à déguster avec des écritures de motivation pour les mauvais moments. Elles contenaient des messages amusants. Honnêtement, j'avais plus envie de mangues fraîches, j'ai donc profité de la lecture des textes drôles, mais je n'ai pas touché aux barres.

À propos de l'alimentation: n'est-il pas difficile de s'approvisionner en eau et en nourriture en cours de route?

P _ *(sourire)* Par expérience, je peux dire que cela vaut pour le bikepacking en Sardaigne, mais pas pour le Kenya. Presque chaque jour, la Kenya Bike Odyssey passe par un village où l'on trouve de l'eau et de la nourriture. C'était un cadre de rêve: je me nourrissais principalement de fruits frais, d'avocats et de tomates. La récolte des mangues venait de commencer et je pouvais donc manger trois mangues et deux avocats par jour. Chaque bouchée d'un fruit mûr a déclenché en moi une joie presque enfantine. Au début, je m'inquiétais

aussi de ne pas trouver d'eau potable. Mais cette crainte était totalement infondée: il y avait de l'eau potable à disposition partout et je n'ai jamais eu à utiliser le filtre à eau ni l'iode que j'avais emporté pour le traitement de l'eau.

Quels sont les autres éléments à prendre en compte lors de la planification?

P _ Il est vrai que la préparation du voyage a été très compliquée pour moi. Il est facile de réserver des billets d'avion, mais je suis quelqu'un qui aime être bien préparé. J'avais pour ambition de tester mon équipement au moins une fois avant mon départ. De plus, je voulais optimiser le poids de mes bagages afin d'avoir de la place pour mon matériel photo. Ce qui m'inquiétait le plus, c'était la diarrhée du voyageur, qui peut s'avérer mortelle dans l'arrière-pays. C'est pourquoi j'ai emporté de nombreux médicaments, et même une perfusion intraveineuse pour me réhydrater! Mais je suis content de ne pas avoir eu à m'en servir.

Comment garder ses repères au Kenya?

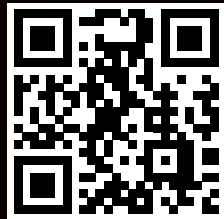
P _ J'ai été moi-même surpris de constater qu'il y avait une couverture 4 G partout. Les professionnels auraient probablement utilisé une navigation avec leur propre appareil GPS, mais j'ai misé sur l'iPhone et la smartwatch. Bien sûr, j'ai testé le tout en détail au préalable et je n'ai ainsi jamais eu de problèmes de navigation.

ENTRETIEN

**Précision et endurance.
Fabriqué au Japon.**

Le réchaud à gaz Fusion Trek

- › Grande puissance thermique de 3260 W
- › Plus de 300 injecteurs
- › Technologie SOTO Micro Regulator
- › Résistant au vent
- › Très léger (180 g)
- › Fabriqué à la main au Japon



SOTO
Sparked by nature

«Chaque bouchée d'un fruit mûr a déclenché en moi une joie presque enfantine.»

Tu avais même une tente sur toi. Peut-on faire du camping n'importe où au Kenya sans problème?

P _ Oui, il est possible de camper presque partout. Une fois, j'ai passé la nuit à proximité d'un bar bruyant, sur un sol jonché de sous-bocks – l'une des nuits les moins agréables de mon périple. Une autre fois, j'ai passé la nuit directement au bord du lac de Baringo – c'était magnifique et a compensé les multiples privations du voyage.

Peux-tu nous décrire une journée type?

P _ Le lever du soleil à six heures est devenu mon réveil le matin. La plupart du temps, je me levais déjà une demi-heure avant, qui me permettait d'une part de profiter de la fraîcheur matinale pour faire de la route, et d'autre part de disposer de suffisamment de temps pour faire face aux imprévus. Après une heure de vélo, il était temps de prendre mon petit déjeuner: ma première mangue de la journée. Je continuais ensuite à rouler jusqu'à midi, avant de me préparer un repas simple à l'ombre d'un arbre, composé de beurre de cacahuète, de tomates, de chapati (un pain plat kenyan) et de l'incontournable deuxième mangue. En cours de route, je m'arrêtais régulièrement pour discuter avec la population locale curieuse et pour prendre des photos. La plupart du temps, j'arrivais à destination au plus tard vers 15 heures. Vers 21 heures, extinction des feux et je tombais dans un profond sommeil, épuisé, prêt à affronter le lendemain au même rythme.

As-tu eu la visite d'animaux la nuit?

P _ Partout où il y a des êtres humains, il y a aussi des singes. Ils ne sont pas dangereux, mais il faut les surveiller de près! Ce sont des voleurs talentueux qui aiment chiper de la nourriture: dans un moment d'inattention, une mangue fraîche peu rapidement disparaître. Une fois, j'ai dormi à proximité d'hippopotames, mais une clôture nous séparait, heureusement. Pour le reste, des bouses d'éléphants témoignaient de la présence possible de visiteurs nocturnes, mais il est probable que la fatigue l'ait emporté et que j'ai raté leur venue.

Combien de fois as-tu eu un pneu crevé?

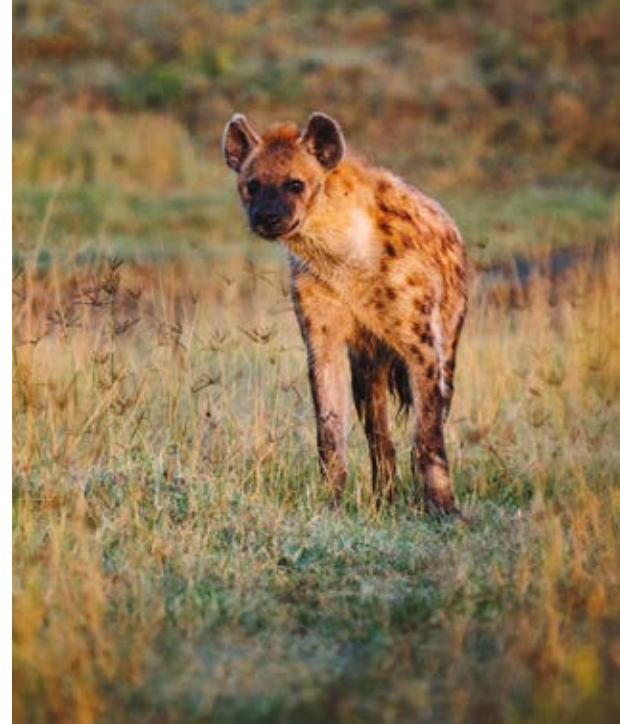
P _ Grâce à la technologie Tubeless, qui correspond à des pneus sans chambre à air, les crevaisons ont été rares. À mon avis, ce système est absolument nécessaire en Afrique. Pendant le voyage, j'ai retiré une vingtaine d'épines de mes pneus sans qu'elles ne m'arrêtent. Ce n'est que l'avant-dernier jour que j'ai eu un coup du sort: plusieurs crevaisons consécutives. J'ai dû réparer un pneu et de le regonfler plusieurs fois. Mais peu de temps après, j'ai tout de même pu reprendre la route. J'étais désespéré, affamé et épuisé. Finalement, frustré, j'ai sollicité le pneu dans toutes les directions imaginables – et puis: une épine d'acazi de cinq centimètres de long s'y'est enfoncée! Elle était aussi dure qu'un clou, et avait dû percer le pneu jusqu'à l'intérieur. Si je ne l'avais pas remarquée aussitôt, je serais probablement encore au Kenya en train de réparer mon pneu.

Quel objet est devenu indispensable dans ton sac de vélo?

P _ Les incontournables étaient un outil multifonction et une pompe à air. Je me suis également offert le luxe d'un oreiller gonflable, qui m'a apporté un grand confort supplémentaire. De plus, j'ai trouvé génial d'avoir un téléobjectif sur moi. Il est certes énorme, mais s'il y a un endroit où il vaut le coup d'en avoir un, c'est en Afrique. Une grande partie de l'équipement que j'ai emporté ne m'a pas servi pendant le voyage. Toutefois, j'emporterai la prochaine fois de nouveau toutes ces affaires, simplement pour des raisons de sécurité. Au prochain départ, seule la poudre de curry emportée pour agrémenter mes repas restera chez moi en Suisse.

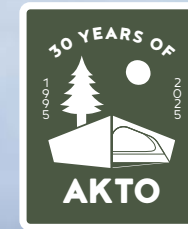
Est-ce que tu as fait des rencontres particulières pendant ton voyage?

P _ Un jour, je suis parti comme d'habitude au lever du soleil pour observer quelques animaux de loin. Je me suis retrouvé au bord d'un lac, entouré de zèbres et d'innombrables oiseaux multicolores, sous la plus belle lumière du soleil. Soudain, j'ai vu derrière moi une hyène qui se dirigeait vers moi. La plupart du temps, les animaux ne sont pas agressifs lorsqu'ils sont seuls, mais ils sont imposants et ont l'air méchants. La hyène se rapprochait de plus en plus. Paniqué, j'ai réfléchi à la manière dont je pourrais me défendre avec mon vélo. Elle s'est finalement arrêtée à une trentaine de mètres de moi et nous nous sommes regardés pendant deux minutes. Je parie que la hyène a senti mes sueurs froides. Finalement, elle m'a jugé trop peu appétissant dans mes vêtements sales et est repartie.



En haut: Paul n'a observé les éléphants que de loin ou à travers son objectif. Une rencontre avec ces animaux peut être dangereuse.

En bas: les hyènes ne sont pas des animaux particulièrement agressifs. Cependant, il est préférable de ne pas s'en approcher de trop près.



The Solo Tent that Forever Changed All-Season Travel.

Introduced in 1995.
Still the first choice for solo adventures today.



© Daniel Abrahamsson

HILLEBERG
THE TENT MAKER

ORDER A FREE CATALOG:

HILLEBERG.COM

+ 46 (0)63 57 15 50

«Pour moi, la Kenya Bike Odyssey aura marqué le début d’un nouveau chapitre. Je suis fier d’être parti seul et d’être arrivé jusqu’au bout.»



À gauche: Paul a toujours été attiré par l’Afrique. Ce voyage était son deuxième au Kenya.

En haut: les autochtones nomment «Black Cotton Soil» le phénomène lorsque les précipitations transforment le sol rouge en boue. Un vrai cauchemar pour les cyclistes.

En fait, il s’agissait de personnes...

P _ (rises) Oh, il y en avait aussi, bien sûr! Malheureusement, la barrière linguistique rend la communication difficile. La population rurale parle le swahili ou un anglais rudimentaire. Je ne maîtrise malheureusement pas plus que quelques bribes de swahili, mais j’ai tout de même pu échanger avec des autochtones dans les hébergements. Ils décrivent de manière très impressionnante les changements fulgurants au Kenya: de nouvelles routes et clôtures apparaissent d’un coup. Autrefois, les rhinocéros venaient rendre visite dans les jardins de la population locale, mais maintenant, ils sont durs à trouver. Cela m’a fait réfléchir.

Qu’est-ce qui t’a le plus marqué lors de ce voyage? Quelle sera ta prochaine destination?

P _ Ce qui est encore présent dans ma mémoire aujourd’hui, c’est surtout ce sentiment d’épuisement total le soir dans ma tente, après une journée de vélo dans cette nature sauvage et indomptée. Je suis fier d’être parti seul et d’être arrivé jusqu’au bout. Et qui sait? Peut-être que la prochaine fois, je traverserai Madagascar à vélo, ou bien l’Iran ou la Namibie en solo? Il y a encore tant d’endroits à découvrir.

