

LE MAGAZINE OUTDOOR DE TRANSA

4-seasons

59 | AUTOMNE 2025

TRANSA
TRAVEL & OUTDOOR



Tout-terrain, sans aucun compromis.

Latok Mountain GTX Jacket

Transporter du matériel lourd en affrontant des terrains inclinés fouettés par la pluie, des nuages de neige soufflée par le vent et des sommets difficilement accessibles.

Quand vous avez besoin d'un vêtement alliant à la fois respirabilité, durabilité et protection, cette veste extérieure polyvalente en GORE-TEX a toutes les caractéristiques nécessaires pour garantir des performances optimales en montagne, et ce, tout au long de l'année.



Loue ton équipement



Avons-nous éveillé ta curiosité? Voici notre assortiment disponible à la location:
transa.ch/fr/services



Dina, de service clientèle au magasin Transa Markthalle Berne

Tu prévois de partir à l'aventure en camping à la fin de l'été ou tu souhaites faire de la via ferrata pendant tes vacances d'automne? Tu n'as pas besoin d'acheter tout l'équipement nécessaire pour ça. Dans tous nos magasins, nous proposons à la location une large gamme d'équipements de camping et de sports de montagne: tu trouveras chez nous des sacs de couchage (également pour les températures froides), des matelas ou différentes tentes pour deux à six personnes. Nous pouvons également te fournir un kit de via ferrata, un casque d'escalade, un harnais d'escalade et bien plus encore.

Si tu n'es pas encore sûr/-e que passer la nuit dehors ou faire de la via ferrata soit vraiment fait pour toi, cela vaut la peine de louer ton équipement. Tu peux aussi louer chez nous des articles dont tu n'as pas souvent besoin, comme des jumelles ou des sacoches de bikepacking, ce qui est très pratique. Tu trouveras tout notre assortiment disponible à la location en ligne sur notre site Internet. Tu peux y faire ta demande rapidement et en toute simplicité. De plus, si tu décides d'acheter le matériel après la location, nous te créditons jusqu'à deux jours de location sur le prix de vente.



06

LA MARCHÉ LIBÈRE L'ESPRIT

ENTRETIEN _ Sarah Marquis se passionne pour les régions les plus isolées du monde. Elle, marche seule pendant des semaines à travers la nature sauvage.

- 16 NOUVEAUTÉS** _ Quelles sont les nouveautés de l'univers de Transa et de nos marques?
- 22 MONDE D'IMAGES** _ Nous te présentons six lieux époustouflants en Suisse.
- 34 PRODUITS** _ Nos articles préférés pour l'automne.
- 44 SERVICE** _ Tinu de Transa dévoile ses trucs et astuces sur le thème de la vanlife.
- 52 BRETAGNE** _ Côtes sauvages, plages à perte de vue, cuisine raffinée: voilà ce qu'offre la région de l'ouest de la France et bien plus encore.

30

SUD DE L'ITALIE À VÉLO

TREKKING EN VÉLO ÉLECTRIQUE _ 350 kilomètres à travers la région peu connue de Basilicate, dans le sud de l'Italie.



40

VOICI COMMENT SONT FABRIQUÉS LES RÉCHAUDS

FABRICANT _ Un aperçu de la production de réchauds à gaz de la marque Optimus en Roumanie.

- 60 AUTRICHE** _ Sept conseils pour des vacances d'automne actives en Autriche, pays voisin.
- 64 TOUR DU MONDE** _ Naviguer sur la mer, cap sur l'inconnu: Leonie et Thilo parcourent le monde à bord de leur voilier depuis cinq ans.
- 74 SORTIE** _ Notre lectorat raconte ses aventures en plein air.

IMAGE DE COUVERTURE: décor automnal autour du camping Morteratsch en Engadine. (Photo: Ruedi Thomi)

TATONKA

HIKING. TATONKA.