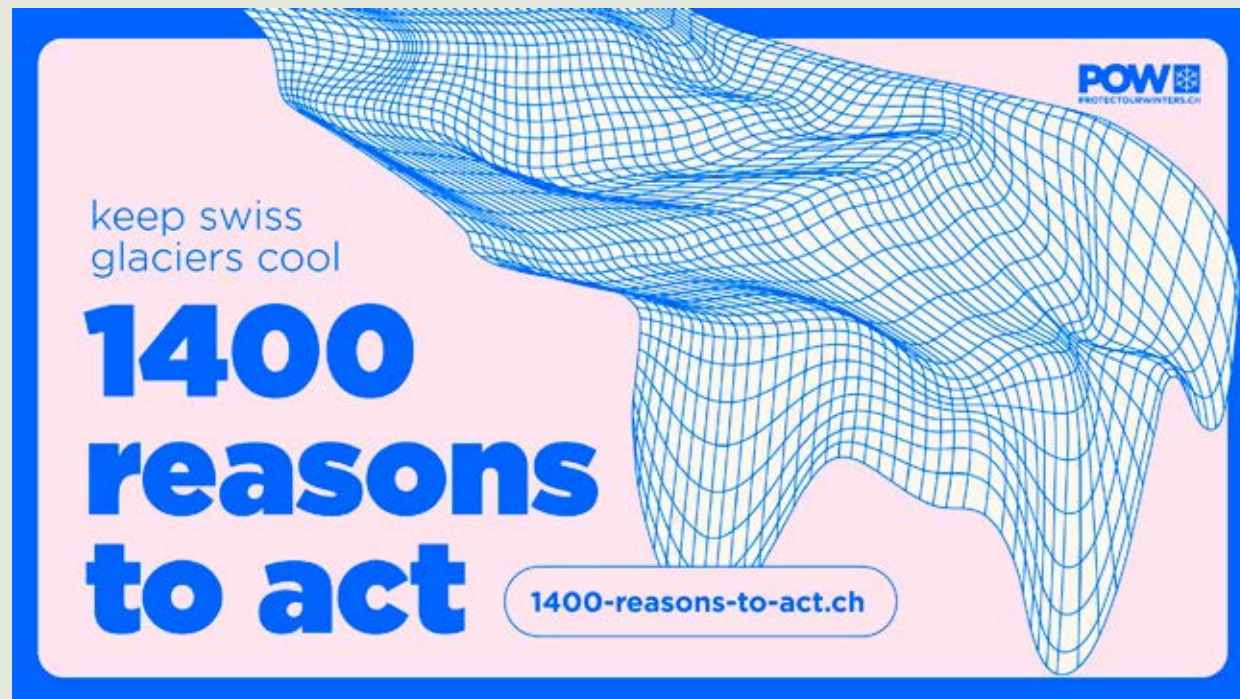
PAUL MÜHLFELDER (33 ANS) ...

... est un futur gynécologue originaire d’Allemagne. Il vit et travaille actuellement en Suisse et compense d’intenses semaines de travail de nuit par des voyages à vélo pleins de rebondissements. L’une de ses plus grandes aventures est son voyage en solo à travers l’Iran, tout comme son voyage à la découverte du Kenya. Il emporte toujours son appareil photo dans ses bagages pour immortaliser ses petites trouvailles faites le long du chemin ainsi que ses rencontres avec des animaux.



Built for a life outside

QUOI DE NEUF?



Campagne pour la protection des glaciers

Les Nations Unies (ONU) ont déclaré 2025 comme l'Année internationale de la préservation des glaciers. Dans ce cadre, l'organisation environnementale suisse Protect Our Winters (POW) attire l'attention sur les glaciers suisses et leur fonte. En effet, les glaciers sont d'importants réservoirs d'eau, marquent notre paysage et nous permettent de vivre des aventures inoubliables en plein air.

La Suisse compte environ 1400 glaciers. Chacun d'eux symbolise l'urgence de renforcer la protection du climat. Avec cette campagne, notre partenaire POW appelle la communauté outdoor à se mobiliser pour la protection des glaciers et à faire un geste pour la protection du climat. Tu veux participer? Prends part au défi des 100 jours et rends un glacier visible! Toutes les informations: 1400-reasons-to-act.ch/francais



Nos produits d'occasion

Sur notre plateforme secondhand (voir code QR), tu trouveras désormais également des produits de notre assortiment que nous ne pouvons plus vendre normalement en raison de petits dommages, comme un trou ou une couture ouverte. Nous les avons toutefois remis en état de marche dans notre atelier de réparation. Viens jeter un coup d'œil sur: secondhand.transa.ch



NOUVEAUTÉS

Photo: Noah Raaflaub

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.

Aliments secs d'origine suisse

Melody Sirman, la fondatrice d'Alpibreak, prépare des repas déshydratés à la main à Genève. L'idée lui est venue lorsqu'elle avait été déçue par la nourriture proposée lors du Tour du Mont-Blanc sur 170 kilomètres. Les plats végétariens ou végétaliens sont tous succulents. Notre coup de cœur: le houmous, à mélanger simplement avec de l'eau!



Alpibreak Chili Sin Carne (n° d'article: 331459, CHF 16.90). Autres variétés (p. ex.: Greek Beetroot Orzo) sur: transa.ch/fr/alpibreak



Le sac-pompe NeoLoft fourni (n° d'article: 329672, CHF 299.90) facilite énormément le gonflage.

L'alliance du confort et de la fonctionnalité

Le nouveau matelas de sol NeoLoft de Therm-a-Rest séduit par sa combinaison très réussie de confort, d'encombrement réduit, de poids léger et d'isolation. Avec sa construction 3D à l'intérieur et son épaisseur de 11,7 centimètres, ce matelas offre un couchage extrêmement confortable. Le tissu tricoté extensible est plus souple que sur les autres matelas de camping isolants et les deux rails latéraux empêchent les roulements sur le matelas et offrent un bon maintien. En plus de son haut niveau de confort, le matelas présente un poids de 910 g et des dimensions de 29 x 15 cm et se glisse facilement dans n'importe quel sac à dos de trekking. Le NeoLoft aura une valeur R de 4,70 (qui indique la qualité de l'isolation thermique), ce qui signifie qu'il peut être utilisé même en hiver.

Brochette double pour les déplacements

La brochette de grill multifonction Brändi ajoute une nouvelle dimension à la barbecue: la double broche, permet une cuisson efficace sur le feu et de retirer les grillades sans effort grâce au grattoir intégré.

Qu'il s'agisse de viande, de légumes ou d'autres variations comme le pain trappeur, cette brochette est parfaite pour tous les goûts. Munie d'une petite poêle, elle convient également pour la raclette ou cuire des œufs au petit-déjeuner. La brochette peut être utilisée au choix avec un barbecue Brändi ou sur un feu de camp.

Fabriquée en Suisse par des personnes en situation de handicap, la brochette multifonction Brändi est synonyme de qualité, de longévité et de durabilité. Que ce soit en camping, autour d'un feu de camp ou à la montagne, la brochette est une compagne polyvalente.



Photo: Margherita Delussu

Brochette de grill multifonction Brändi (n° d'article: 337112, CHF 36.90). Une petite poêle peut être commandée séparément (n° d'article: 311792, CHF 8.90).



VICTORINOX

PRÊT À SORTIR DES SENTIERS BATTUS

Notre couteau pliant Evoke BS Alox. Grande lame à pointe tombante. L'allié polyvalent idéal pour tracer votre chemin hors des sentiers battus.



FROM THE MAKERS OF THE ORIGINAL SWISS ARMY KNIFE™ ESTABLISHED 1884

Actualités de nos partenaires

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



Découvres-y comment transformer un «#Posetapeche» en une affaire bien propre.

Photo: Joni Hedinger

Faire ses besoins en pleine nature: #Posetapeche au bon endroit

Tout le monde doit faire ses besoins de temps à autre, même s’il n’y a pas de toilettes à proximité. Toutefois, l’ignorance ou l’indifférence des gens conduit souvent à des traces visibles de la petite ou grande commission. Cela est non seulement fâcheux pour les autres fans d’activités en plein air, mais également nocif pour la nature. Par exemple, il faut jusqu’à cinq ans pour qu’un simple mouchoir se décompose complètement. Le Club Alpin Suisse (CAS) et la fédération Suisse Rando attirent l’attention sur cette problématique dans le cadre d’une campagne de sensibilisation commune et donnent des conseils pour éviter les #Posetapeche lors d’une randonnée.

Savoir anticiper: planifie des arrêts aux toilettes de manière préventive et utilise les installations sanitaires des téléphériques, des refuges, des restaurants, etc.

Trouver un endroit approprié: maintiens une distance d’au moins 50 mètres avec le sentier de randonnées, le camp ou le plan d’eau le plus proche. Fais preuve de vigilance lorsque tu t’éloignes des chemins balisés!

Cuvette WC: creuse un trou avec une pierre (de 15 à 25 cm de profondeur) ou utilise une fosse existante. Recouvre ensuite le contenu de la cavité avec de la terre ou des cailloux.

Ne laisser aucune trace: transporte tes mouchoirs usagés ou autres articles d’hygiène dans un sac poubelle et jette-les plus tard. Ne les brûle pas: tu risques de mettre le feu à la forêt!

Tu trouveras plus d’informations et d’autres conseils pour un comportement responsable sur posetapeche.ch

Photos: Noah Leimgruber



Dans la description de chaque randonnée, tu trouveras des indications sur le niveau de difficulté et la durée du circuit ainsi que sur l’équipement recommandé.

19^e nuit suisse de la randonnée

Avis aux fans de randonnées noctambules: marquez les 12 et 13 juillet 2025 sur vos calendriers! En effet, aura lieu à ce moment la 19^e nuit suisse de la randonnée. Qu’il s’agisse d’une randonnée sportive ou détendue, sur un trajet court ou long, procurant des frissons ou riche en culture, l’offre de randonnées nocturnes guidées est vaste et constamment mise à jour sur nuitrando.ch. Il y en a pour tous les goûts, de la randonnée agréable en famille au crépuscule à l’expédition nocturne exigeante, avec comme point final le lever du soleil. Les randonnées durent entre une heure et plus de six heures. En parallèle, les organisateurs proposent un programme-cadre varié. Mais qu’est-ce qui rend la randonnée à des heures tardives si spéciale? Lorsque nous ne voyons rien ou presque rien, nos autres sens sont d’autant plus aiguisés: nous sen-

tons, entendons, sentons et savourons beaucoup plus intensément que d’habitude. Transa proposera également deux randonnées dans la région de Zurich et en Suisse romande. Infos/inscription: transa.ch/nuit-rando

Guide pour la randonnée nocturne: Reste sur les sentiers de randonnée. | Garde tes distances avec les animaux sauvages, ne les touche pas et ne les nourris pas. | Évite de faire du bruit. | Utilise ta lampe de poche ou frontale uniquement lorsque cela est nécessaire et avec un objectif spécifique. | Élimine correctement tes déchets et transporte-les si nécessaire pour les jeter ensuite plus tard.

Tranquille à ultra-difficile

Transa est le nouveau sponsor de «Vom See zum Berg». Lors de l'événement, débute le circuit au bord de l'eau puis monte vers les hauteurs avec d'autres personnes. Tu profiteras de vues spectaculaires et d'une ambiance conviviale. Que tu sois en solo ou avec un accompagnement, ces randonnées promettent des expériences inoubliables dans la nature.

Six randonnées d'une journée sont au programme pour 2025. Les distances varient de 12 à 84 kilomètres. Depuis Zurich, par exemple, tu pourras faire une randonnée détendue jusqu'à l'Uetliberg le 20 septembre, combinant l'animation urbaine avec des paysages lacustres idylliques et des panoramas de montagne spectaculaires. Tu peux aussi opter pour la variante extrême et faire le

tour complet du lac de Zurich avant de gravir le sommet. Au final, tu auras ainsi parcouru environ 1900 mètres de dénivelé et l'équivalent de deux marathons en termes de distance.

Nouvelle parution cette année, l'édition Team «Du lac à la montagne»: le 25 septembre, circuit d'Appenzell jusqu'au Hohen Kasten. Inscris-toi dès maintenant. Il reste encore quelques dossards pour les randonnées de Thoune au Niederhorn et de Zurich à l'Uetliberg. Que tu sois seul/-e ou accompagné/-e, les événements de randonnée t'offrent des expériences en plein air inoubliables.

Toutes les randonnées, dates, prix et informations concernant le programme sont disponibles sur: vomseezumberg.ch



Photos: Dani Ammann

PROFITES-EN MAINTENANT
15%
RABAIS TRANSACARD

SERAS-TU DE LA PARTIE?

Avec la TransaCard, tu bénéficies d'une réduction de 15% sur ta place de départ du concours «Du lac à la montagne».



ROYAL ROBBINS®



Mosquito Protection Technology™



PROTECTION PROUVÉE
CONTRE LES MOUSTIQUES
AUCUN PRODUIT
CHIMIQUE TOXIQUE

WWW.ROYALROBBINS.COM

Texte Philip Baues

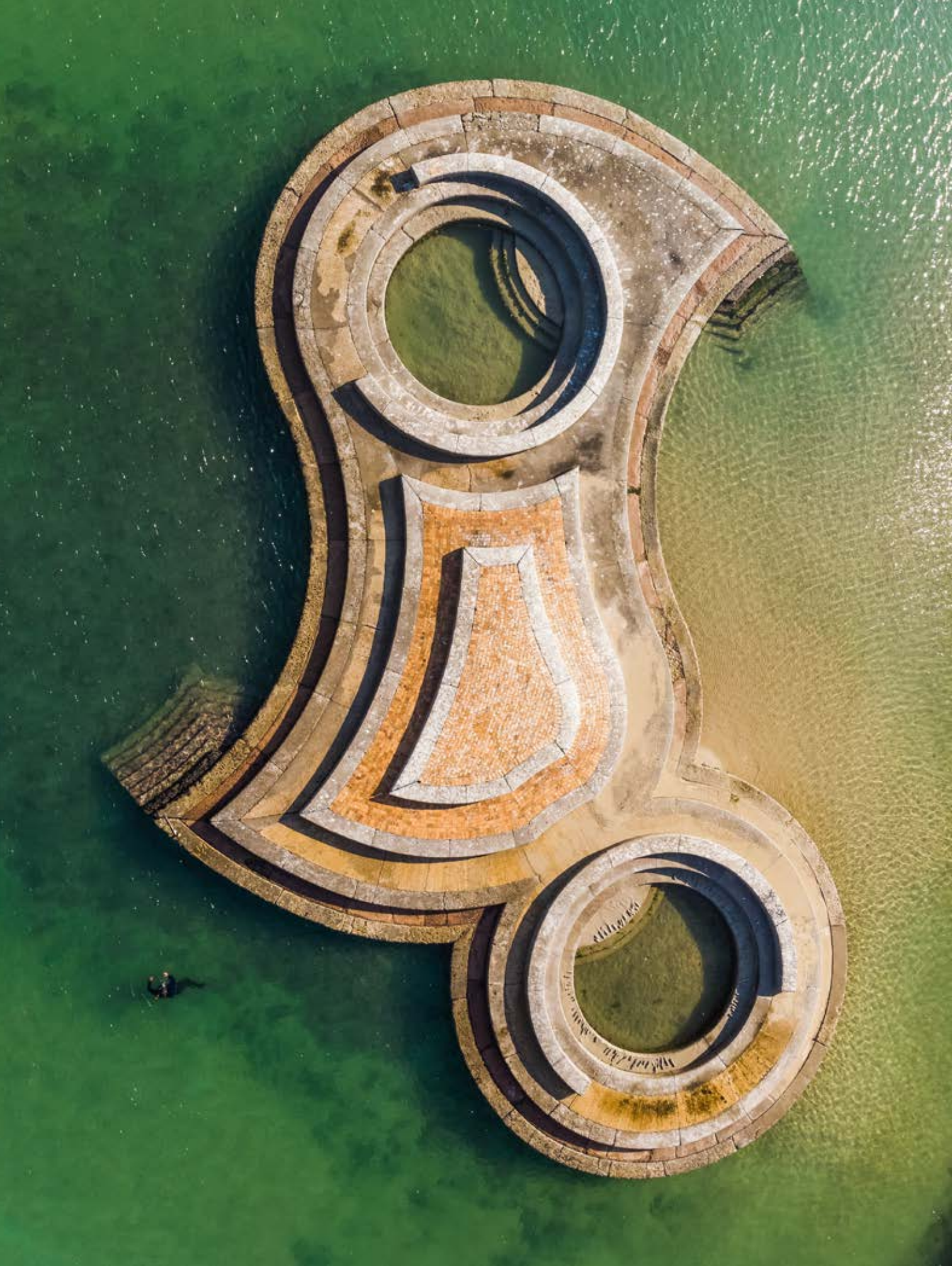
Oman? L'Arabie Saoudite?
Non, l'Angleterre. Chapel Rock,
sur la côte des Cornouailles, est
un bassin granitique alimenté
en eau salée lors des marées et
qui est protégé de l'Atlantique.

LA PLUS BELLE BAIGNADE

Finis les piscines à débordement: Les spots de baignade les plus spectaculaires du monde sont façonnés par la nature ou créés par elle. Nous te présentons cinq de ces endroits particuliers.



Photo: Carl Brightman / Amazing Aerial Agency



Photos: Jay Caboz (à gauche) / Andrea Caruso (à droite) / Amazing Aerial Agency

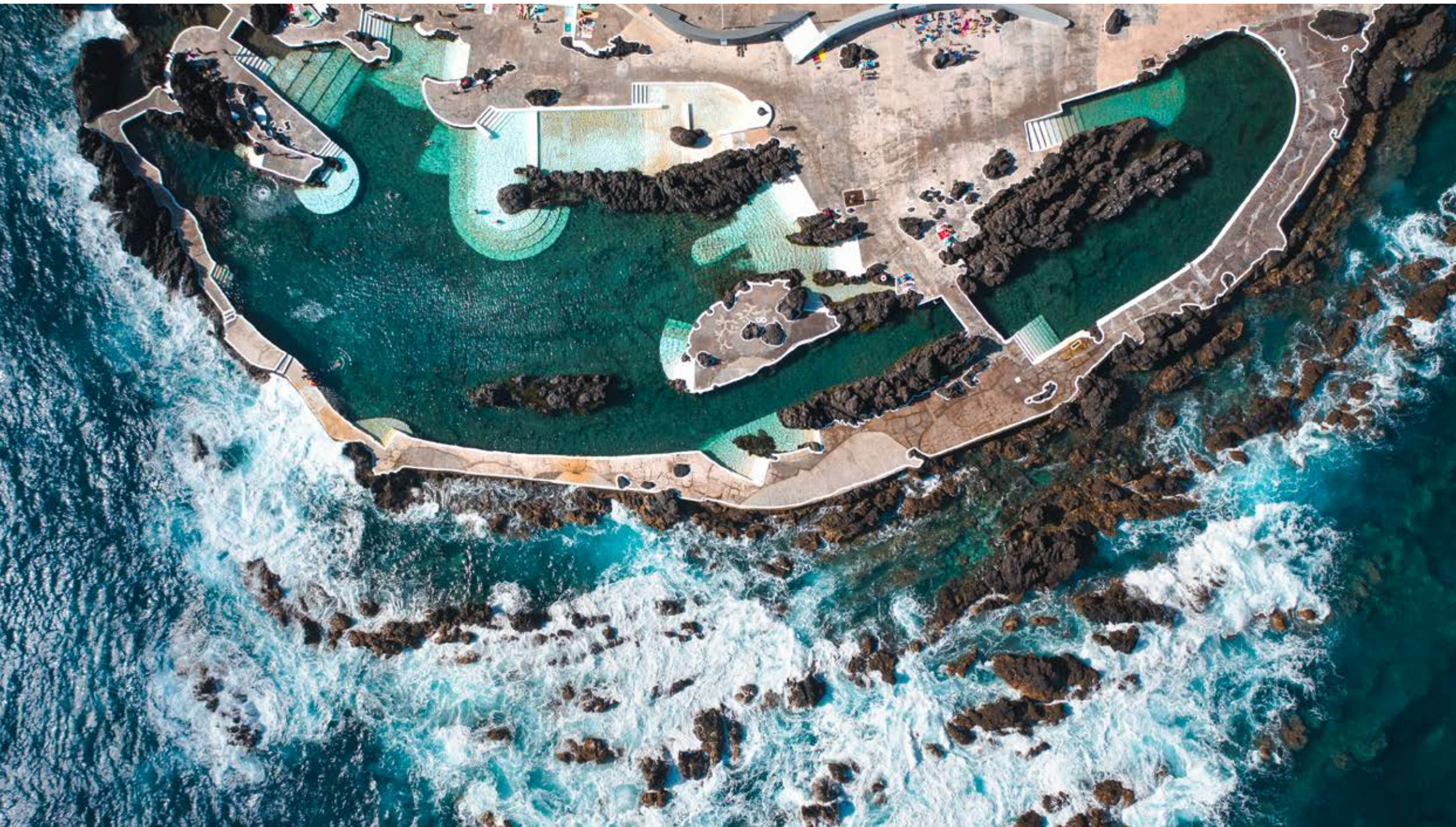
Harmony Park, Le Cap. Le bassin de marée protégé dans la baie False offre plusieurs plates-formes pour se baigner, bronzer et se détendre.



Des sources thermales de Saturnia, en Toscane, affluent environ 800 litres par seconde d'eau chaude à 37 degrés. La baignade dans les bassins naturels de concrétion est gratuite.

«Tensions musculaires, goutte ou gangrène: les Romains savaient déjà tirer parti du pouvoir curatif de l'eau.»

«Lieux de rencontre: les zones de baignade rassemblent des personnes de tous âges, sexes et de toutes les couches sociales.»



Porto Moniz, Madère: ces piscines naturelles en roche volcanique sont nées de l'interaction entre l'humain et la nature.

«L'eau allège le corps, élimine le stress et libère des endorphines – un moment de détente pour le corps et l'esprit.»



Photo: Andrea Caruso / Amazing Aerial Agency

Ce bassin naturel situé sur la côte nord-est de Malte est directement relié à la Méditerranée. L'eau plus chaude favorise la croissance des coraux, d'où le nom de «Coral Lagoon».



La vue de toutes ces criques, bassins de marées, lacs, rivières, sources et vasques éveille immédiatement l'envie de plonger dans l'eau fraîche. Dans le livre illustré «The Nature of Swimming» (Die Gestalten Verlag, ISBN: 978-3-96704-102-6, 256 pages, anglais, CHF 59,90), Laura Allsop et Robert Klanten présentent des lieux de baignade uniques dans le monde entier. Certains de ces endroits sont entièrement naturels, tandis que d'autres ont été aménagés par l'humain, créant ainsi une combinaison à couper le souffle de nature sauvage et de zones de baignade protégées. Et pour couronner le tout, la grande majorité des emplacements présentés sont en libre accès — ils ne sont pas réservés aux touristes fortunés.

Et toi, où vas-tu te baigner?

Le fait que bon nombre de ces lieux se trouvent en Europe augmente également le facteur d'imitation: la France, l'Italie, le Portugal ou la Grande-Bretagne, rien de tel pour s'épargner un billet d'avion et le jetlag qui va avec. Deux spots représentent également la Suisse. En plus d'une grande source d'inspiration, tu trouveras également quelques textes courts et instructifs sur le lien indissociable qui unit l'humain à l'eau.



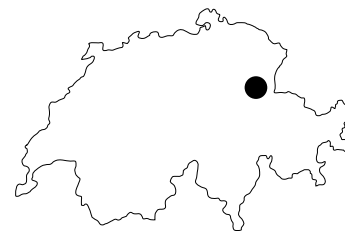
QUEL CHEMIN PRENDRE?

Texte Nina Probst

À pied, en téléphérique, en bateau: ces quatre villages suisses ne sont accessibles que par des chemins spéciaux.

DÉCOUVRIR LA SUISSE AUTREMENT

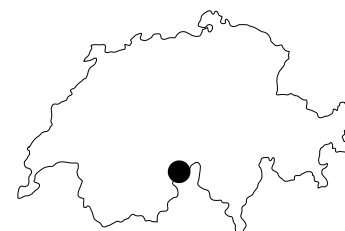
Pourquoi partir loin alors qu'il y a tant de choses à découvrir à deux pas de chez soi? Tu trouveras de l'inspiration pour des destinations exceptionnelles en Suisse sur: myswitzerland.com/fr-ch/decouvrir/



Le village suisse où poussent des kiwis.

QUINTEN SUR LE WALENSEE _ Le village de Quinten est situé dans un cadre pittoresque entre le lac de Walenstadt et un flanc de montagne abrupte. Son climat méditerranéen permet d'y cultiver des kiwis et des figues. En revanche, aucune voiture ne s'y trouve. En effet, ce petit village n'est accessible qu'à pied ou en bateau. Ce dernier se rend toute l'année à Quinten. Les randonnées sont aussi possibles en fonction des conditions météorologiques. Des sentiers de difficulté moyenne d'une dizaine de kilomètres y mènent depuis Weesen ou Walenstadt. Il y a quelques possibilités d'hébergement à Quinten, mais une excursion d'une journée vaut également la peine. On peut aussi savourer les délices culinaires de la région directement au bord du lac de Walenstadt. Les incontournables: un verre de vin de Quintin et un plat de poisson frais au restaurant Seehus.

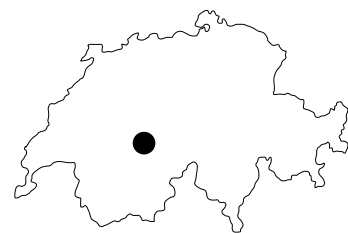
Photo: Suisse Tourisme, Dolores Rupa



Ça a l'air bien. C'est bon.

BINN EN VALAIS _ La vallée de Binn, dans les Alpes valaisannes, est également appelée la «vallée des sept cols», car plusieurs cols importants menant vers l'Italie partent depuis cet endroit. Dans le passé, ceux-ci étaient également utilisés par les contrebandiers. La commune de Binn se divise en plusieurs petits hameaux qui comptent au total 123 habitants/-es. La vallée de Binn est certes accessible en voiture, mais il est recommandé de s'y rendre en car postal. Il faut cependant bien planifier son trajet, car le car postal ne circule que cinq fois par jour. Les chercheurs/-euses de minéraux y trouveront leur compte, mais la vallée a également beaucoup à offrir aux personnes amatrices de randonnées et de culture. Le festival de musique classique «Musikdorf Ernen» a notamment lieu chaque année et la vallée de Binn propose également de nombreuses spécialités culinaires, de la haute cuisine aux produits du terroir. Les possibilités d'hébergement sont nombreuses. L'hôtel Ofenhorn, du haut de ses 135 années d'existence, offre un voyage dans le passé.