Production équitable & transparente

Découvre le HIKE PACK



ÉQUIPEMENTS D'EXTÉRIEUR DEPUIS 1993

Interview Sissi Pärsh
Photos Archives Sarah Marquis

ENTRETIEN

UNE QUESTION DE SENS

Sarah Marquis est l'une des plus grandes exploratrices de notre époque. Elle prouve que nous sommes bien plus capables que ce que notre esprit nous laisse croire. Nous avons parlé d'instinct, de collants, de fruits alléchants et de la magie de la vie.

Sarah, es-tu particulièrement douée pour ne pas écouter les gens ?

SARAH _ Oui. (*rires*) Je plaisante... Disons que je suis particulièrement douée pour m'écouter moi-même.

Ça a toujours été comme ça ? Quel genre de personne étais-tu, petite ?

S _ J'ai grandi dans un très petit village, dans une partie de la Suisse avec peu d'infrastructures. Il n'y avait aucun modèle, aucune perspective de vie passionnante. Mais il y avait le bus de livres qui venait chaque semaine. J'ai emprunté des classiques, des biographies, des romans d'aventure et je les ai tous dévorés. J'ai disparu dans les livres. Et j'ai disparu dans les bois avec mes frères. C'était mes mondes à moi. Et si tu les relies entre eux, tu arrives à la vie que je mène depuis plus de 25 ans.

Ton chemin est loin d'être ordinaire. Très tôt, tu es partie seule pour de longues randonnées. Comment ton entourage a-t-il réagi à l'époque ?

S _ Quand ma maman parlait de ses enfants à d'autres mères, c'était comme ça : «Moi, mon fils fait de la comptabilité» ou «Ma fille est étudiante en médecine. Et toi, que fait ta fille?» Ma mère répondait : «Elle marche.» (*rires*). Il a toujours fallu me justifier. Mais que veux-tu que je dise ? Pour moi, c'était et c'est toujours ce qu'il y a de plus beau. Cela m'importe peu que les autres ne comprennent pas. Marcher me met du baume au cœur. Je savais que c'était le chemin à suivre, parce que c'est celui qui me rendait heureuse.

Pourquoi te déplacer à pied ? Pourquoi pas en voiture ou à vélo ?

S _ Marcher, c'est notre vitesse naturelle. C'est le rythme qui nous permet de lire le paysage. Tous nos sens sont faits pour la randonnée. Là où je vais, c'est vital.

Mais pourquoi choisir de faire de la randonnée dans des endroits aussi extrêmes, comme certaines régions inhospitalières d'Australie par exemple ?