Photo: Suisse Tourisme, Andrie Meier



KIENTAL DANS L’OBERLAND BERNOIS _ Le village de Kiental, comptant 210 habitants/-es, est situé dans l’Oberland bernois. L’extrémité de la vallée est inscrite au patrimoine mondial de l’UNESCO Alpes suisses Jungfrau-Aletsch et offre des randonnées passionnantes avec de magnifiques vues, par exemple sur les chutes du Gornerbach. Pour se rendre à Kiental, il convient de prendre le trajet en car postal. La ligne de car postal vers Griesalp parcourt le chemin le plus raide d’Europe, avec une pente inclinée jusqu’à 28%. Cette route étroite et sinueuse passe le long de cascades, de gorges et du lac Tschingel. Le voyage n’en vaut donc pas seulement la peine pour les fans de sensations fortes. Une fois au sommet, les hôtes peuvent passer la nuit à l’hôtel Griesalp et profiter d’une vue imprenable sur la vallée du Kiental. De mi-mai à mi-octobre, il est possible d’y arriver en car postal. Les autres mois, les visiteurs/-euses seront récupérés/-es en motoneige depuis les localités du dessous.

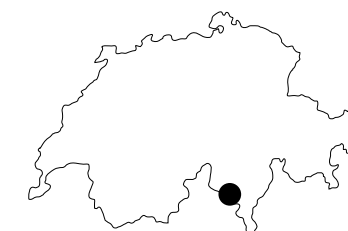


Photo: Suisse Tourisme

La route de car postal la plus abrupte d’Europe.



Photos: Suisse Tourisme, Rob Lewis (à gauche), François Margot (à droite)



SUISSE

Accès seulement à pied ou en téléphérique.

RASA AU TESSIN _ Plonger dans un autre monde, dans un siècle, c’est possible dans le village de montagne tessinois de Rasa. Les petites maisons en pierre dotées de magnifiques parterres de fleurs semblent provenir d’une autre époque. Rasa est le seul village du Tessin qui n’est pas relié au réseau routier et qui n’est donc accessible qu’à pied. Plusieurs sentiers de randonnée mènent à ce village situé à 900 mètres d’altitude et. Depuis 1958, il existe également un téléphérique: un trajet depuis Verdasio dure cinq minutes et est possible de mars à novembre. Rasa est un excellent point de départ pour des randonnées dans le Tessin. Il n’est pas possible d’y passer la nuit, mais le restaurant Grotto Campo Rasa propose des spécialités régionales. Juste au-dessus du village, l’une des cinq balançoires «Swing the World», réparties dans tout le Tessin, est suspendue entre les arbres et offre une vue imprenable sur le paysage.



NOM ET ÂGE Tanya, 41 ans

EN POSTE DEPUIS Mars 2024

EN TANT QUE Coordinatrice de projet Durabilité

BAVARDAGE ET CONFIDENCES

AVEC TANYA

Pour Tanya, la durabilité n'est pas une tendance, mais un état d'esprit – au travail comme dans la vie privée. Elle insuffle sa conviction chez Transa en tant que coordinatrice de projet.

Interview Mona Boos

Tanya, tu travailles au sein de l'équipe Durabilité de Transa. Comment en es-tu arrivée là ?

TANYA _ Avant de rejoindre Transa en mars 2024, je travaillais pour un détaillant durable spécialisé dans la mode équitable et respectueuse de l'environnement. Cela me plaisait, mais à un moment donné, j'ai eu envie de voir autre chose. Et puis je suis tombée sur l'offre d'emploi de Transa pour le poste de «Coordinateur/-trice de projet Durabilité».

Quelles sont tes missions ?

T _ Mon poste englobe diverses tâches dans le domaine de la communication interne et externe sur la durabilité. Je veille à ce que les informations relatives à la préservation des ressources et à la protection du climat, aux droits des travailleurs/-euses et au bien-être animal soient transmises de manière aussi compréhensible, transparente et intéressante que possible. En raison de dispositions légales, Transa sera désormais tenue de divulguer la manière dont l'entreprise gère les questions écologiques et sociales. C'est moi qui m'occupe de ce genre de choses. Je suis également en charge des formations sur la durabilité.

Le thème de la durabilité est central dans ta carrière.

T _ Mon domaine d'activité de base est le stylisme. J'ai travaillé comme costumière et habilleuse pour des films et des

tournages publicitaires. Mais j'ai réalisé que je ne voulais pas faire ça pour le reste de ma vie. La protection de l'environnement m'accompagne depuis mon enfance, car j'ai grandi dans une famille où il est important de vivre dans le respect de la nature. Maintenant que j'ai moi-même des enfants, ce thème est encore plus présent dans ma vie.

Quel rôle joue la durabilité dans ta vie privée ?

T _ Je fais de mon mieux, bien sûr. J'achète notamment des vêtements d'occasion et je n'ai pas de voiture. Mais je pense que la responsabilité de protéger notre planète n'incombe pas seulement aux individus en tant que tels. Il me semble nécessaire de mettre en place des solutions politiques. Les entreprises qui agissent de manière responsable devraient récolter les fruits de leur engagement plutôt que d'être entravées par des frais supplémentaires. Je pense qu'il faut davantage de règles contraignantes. Chez Transa, nous avons l'ambition de contribuer bénévolement à des développements allant dans le sens d'une économie circulaire. Avec les produits d'occasion et l'atelier de réparation Transa, nous voulons par exemple faciliter l'accès à une consommation plus durable. Nous avons des objectifs ambitieux et je suis convaincue que nous pouvons obtenir des résultats solides.

Où peut-on tomber sur toi en extérieur ?

T _ Dans les bois. Pour moi, week-end réussi rime avec longue promenade. J'y vais seule ou bien avec des copines ou mon compagnon. Mes enfants sont rarement de la partie. En général, mes sorties en forêt durent trop longues pour eux. *(rises)*

EXCURSIONS RAPIDES

Compte-rendu Jessica Bischof
Photos Ruedi Thomi

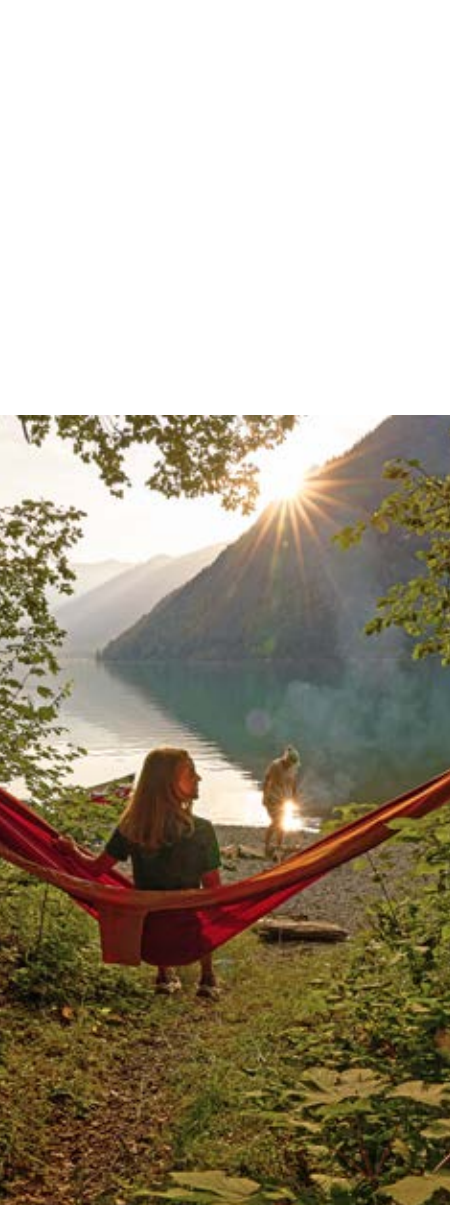
Les jours rallongent, le temps est agréable: en été, il est facile d'intégrer de petites aventures dans la vie quotidienne. Eliane de Transa explique comment y parvenir sans appareils numériques ni divertissement.

Téléphone portable de côté, place à la nature!

Honnêtement, il n'est pas toujours facile pour moi d'éteindre mon téléphone portable. Lorsque je voyage seule, je l'emporte avec moi par sécurité. Je le mets alors en mode avion et je le laisse si possible dans mon sac à dos. Une astuce pour faciliter la déconnexion: je préviens mes amis et ma famille que mon téléphone sera éteint pendant quelques heures. De cette manière, je m'assure que personne ne s'inquiète. Dans la nature, sans téléphone portable, je m'oriente consciemment à l'aide de panneaux de signalisation, je note mes pensées dans un carnet ou j'utilise mon appareil photo. Mais surtout, je profite du calme.

Yoga en plein air pour se vider la tête

La nature invite à la méditation ou à une séance de yoga. Alors pourquoi ne pas t'entraîner à l'extérieur? Un tapis de yoga ne prend pas beaucoup de place et se déroule n'importe où sur une surface plane. À la maison, je pratique le yoga à l'aide de vidéos. C'est pourquoi j'utilise aussi ma séance de yoga en plein air comme entraînement de la mémoire et révise au préalable trois asanas. En yoga, je me concentre sur les sensations et non sur un enchaînement parfait. Ensuite, je prépare un thé sur le feu et observe les flammes: une bonne manière d'échapper rapidement au quotidien.



Relaxation entre des arbres

Un hamac est toujours le bienvenu. C'est l'endroit idéal pour lire un livre, écouter les oiseaux, jeter un coup d'œil sur le toit des feuilles contempler les arbres et ne rien faire. Beaucoup de gens sont tellement habitués à une distraction constante que ne rien faire consciemment n'est pas si facile au début. Voici un exercice: Décide de t'allonger dans un hamac pendant un quart d'heure et de laisser ton esprit vagabonder. Tu remarqueras que les minutes passent beaucoup plus lentement que d'habitude. Ceci est un entraînement à la décélération mentale et permet de contrebalancer le bruit numérique permanent.

Repas du soir à l'extérieur

Que ce soit autour d'un feu de forêt à proximité ou sur un réchaud à gaz, des repas simples peuvent être préparés à l'extérieur rapidement et sans trop d'effort. Et à mon avis, tout aliment a de toute façon bien meilleur goût dans la nature. Une autre idée: tailler un bâton et faire griller une saucisse ou un pain sur le feu. Je prépare la pâte pour le pain dès le matin. Les personnes qui aiment griller des légumes ou du tofu peuvent également emporter une grille de barbecue Brändi. Elle a les dimensions d'une feuille A4 et rentre dans n'importe quel sac à dos.

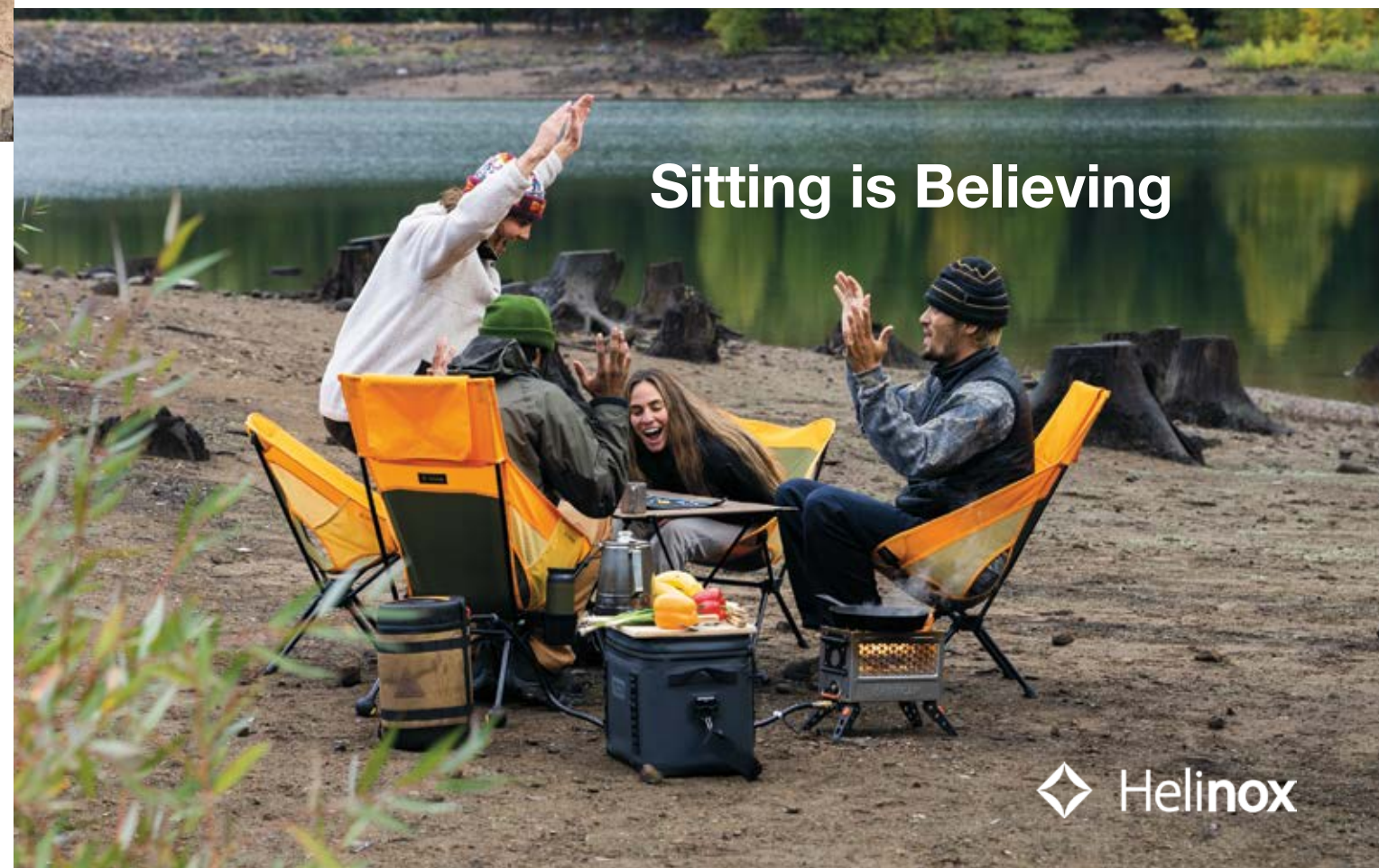
Aventure sur deux roues

Si je pars faire une petite excursion en gravel, je n'ai pas forcément besoin d'un téléphone portable pour me repérer. Au lieu de mon GPS, je prends une carte physique des environs ainsi qu'un compas. Mon domicile est le point où je place mon compas. Ensuite, je trace un rayon avec le nombre de kilomètres de mon choix. Je détermine une destination à l'intérieur de ce cercle. Sans aucune aide numérique, je découvre ainsi de nouvelles rues, de nouveaux quartiers et de beaux endroits dans la nature, coins que j'aurais peut-être manqués autrement. Et en même temps, cette méthode apporte un souffle d'air frais dans la planification de mes excursions.



ELIANE

... est conseillère de vente dans le magasin Transa de Saint-Gall. Elle aime effectuer des micro-aventures dans l'Alpstein. Elle emporte toujours une casquette colorée, des lunettes de soleil, un petit chiffon en microfibre et bien sûr, un couteau suisse.



Sitting is Believing



TENTE TUNNEL AUTOPORTANTE VAUDE

Allround Space 3P
N° d'article: 328850 | CHF 439.90

Le produit le plus durable d'un point de vue environnemental est toujours celui qui a la durée de vie la plus longue. Les nouvelles tentes Allround de Vaude sont entièrement exemptes de PFAS et fabriquées à partir de matériaux recyclés. Si le prix de ces modèles est attractif, la qualité est également au rendez-vous. L'armature provient elle aussi du meilleur fabricant



Stefan
Responsable achats
matériel

sur le marché. La combinaison d'une tente tunnel et d'une tente canadienne est particulièrement pratique: deux sardines suffisent pour la rendre stable. Cette tente n'est pas un véritable poids plume. Néanmoins, je pencherais toujours pour la version trois places, même si l'on ne voyage qu'à deux. En effet, l'espace supplémentaire y est alors précieux.

BATTERIE DE CUISINE SOTO

Kit de cuisine Navigator
N° d'article: 165743 | CHF 89.90

Les personnes qui me connaissent savent que je suis particulièrement fan des produits au design bien pensé. Ce kit de cuisine pour une ou deux personnes me convient parfaitement, en raison de ses nombreux détails astucieux: la housse thermique de la petite casserole maintient son contenu au chaud lorsque la grande casserole est posée sur le réchaud. De plus, le manche se transforme en pince de cuisine polyvalente en un tour de main. Les couvercles sont encore plus multifonctionnels: Ils disposent d'une passoire intégrée et peuvent être utilisés comme planche à découper ou support stable pour le réchaud. J'apprécie également l'anodisation des casseroles en aluminium, qui évite de se brûler et permet de les laver rapidement.



Martin
Responsable achats
matériel

NOS CHOUCHOUS

L'été approche, la saison idéale pour les aventures! Les jours rallongent et il devient agréable de passer la nuit à la belle étoile. Les spécialistes de notre équipe achats leurs articles préférés pour les excursions.

CASQUETTE
DE COURSE À PIED
BUFF

Pack Speed Cap
N° d'article: 307691 | CHF 44.90

En montagne et pour le sport, j'ai besoin d'un couvre-chef qui me protège du soleil, mais sous lequel je n'ai pas trop chaud. La matière légère et respirante de cette casquette lui permet de sécher rapidement. De plus, elle est dotée d'une protection UV 50 et dispose de trous de ventilation sur le côté pour une aération optimale. Et cerise sur le gâteau: lorsque je n'ai pas besoin de la casquette, je peux simplement la plier avec sa visière flexible et la glisser dans mon sac à dos ou ma veste de trail running.



Iris
Responsable achats
vêtements



Jenny
Responsable achats
gamme enfants

REIMA T-SHIRT À
MANCHES LONGUES
POUR ENFANTS

Inista Shirt
N° d'article: 326774 | CHF 34.90

Une qualité que je recherche dans les vêtements pour enfants est la polyvalence. Ce t-shirt à manches longues est robuste, sèche rapidement et ne te protège pas seulement du soleil: le revêtement «BugProof» à l'extrait de citronnelle tient les moustiques et les tiques à distance de manière fiable. Cela n'est pas seulement utile lorsque tu souhaites te défouler dans la nature, mais peut aussi garantir des nuits «sans piqûres» sous la tente ou en bivouac. La protection intégrée contre les insectes agit même après plus de 50 lavages.



Martin
Responsable achats
matériel

HAMAC
TICKET TO THE MOON

Original Hammock
N° d'article: 160628-009 | CHF 75.90

Une longue journée dans la nature avant de se prélasser dans un hamacle rêve, n'est-ce pas? Avec ce produit phare de TTTM, tu peux même emporter ton endroit préféré partout avec toi. Le hamac est suffisamment grand pour s'allonger ainsé-

ment en diagonale et y dormir confortablement pendant des heures. Et ce, en toute bonne conscience: ce produit est fabriqué dans des conditions équitables et selon des normes sociales élevées dans notre propre usine à Bali.





Harry
Responsable
achats chaussures



SANDALES D'EXTÉRIEUR TEVA

Hydratrek Sandal
N° d'article: 318654/318655 | CHF 99.90

Ces sandales haut de gamme n'ont rien à voir avec les sandales des magasins discount. La pièce maîtresse est la semelle qui, grâce à son mélange de caoutchouc spécial et à son profil adhérent doté de canaux de drainage, offre un maintien optimal même sur un sol mouillé. La semelle intérieure texturée empêche le pied de glisser dans la sandale. L'amorti EVA et les brides rembourrées garantissent un grand confort de marche, même sur de longues distances. À propos de confort: trois fermetures velcro permettent d'adapter les sandales de manière optimale. De plus, un traitement antimicrobien à base de menthe poivrée permet de garder tes pieds toujours au frais.



GOURDE CAMELBAK

Podium Titanium 0,5 l
N° d'article: 316935 | CHF 99.90

De l'eau tiède au goût de plastique, c'est malheureusement la norme pour beaucoup de gens en tournéetour. Cette bouteille en titane est 100% neutre en goût. Grâce à sa double paroi, la boisson reste fraîche et fraîche. Je préfère avoir la gourde sur mon vélo, car elle s'intègre parfaitement dans les supports habituels. Même dans ton sac à dos, tu es sûr de ne pas t'enfuir: Avec un quart de tour, l'ouverture peut être fermée sans risque de goutte. Cette bouteille n'est pas bon marché, mais elle en vaut le prix.



Manuel
Responsable
achats vélos



SHORT DE SPORT BLACK DIAMOND

Sierra LT Shorts
N° d'article: 327274 | CHF 64.90



Martina
Responsable achats
vêtements

J'apprécie le caractère à la fois minimaliste et fonctionnel de ce pantalon. Il ne pèse que 74 g, mais possède deux grandes poches en biais adaptées à un baudrier et une poche arrière zippée. Le nylon Ripstop robuste sèche rapidement et offre une liberté de mouvement maximale pour l'escalade, la course ou la randonnée grâce à sa partie stretch. La large taille élastique sans cordon de serrage est également très confortable.

POUR LES
AVENTURES
QUI DURENT
PLUS **LONGTEMPS**



PRODUIT: sac de couchage
AUFTRAG: nettoyer les
taches de café



Repair & Care
**TRANSA.CH/
SERVICES**



AVANT- GARDE

Depuis 1969, une entreprise familiale danoise suit de manière conséquente ses principes. Aujourd'hui, «Knowledge» se développe en une marque rayonnante, grâce à ses designs puristes et à sa culture éthique.

Texte Sissi Pärsch
Photos KnowledgeCotton Apparel



À gauche: Jørgen Mørup avec son oncle.
En bas: l'acquisition de connaissances
est un principe directeur de la marque, qui
a choisi une chouette comme logo.

Tout semblait possible en 1969. Il y avait du changement dans l'air, on avait la ferme conviction que l'on pouvait changer le monde. Apollo 11 a atterri sur la Lune, les hippies ont fait le pèlerinage de Woodstock et le mouvement écologiste a vu le jour. Jørgen Mørup, alors âgé de 22 ans, ressent lui aussi cet esprit de changement. Le lancement de sa petite entreprise révolutionnaire à Herning, au Danemark, est toutefois plutôt dû au hasard. De nombreuses coïncidences se juxtaposent, s'accordant avec sa position affirmée.

Jørgen a été un pionnier dans l'industrie textile. Il a refusé de se conformer aux pratiques courantes du marché qui préconisaient l'exploitation humaine et de la nature. Et il sera à nouveau précurseur lorsque, des décennies plus tard, il fondera avec son fils Mads sa propre marque de vêtements, se basant sur les mêmes valeurs: KnowledgeCotton Apparel, version courte: Knowledge.

La rencontre d'une caserne de pompier et d'une machine à tricoter

«Mon père vient d'une famille de boulangers», explique Mads à propos du développement de l'entreprise familiale. «Il est parti en Suède suivre une formation de pâtissier, où il a découvert l'esprit étudiant et l'atmosphère de renouveau. Cela a sûrement consolidé en lui la conscience que l'on peut changer les choses.» À son retour, Jørgen tombe par hasard sur une caserne de pompiers abandonnée dans sa ville natale de Herning. Il ne sait pas encore ce qu'il va en faire, mais il ressent le besoin de l'acquérir. Son oncle, quant à lui, possède une vieille machine à tricoter et a besoin de trouver rapidement un endroit où la stocker ...

Une chose entraîne une autre et Jørgen découvre sa nouvelle vocation. Il s'avère qu'il a un don pour les affaires et le développement de tissus. Toutefois, une chose devient rapidement claire: Jørgen ne veut adopter les méthodes de l'industrie textile. «Il a très vite identifié les conditions du secteur à l'époque», explique Mads. «Et il a refusé de s'y plier. Il était fermement convaincu que cela pouvait et devait fonctionner autrement.»

Bilan: Rétrospectivement, il est évident que Jørgen Mørup était bien en avance sur son temps. Dans les années 1970, il met en place sa propre chaîne d'approvisionnement et, lorsque le coton bio fait son apparition dans les années 1980, il fait partie des premiers acheteurs. Depuis 1994, les Danois utilisent exclusivement du coton bio. Jørgen produit pour de

grands noms du monde de la mode qui accordent une importance particulière à l’artisanat et au savoir-faire. Mais les temps changent. La fast fashion se développe au fil des années, de plus en plus de marques déplacent leur production en Extrême-Orient.

À contre-courant

«Nous en avons beaucoup parlé à la maison, en famille, et mon père avait aussi en tête l’idée de s’opposer à cela et de créer sa propre marque», raconte Mads. Cela devait toutefois prendre encore quelques années, mais en fin de compte, c’est Mads qui s’adresse à son père en 2008 et lui demande s’il ne serait pas temps de concrétiser l’idée. C’est ainsi que J. Mørup Stof devient Knowledge, une marque de vêtements prouvant qu’il est possible de faire autrement. Et ce, non pas en mettant l’accent sur une croissance rapide pas mais en adoptant un comportement équitable, prudent et axé sur la durabilité. Dans son pays d’origine et dans les pays scandinaves voisins, Knowledge devient une marque culte secrète grâce à son style minimaliste et à son expertise des tissus naturels. Cela prend du temps, mais la petite entreprise familiale danoise finit par apparaître sur le radar du secteur des activités en plein air.

«Les débuts ont été difficiles, mais nous nous sommes bien battus», se souvient Mads. «Nous avons toujours été entourés de personnes qui ont cru en nous et en notre mission. Sans cette communauté, nous n’aurions pas réussi.» Maintenant âgé de 49 ans, il en est toujours convaincu: «Nous sommes de plus en plus entendus. Nous sommes de plus en plus nombreux. Beaucoup de gens se détournent des produits de masse bon marché et des matériaux qui nous sont néfastes et nuisent également à la nature.»

Mais Mads n’a pas seulement l’esprit pionnier de gravé dans ses gènes. En tant que Scandinave, le purisme est également inné pour lui. Le Knowledge Design est épuré, intemporel – «et donc aussi durable. Nous ne voulons pas créer des vêtements dont on se lasse au bout d’une saison ou qu’il est difficile de combiner». De plus, les produits de la marque sont très polyvalents. C’est notamment pour cela qu’ils ont reçu en 2025 un prix scandinave de durabilité. Knowledge est devenu le chou-chou du jury grâce au confort de ses matières.

La coupe de Knowledge est classique avec des détails raffinés, généralement dissimulés. La palette de couleurs est dominée par des tons naturels. Une touche originale apparaît à certains endroits: la plupart du temps sous la forme d’une chouette. En effet, comment pourrait-il en être autrement pour une marque qui porte le savoir dans son nom? Le logo Knowledge représente l’animal de la sagesse. Mads commente: «La chouette incarne la curiosité, l’honnêteté et, bien sûr, un savoir bas profondément ancré dans la nature. C’est

En haut/en bas à droite: les Danois trouvent l’inspiration pour leurs produits principalement dans la nature.

En bas à gauche: en 2008, Mads a fondé KnowledgeCotton Apparel avec son père.

tout cela qui a motivé la création de la marque ainsi que son orientation. Nous avons toujours eu soif de connaissances et cela est toujours le cas aujourd’hui. Nous voulons apprendre, améliorer les choses. Et la nature est notre plus grande source d’inspiration. Les plus grandes technologies se trouvent dans les matériaux naturels.»

Disparition totale du plastique d’ici 2030

Le lin doux, léger et respirant approuvé par Danois donne une belle apparence aux chemises, pantalons et t-shirts. En outre, il procure un confort appréciable. La fibre de coton Supima extra-longue, à partir de laquelle sont notamment fabriqués le short et la veste «Vent Ribstop 90 Lightweight» (voir photo en bas à droite, page 53) est particulièrement haut de gamme et est robuste, résistante et agréablement souple. Grâce à l’imprégnation DWR, elle est également hydrofuge et sèche rapidement.

Désormais, l’équipe de Knowledge s’est fixé un nouvel objectif très ambitieux: D’ici 2030, l’ensemble de la collection (emballage compris) doit être exempte de plastique.

Il s’est passé beaucoup de choses depuis les premières démarches de Jørgen dans les années 1970 ainsi que depuis la création de Knowledge en 2008. A l’époque, le père et le fils ont investi beaucoup de temps et d’énergie dans la recherche de partenaires, des producteurs à la clientèle finale. Aujourd’hui, c’est différent. «Je suis peut-être un peu naïf», dit Mads, «mais je crois vraiment ressentir un esprit collectif qui se dirige vers le changement.»



«Avec le recul, je me rends compte que l’approche de mon père était désespérément en avance sur son temps.»

Mads Mørup, fondateur et CEO de KnowledgeCotton Apparel



ET SI TU DORMAIS DEHORS?

Compte-rendu Jessica Bischof
Photos Ruedi Thomi

**Prendre spontanément sa tente et partir?
Membre de la famille Transa, Sebastian
nous parle de son amour du camping et
de ce à quoi il faut faire attention.**

Dès que les adeptes de randonnée quittent les lieux, le calme revient. Y passer une nuit en solitaire est une expérience marquante.

Il suffit d'ouvrir la fermeture pour profiter de la nature dès les premières heures du jour. C'est ce qui me motive à passer la nuit dehors à chaque fois. C'est également le cas aujourd'hui. D'autres membres de la famille Transa et moi allons camper au bord d'un petit lac de l'Oberland bernois. Mais avant ça, une montée raide nous attend, ce qui n'est pas pour me déplaire. J'aime les randonnées exigeantes avec beaucoup de dénivelé, car plus tu montes, plus vite une superbe vue viendra te récompenser.

Trouver un emplacement adapté

J'aime beaucoup camper. Parfois, je pars une seule nuit, spontanément, quand la météo est au rendez-vous. Mes saisons préférées sont le printemps et le début de l'été. La nature s'illumine, les chutes d'eau et les rivières s'agitent. Autre point positif: l'approvisionnement en eau est généralement garanti. Je cherche toujours un emplacement avant de partir, et je suis toujours friand de nouveautés. Cela signifie aussi que je ne connais pas les conditions sur place. Pour vérifier si je peux vraiment y passer la nuit, je regarde des photos en ligne et j'analyse les environs sur Swisstopo. Quel est le dénivelé? Y a-t-il des parois rocheuses, et donc un risque de chute de pierres? Où se trouve le refuge le plus proche? Bien sûr, j'ai aussi besoin de savoir s'il est autorisé d'y passer la nuit. Si je veux camper en dessous de la limite des arbres, je me renseigne d'abord auprès de la commune ou m'informe auprès de personnes qui connaissent la région, comme une agricultrice ou un berger. Les zones de protection de la nature sont toujours interdites. Après une ascension exigeante, nous atteignons notre destination: un petit lac qui se trouve sur une sorte de plateau. Le souffle encore court, nous cherchons immédiatement un endroit à l'abri du vent pour y installer notre tente. Je l'installe toujours le plus tôt possible. S'il pleut, je me remercierai plus tard. La zone est sillonnée par de petits ruisseaux. C'est idyllique, mais pas pratique pour camper. En général, il faut

toujours garder l'eau à l'esprit. Un cours d'eau peut-il soudainement monter et déborder? Quoi qu'il en soit, je ne veux pas me réveiller les pieds dans l'eau, donc je choisis un endroit surélevé. Sous les arbres, je fais toujours attention à la présence de bois mort, qui pourrait brusquement tomber. Pareil pour les éboulis des parois rocheuses. Les supposés sentiers de randonnée sont souvent empruntés par des animaux et ne sont donc pas un endroit idéal, surtout dans les régions où le lapin et le hérisson ne sont pas les seuls à se promener la nuit. En Suède, je me suis un jour réveillé au milieu d'un troupeau de vaches, alors qu'il n'y avait aucune trace d'animaux ou de pâturages la veille.

Prendre le minimum vital

La tente est prête et nous nous mettons à l'aise: c'est l'heure du dîner. Pour une seule nuit dehors, il n'y a pas forcément besoin d'emporter le réchaud et la vaisselle de camping. Un délicieux taboulé ou un sandwich copieux se préparent rapidement chez soi et se mangent tout aussi vite: si j'ai faim, je n'ai pas à attendre que l'eau chauffe. D'un autre côté, un



«Mes saisons préférées sont le printemps et le début de l'été. La nature s'illumine, les chutes d'eau et les rivières s'agitent.»

TAKING COMFORT TO EXTREMES

deuter

SPEED LITE PRO 19



«Que mes repas soient chauds ou froids,
les en-cas m’accompagnent toujours pour
combler les petits creux.»



Tu trouveras ici la tente
qui convient pour ta sortie:
transa.ch/tente

bon plat chaud peut être réconfortant. Il existe des systèmes de cuisine compacts qui pèsent moins de 500 grammes et prennent peu de place, cartouche de gaz incluse. Pour moi, les en-cas sont toujours de la partie: barres, noix et fruits m’évitent une fringale imminente. Entre-temps, les randonneurs et randonneuses d’un jour ont quitté le plateau et le calme s’installe. C’est mon moment préféré. Nous attendons maintenant le coucher du soleil et ne sommes pas déçus: le panorama alpin de l’Oberland bernois offre un magnifique jeu de couleurs dans le ciel et trône sous un magnifique toit étoilé. Du grand cinéma. Ensuite, on se dit bonne nuit: pour cela, il suffit d’avoir une tente, un

tapis de sol et un sac de couchage adaptés à la température. Transa propose d’ailleurs la location de cet équipement. Dans mon sac à dos, j’ai aussi des vêtements de rechange pour le soir, une veste chaude, une protection contre la pluie et une lampe frontale. Le lendemain matin, le petit lac s’est transformé en miroir et nous pouvons admirer les montagnes dès les premières lueurs du jour. L’air pur du début de l’été est encore frais et annonce une journée chaude. Nous rangeons nos affaires et nous nous assurons de laisser l’endroit tel que nous l’avons trouvé. En descendant, je me réjouis déjà de ma prochaine aventure de camping.

Voici le Switch, le réchaud le plus polyvalent et performant de sa catégorie. Grâce à ses fonctionnalités uniques et à sa grande adaptabilité, il vous permet de “switcher” (passer) de sa casserole Switch innovante à la casserole de votre choix, vous offrant ainsi la possibilité de cuisiner tout ce que vous voulez en plein air.

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

©2025 Cascade Designs, Inc.

MIRAE CAMPBELL

Texte Noah Scholz

VACANCES SPORTIVES

Découverte de gorges, des Karavanke, de vignobles et observation de la faune: connaisseur des Alpes Noah Scholz nous prodigue sept conseils pour des vacances actives en Autriche.

ALPBACHTAL

Calme plat dans les gorges

Trois gorges, trois aventures: dans les gorges Tiefenbachklamm, je suis les étroites passerelles le long de la rivière Ache Brandenburg, qui gargouille et tourbillonne entre des parois abruptes. Plus haut, dans le Kaiserklamm, la gorge est encore plus étroite et plus anguleuse. Autrefois, les bûcherons y transportaient des trons d'arbres le long de l'Ache. À la fin de la randonnée, la maison impériale traditionnelle m'attend avec ses délices tyroliens, dont la célèbre «Prügeltorte». Les gorges Kundler Klamm sont tout à fait adaptées aux familles: on peut même s'y promener avec une poussette. Et pour les personnes qui disposent de plus de temps, reste aussi à découvrir la vallée de l'Alpbachtal, qui en plus de superbes gorges, présente des sentiers de montagne panoramiques et une excellente cuisine régionale.

Plus d'informations sur: alpbachtal.at



Alpbachtal Tourismus, Mathäus Gartner



Office du tourisme de Paznaun-Ischgl Innsbruck-Tourismus, Christian Vorhofer



Innsbruck Tourismus, Christian Vorhofer

PAZNAUN-ISCHGL

Vélo (électrique) et montagnes

Tôt le matin à Ischgl – l'air est frais, les montagnes se dessinent à travers les nuages. Je monte sur mon vélo et c'est parti. D'abord, je roule dans la vallée, puis reprends le chemin. La batterie est d'une grande aide sur la montée vers la Friedrichshafener Hütte. Arrivé en haut, je fais une petite pause, remplis ma bouteille d'eau et reprends mon souffle. Plus tard, j'entreprendrai le tour du Zeinissee près de Galtür. Asphalte, gravier, sentiers alpins: tout y est. Tout le monde peut y trouver le parcours ou trail qui lui convient: plus de 800 kilomètres à vélo, se déclinant dans tous les niveaux de difficulté pour satisfaire les souhaits de tout le monde. Les miens sont également exaucés: profiter du rouler seul, sans foule de monde sur le chemin, en tête à tête avec les montagnes.

Plus d'informations sur: ischgl.com

INNSBRUCK

Sur les traces de Goethe

Départ du centre-ville d'Innsbruck en direction de la station supérieure du Hafelekar, trajet de 30 minutes. Soudain, je me trouve à 2300 mètres d'altitude, au-dessus des toits de la ville, avec une vue imprenable sur le Karwendel et ses imposants sommets calcaires. Le chemin de Goethe commence directement à la station de montagne. Le sentier suit la gorge, traverse racines et rochers, monte et descend. À gauche, vue sur la vallée de l'Inn et à droite, sur les montagnes sauvages. Je distingue des bouquetins, respire l'odeur du pin de montagne et n'entends que le vent souffler. Au bout de deux bonnes heures, j'arrive à la Pfeishütte. Après avoir mangé un bol de soupe et dégusté une boisson fraîche, je prends le chemin de retour. Cinq heures plus tard, je suis de nouveau en ville. Et j'ai l'impression d'avoir vécu deux mondes complètement différents en une journée.

Plus d'informations sur: innsbruck.info



Matthieu Garner



Wildschönau Tourismus, H. Dabernig

TYROL ORIENTAL

Observation matinale d'animaux sauvages

Tôt le matin, la vallée est encore à l'ombre. Je voyage avec un garde forestier du parc national du Hohe Tauern. Pas de bavardages, nous prêtons attention à la nature. Pas à pas, nous montons toujours plus haut, les jumelles toujours à portée de main. Soudain, Simon s'arrête et pointe du doigt vers le haut: deux chamois se trouvent sur la pente. Plus tard, nous apercevons même un gypaète barbu qui tourne majestueusement au-dessus de la vallée. Simon a une petite histoire passionnante et instructive à partager sur tout ce que nous voyons. Sur le chemin, nous apercevons des rhododendron, des ruisseaux de glaciers et de l'edelweiss au bord du sentier. Aucun bruit, aucune hâte. Je ne suis qu'observateur – et pourtant au cœur de l'action. C'est si calme, on est rarement aussi proche de la nature. Le Tyrol oriental est très paisible. Mais il regorge d'histoire.

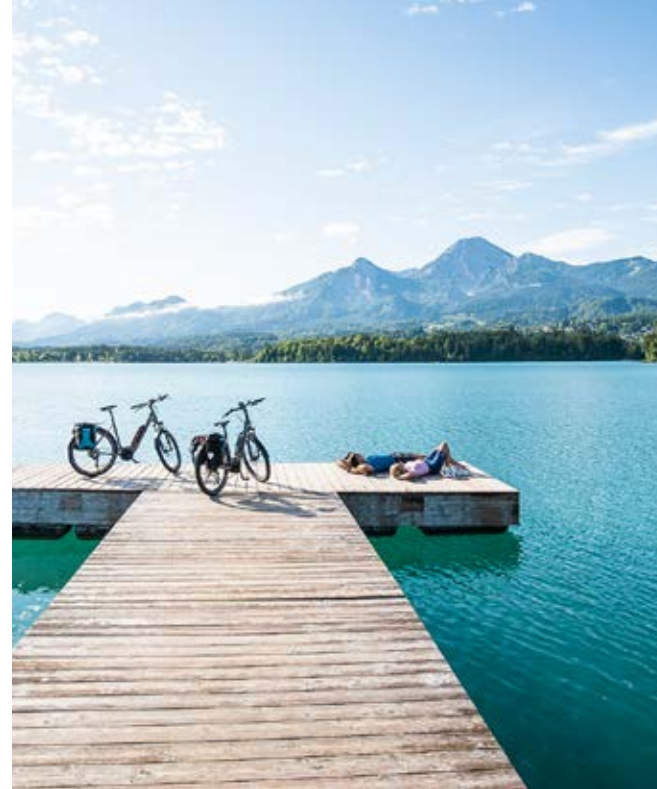
Plus d'informations sur: nationalpark.osttirol.com

WILDSCHÖNAU

Tourbillon et dragon

Wirbelwindweg (chemin du tourbillon): ce nom suffit à éveiller la curiosité. Le départ se situe entre Niederau et Oberau dans le Tyrol, sur quatre kilomètres sans grande pente, mais avec de nombreuses surprises. Nous expérimentons, équilibrons, découvrons et construisons de petits barrages dans le ruisseau. Il y a des aires de repos avec une vue imprenable et de superbes aires de jeux plairont même aux plus grands. Ensuite, le chemin se poursuit directement vers le parc familial Drachental à Oberau. L'un des points forts: le «Drachenflitzer», une piste de luge d'été qui permet de dévaler la vallée avec beaucoup d'élan. On y trouve également un lac de jeux, un parcours de motricité, des circuits de billes et un plongeur géant. Le Wildschönau en est la preuve: il est possible de vivre des aventures familiales variées et détendues en toute simplicité.

Plus d'informations sur: wilschoenau.com



Carinthie Information, Gert Perauer



Office du tourisme de Styrie du Sud, Tom Lamm

CARINTHIE

Impression de voler sur la piste cyclable de la Drave

Je roule, je vole presque, toujours le long de la Drave. La piste cyclable est plate et bien balisée: elle est idéale pour se promener et simplement se détendre. À gauche, on aperçoit la rivière, à droite les champs et derrière les montagnes. Sur la route, on peut profiter d'un plongeon dans l'un des nombreux lacs chauds, d'un café à l'ombre, ou déguster le plat typique Kasnudeln dans une auberge. La piste cyclable de la Drave traverse toute la Carinthie, sur 220 kilomètres. L'itinéraire n'est jamais trop fatigant. Je roule étape par étape, en prenant mon temps pour admirer le merveilleux paysage fluvial. Le vélo électrique que j'ai loué me donne toujours un coup de pouce et mes bagages sont transportés d'hôtel en hôtel. Si tu le souhaites, tu peux monter dans le train en cours de route et raccourcir l'itinéraire à ta guise – cela rend le circuit très flexible et facile à planifier.

Plus d'informations sur: kaernten.at

STYRIE DU SUD

Ralentir le rythme

Marche ou vélo? En Styrie du Sud, tu as l'embarras du choix, ou tu peux tout simplement faire les deux. Je démarre à vélo et roule sur des collines en pente douce, le long de vignobles ainsi que de fermes idylliques. L'itinéraire semble aéré, la vue est panoramique. Je fais une pause «Buschenschank». Au menu: Brettjause (casse-croûte traditionnel), une salade de haricots et une boisson de la région. Ensuite, je continue le trajet à pied. Les sentiers de randonnée mènent tantôt à travers la forêt, tantôt le long des vignobles ou dans les alpages. Depuis un belvédère, je vois le paysage s'étendre devant moi. Je pose mon sac à dos à dos, je m'assois et savoure l'instant présent. Parfois, le bonheur ne tient qu'à ce genre de moment.

Plus d'informations sur: suedsteiermark.com

ARRIVER À DESTINATION EN TRAIN

Avec les Chemins de fer autrichiens (ÖBB), il y a des trains quotidiens au départ de Zurich liaisons directes vers Innsbruck, Salzbourg et Linz toutes les deux heures. Vienne et Graz sont desservies en journée et par train de nuit.

An aerial photograph of a wide river flowing through a dense, green forest. The river is dark blue and reflects the sky. In the foreground, a large, rocky island with sparse trees and a small campsite is visible. The forest is composed of various types of trees, including evergreens and deciduous trees. The overall scene is serene and natural.

HORS LIGNE SUR LA BLOODVEIN RIVER



L'excursion sur le lac Artery début par un vol à bord d'un avion de brousse des plus authentiques.

En bas: des cartes détaillées indiquent les itinéraires les plus sûrs à travers les rapides.

Texte et photos Julian Rohn-Hippold

Onze jours sur la rivière. Sans réseau. Sans routes. Sans aucune autre présence humaine. Seulement en compagnie d'aigles, de loutres et d'ours. Retour à la civilisation: en canoë, après avoir parcouru 200 kilomètres sur la rivière et franchi 76 rapides. Bienvenue dans la nature sauvage du Manitoba.



À l'autre bout du lac, le monomoteur «DHC-3 Otter» vrombit. Le pilote pivote l'appareil et fait face au vent en accélérant pour revenir dans notre direction. L'hydravion prend vitesse avec une rapidité étonnante et décolle. Une courte boucle au-dessus de la cime des arbres, et voilà que l'avion disparaît. Le silence s'installe – un silence que je n'avais pas connu depuis longtemps. Nous sommes seuls dans la nature canadienne. L'avion de brousse nous a déposés au lac Artery, à la frontière entre le Manitoba et l'Ontario. Une femme, quatre hommes, trois canoës, cinq tentes et de la nourriture pour 12 jours. De là, nous allons suivre la rivière Bloodvein sur plus de 200 kilomètres jusqu'au prochain pont routier, qui marquera notre retour à la civilisation.

Le premier rapide nous attend déjà à l'autre bout du lac. Il ne s'agit pas d'une épreuve difficile, mais c'est un premier test avec les canoës lourdement chargés. Dans un virage à gauche, de grosses pierres nous guettent et attirent nos embarcations comme des aimants. Nous parvenons à rester au sec, mais remarquons que les équipages ne sont pas encore rodés. Tandis que notre guide Garrett paye en solo, James et Steve ainsi que Judith et moi-même nous trouvons dans un canoë à deux places. Heureusement, sur la rivière Bloodvein, chaque rapide turbulent est suivi de tronçons calmes qui permettent de respirer à fond. Et si les choses tournent mal après un chavirage, tout le monde se retrouve rapidement dans les eaux calmes en aval des rapides, avec embarcations et bagages. Les jours suivants, la rivière nous met au défi avec plusieurs épreuves sur notre chemin jusqu'à l'étape d'eau vive IV. Toutefois, cette partie est beaucoup plus facile et tous les rapides peuvent être contournés si nécessaire. Jusqu'à notre sortie de la rivière, peu avant le lac Winnipeg, 76 rapides sont indiqués sur la carte.

La rivière Bloodvein doit son nom à une bande de granit rouge qui s'étend le long de la rive rocheuse, comme une veine remplie de sang. La rivière

s'écoule en plein cœur du Bouclier canadien, un énorme bouclier rocheux qui recouvre notamment une grande partie du Manitoba et de l'Ontario. La pierre y est généralement couverte d'une fine couche d'humus, typique de la forêt boréale. Dans les cuvettes, en revanche, l'eau s'accumule sous forme de rivières, de lacs et de marais. Le rapport entre la terre et l'eau est de 50 à 50. Les cours d'eau comme la rivière Bloodvein ont donc longtemps été les principales voies de communication pour les Premières Nations d'Amérique du Nord, puis pour les marchands de fourrures.

Les traces du passé

La rivière Bloodvein est désormais protégée par le «Canadian Heritage Rivers System» et fait partie du patrimoine mondial de l'UNESCO «Pimachiowin Aki», la patrie des Anishinabe, un peuple indigène qui habite et exploite encore cette région. Celle-ci est peuplée depuis plus de 6000 ans. En chemin, nous tombons sur des traces de civilisation. De temps à autre, nous payons le long de gravures rupestres rouges représentant des canoës et des aigles. Les chênes qui se dressent sur la rive des rapides se distinguent des pins arbustifs plus petits et ne sont pas originaires de cette région. Toutefois, en guise de remerciement pour la sécurité du passage, il était autrefois coutume de déposer des glands à ces endroits. La nature s'est ensuite occupée du reste.

Le quatrième jour, à midi, nous arrivons à la petite cabane du trappeur «Stagger In». À l'intérieur, le chaos règne. Il semblerait que le lieu ait eu la visite récente d'animaux. Toutefois, c'est un rituel pour les personnes navigant le long de la rivière Bloodvein de signer le registre de la cabane. Nous y lisons qu'une famille est partie faire une excursion sur la rivière quelques jours avant nous, mais nous ne l'avions pas remarqué jusqu'alors. Nous ne verrons aucune trace d'eux jusqu'à notre sortie de la rivière.

«Chaque rapide est suivi d’un tronçon calme, ce qui permet de reprendre son souffle ou bien ses esprits après avoir chaviré sur la rivière.»

Capacité impressionnante, chargement simple et flexibilité en termes d’équipage: les canoës sont les bêtes de somme parmi les bateaux à pagaie.

Nous établissons le prochain camp 25 kilomètres plus loin, juste à côté des «Island Rapids». Au niveau actuel de l’eau, l’endroit se présente comme une rampe de deux mètres de haut avec un grand rouleau à la fin. Après avoir déposé nos bagages sur la rive, nous souhaitons vérifier si ce rapide imposant est également praticable avec des canoës ouverts. Cela s’avère tout à fait possible. Le rouleau final soulève le bateau dans les airs et nous fait presque basculer de nos sièges, comme si nous prenions notre envol. Une fois de plus, la rivière disparaît par-dessus un bord de falaise et l’eau écumante derrière nous ne nous invite pas particulièrement à payer abso-

lument à cet endroit. «Break your neck or break your back», résume Steve. Traduction libre: Risque de te briser la nuque en essayant de payer dans le rapide, ou bien casse-toi le dos en traînant bateaux et équipement sur la rive. On ne peut pas mieux résumer la situation. Nos bateaux pèsent chacun 30 kg à vide. De plus, chaque bateau contient un tonneau à l’épreuve des ours avec de la nourriture et un grand sac étanche avec du matériel de cuisine comme une poêle en fer, une grille de barbecue, un réchaud, un filtre à eau. À cela s’ajoute un autre drybag de 70 litres avec du matériel de camping comme des tentes, des sacs de couchage, des matelas et des vêtements ainsi que l’équipement photographique emballé de manière étanche et pour finir, une poche à eau. Même si les tonneaux de ravitaillement s’allègent de jour en jour, les transporter reste une bonne corvée.

Tout est possible, rien n’est obligatoire

Chaque jour, au moins deux, épreuves potentielles nous attendent, souvent plus. Pour nous repérer en chaque situation. nous avons établi quatre «niveaux d’intensité». 1^{er} niveau: nous payons sur le rapide avec tous nos bagages. 2^e niveau: nous partons avec une cargaison, mais nous acheminons rapidement les objets sensibles comme le matériel photo par voie terrestre jusqu’au bout du rapide. 3^e niveau: aux endroits les plus critiques, nous transportons entièrement nos bagages par voie terrestre, mais payons sur l’embarcation vide à travers les rapides. Sans bagages, les canoës sont bien plus maniables et nous évitons au moins de remorquer les bateaux. 4^e niveau: le passage est si difficile que nous ne nous sentons pas capables de le franchir en toute sécurité et que nous contournons tout. Certains portages s’étendent sur plusieurs kilomètres, présentent des pentes abruptes et glissantes ou traversent des sous-bois épais. Un jour, j’ai perdu l’équilibre en cherchant à passer au-dessus d’un tronc d’arbre. Le tonneau de ravitaillement, qui pèse environ 40 kg, m’entraîne impitoyablement vers l’arrière. J’atterris un mètre plus bas sur le dos, comme un insecte. Heureusement, il ne s’est rien passé de grave. Un pied cassé aurait été un sérieux problème. Huitième jour sur la rivière Bloodvein. Devant nous, la rivière se divise en trois bras. Deux d’entre





Règle absolue de la nature sauvage: rien ne perdure, à part les traces de pas. Ainsi, l'expérience restera toujours unique, même pour les groupes suivants.

En bas: cuisine sur feu de bois et nuits passées dans les plus beaux endroits que l'on puisse imaginer.



eux sont décrits dans le manuel comme des eaux vives facilement praticables avec un ou deux portages. Concernant le troisième, la seule indication est: «Bras de rivière inconnu». Un petit fantôme est dessiné à l'endroit correspondant sur la carte. S'agit-il d'une blague ou d'un avertissement? Garrett non plus n'a jamais payé sur cette bifurcation. Comme nous avons un jour d'avance sur l'horaire prévu, je demande à faire un tour d'exploration. Après tout, nous sommes là pour l'aventure. À l'embranchement, James me sourit depuis le bateau voisin et me parle avec l'accent allemand de Werner Herzog: «Little do they know, they would paddle into oblivion.» Traduction libre: «Ils ne se doutaient pas encore qu'ils allaient disparaître à jamais.» Garrett rit et ajoute: «Règle numéro un: Si tout se passe bien, on dira que l'idée vient de nous deux. Si ce n'est pas le cas, nous dirons bien sûr que Julian voulait absolument payer à cet endroit.» Le bras inconnu s'avère inoffensif. Il se compose de deux petits rapides que nous pouvons franchir sans obstacle. Le reste du temps, le cadre est idyllique. Nous croisons un couple de loutres qui prend le soleil et un aigle vole au-dessus de nous.

(Malheureusement) de nouveau connecté numériquement

L'avant-dernier soir, nous installons notre camp dans une clairière près des «Namay Rapids». Garrett continue à nous surprendre en sortant des merveilles des profondeurs des tonneaux de ravitaillement. Hier, nous avons mangé une pizza au potiron et à la patate douce et aujourd'hui, une grande marmite de Mac'n'Cheese cuit sur le feu. Après le repas, tout le monde disparaît dans les tentes, car les moustiques sont devenus actifs. Soudain, Garrett arrive en courant dans la clairière et hurle «Ours en vue!». Pendant tout ce temps, nous n'avions toujours pas rencontré d'ours sur notre passage. Entre-temps, j'avais même complètement omis le fait que des ours noirs vivaient ici. Mais alors nous nous dirigeons prudemment dans la direction indiquée, munis d'appareils photo (pour immortaliser le moment) et de casseroles (pour faire du bruit), l'ours est parti depuis longtemps. Comme en guise d'adieu, nous apercevons un grand aigle perché dans un arbre en passant le dernier rapide du voyage. Peu après, nous distinguons le pont. Nous arrivons à destination un jour



532ml et 800ml:



355ml pour les enfants:

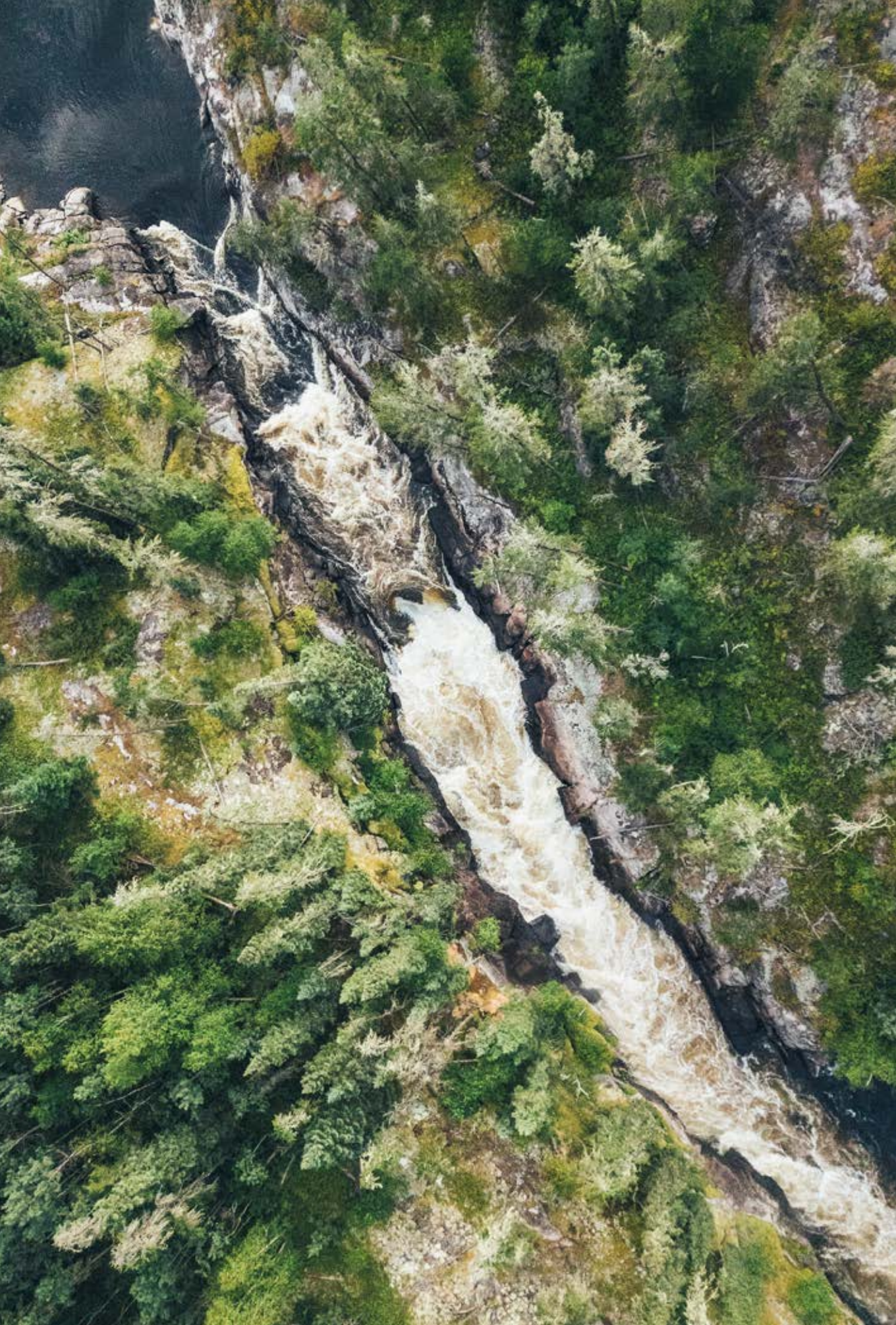


et bien d'autres dans ta succursale



*** Nouveau ***
Flip Cap Sport anti-fuites pour toutes les bouteilles Classic





plus tôt que prévu. En raison du niveau d'eau élevé, nous avons souvent parcouru bien plus que les 20 kilomètres visés par jour. Grâce au téléphone satellite, Garrett a pu commander notre navette un jour plus tôt. La conductrice nous sert notre première boisson fraîche depuis 11 jours. Alors que nous nous approchons de la civilisation et donc de la prochaine antenne de téléphonie mobile, d'innombrables messages s'affichent sur mon téléphone portable. On peut faire demi-tour, s'il vous plaît?



«Le rouleau final soulève le bateau dans les airs et nous fait presque basculer de nos sièges, comme si nous prenions notre envol.»

Julian Rohn-Hippold (42 ans) est attaché de presse au Club alpin allemand et toujours rêvé de faire une véritable excursion en canoë dans la nature sauvage.



A NEW
VERTICAL PUSH.

trango
alpine



La nouvelle Trango Alpine GTX, une chaussure de montagne légère et polyvalente, qui offre un maximum de liberté de mouvement et de stabilité en terrain d'escalade. Lors de longues courses en montagne classiques, elle séduit par son confort exceptionnel.

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, Fabienne nous raconte cette fois-ci son voyage de rêve en Mongolie.



Le bus part, sillonne les rues animées d'Oulan-Bator, sort d'un interminable embouteillage. Nous sommes fin juillet, environ trois semaines se sont écoulées depuis que j'ai atterri dans la capitale de la Mongolie. Il me reste trois mois avant de rentrer en Suisse – beaucoup et pourtant (trop) peu de temps pour parcourir ce pays aux multiples facettes. Des images de paysages désertiques arides, des dires sur l'hospitalité des nomades qui vivent ici et ma curiosité m'ont poussé à explorer maintenant l'ouest de la Mongolie. Je passe les jours suivants chez une famille nomade près de la ville d'Ulgii. Elle fait partie des rares groupes de personnes qui pratiquent encore la chasse à l'aigle. Je passe la nuit dans ma tente, entouré de troupeaux de yaks et de moutons et de trois aigles apprivoisés, gardés devant les yourtes des nomades. La nuit, le froid est sec, l'après-midi, le soleil brûle dans le ciel, quand ce n'est pas un vent implacable qui souffle sur la plaine. Et pourtant, la cordialité et l'ouverture d'esprit de la famille me procurent un sentiment de sécurité précieux, et que l'on ressent rarement lorsqu'on voyage en solo. Un soir, je suis assise devant ma tente et je sens un souffle

chaud sur ma nuque. Un chien était en train d'haleter par-dessus mon épaule. Je ne me détends que lorsqu'il s'allonge sur le sol à côté de moi. Côte à côte, nous regardons le soleil se coucher à l'horizon et la lune se lever de l'autre côté. Je repars quelques jours plus tard – il y a encore tant de choses que j'aimerais voir. Pourtant, ce sont justement ces moments de calme qui m'accompagneront au cours des prochains mois et qui resteront ancrés dans mon esprit.

Fabienne (30 ans) vit à Berne, travaille comme doctorante et est passionnée de sport en plein air. En été, elle aime partir à la découverte en montagne avec ses chaussures de randonnée et sa tente. En hiver, elle s'adonne au ski de randonnée.



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, Cyril Bur, Sina Dürst, Jan Neufeld, Martin Hänni, Stefan Roggli, Iris Bürkli, Jenny Keller, Harry Spahr, Martina Binz, Manuel Maier, Moritz Schäfer (rédacteur en chef), Mona Boos, Philip Baues, Michael Neumann, Sebastian Lüke, Stephan Glocker

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
Gutenbergstr. 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



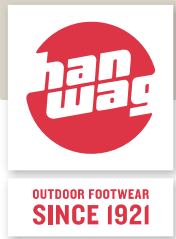
En tant que cordonniers, nous vivons depuis plus de 100 ans la passion de créer les meilleures chaussures possibles.

L'artisanat, la qualité, la fonctionnalité et la forme : ces valeurs sont notre fondement et ce que nous représentons. Elles se retrouvent dans chaque chaussure qui sort de notre production, qui est et sera, toujours fabriquée en Europe.

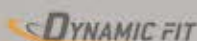
100% made in Europe. Grâce à toi, ces chaussures deviennent des aventures, des Backpacking, des randonnés, des explorations - plus qu'une chaussure.



[WWW.HANWAG.COM](https://www.hanwag.com)



SPEED UP YOUR STEP



FLYROCK GTX

PERFORMANCE, AGILITY AND COMFORT

Chaussure moderne pour les randonnées rapides et les activités dynamiques
Convient aux aventures sur le terrain où la traction,
la protection et un amorti élevé sont nécessaires.

Par l'intermédiaire de
www.transa.ch disponible