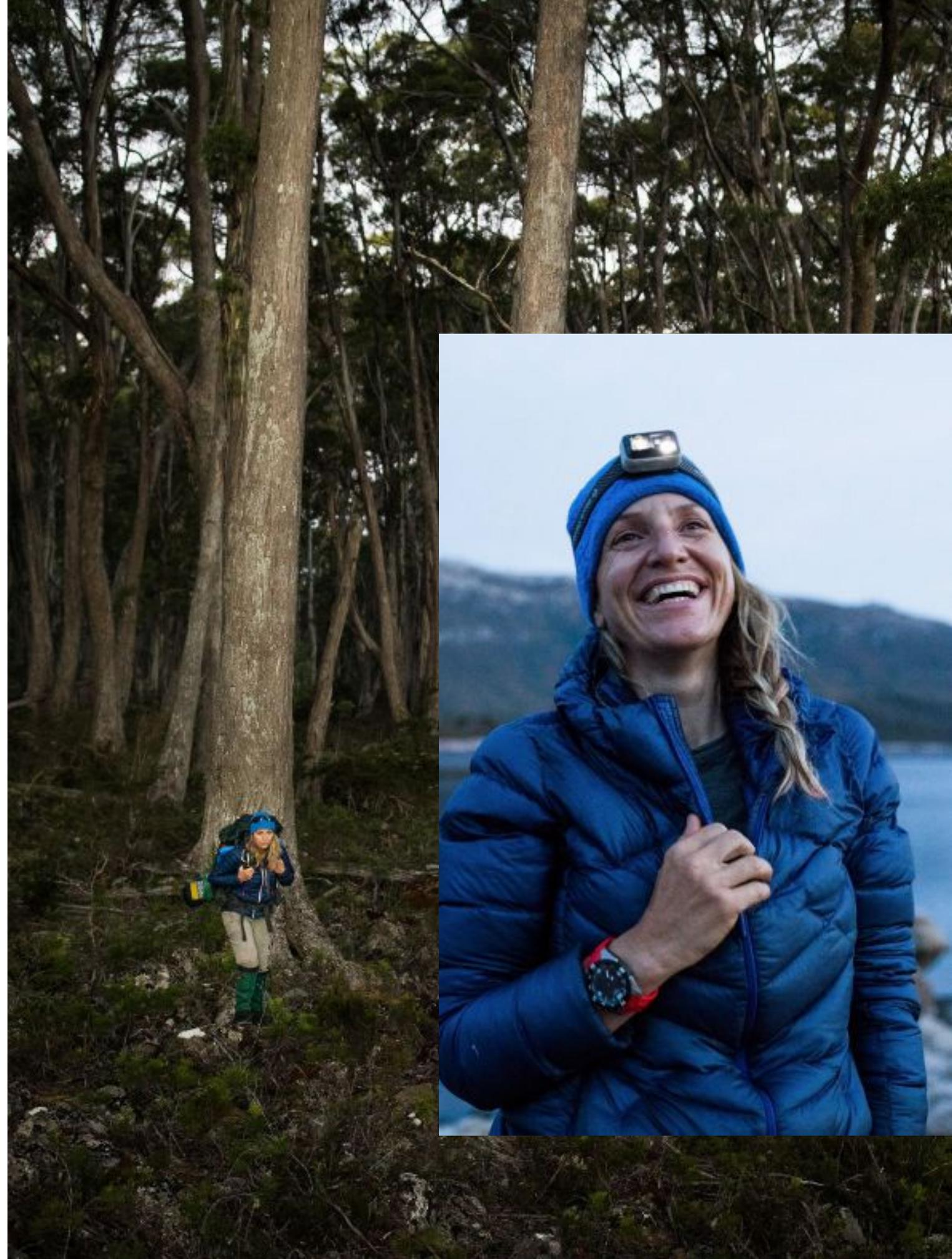
S _ Parce que dans ces endroits, tu n'as pas droit à l'erreur. Tout autour de toi est inconnu. Ça aiguise tes sens. Tu dois tout percevoir pour survivre. Cela te permet d'avoir plus de clarté et de te recentrer sur toi-même. Il y a un autre langage là-bas. C'est comme si tu comprenais ce langage pour la première fois. Et quand tu le parles, tu as une nouvelle maison.

De quel genre de langage s'agit-il ?

S _ Un langage instinctif. Et donc aussi un langage humain, il ne faut pas l'oublier. Un langage

SARAH MARQUIS (53 ANS)...

... est l'aventurière «National Geographic» de l'année 2014, l'une des trois nominées pour le «21st Century Adventurer Award 2025» et l'autrice de dix livres. Elle grandit avec deux frères à Montsevelier, dans le Jura. Sa soif de découverte se manifeste dès l'enfance. À ses 17 ans, elle décide d'explorer l'Anatolie centrale à cheval, sans savoir monter. Elle enchaîne ensuite les voyages à pied, en solo : 4260 kilomètres à travers l'ouest des États-Unis, 14 000 kilomètres dans l'arrière-pays australien, huit mois sur les sentiers des Incas du Chili au Pérou. À partir de 2010, son chemin la mène pendant trois ans de la Sibérie à travers le désert de Gobi, la Mongolie, le Laos et la Thaïlande, jusqu'à l'Australie. L'outback australien lui réserve son lot de difficultés : lors d'un voyage de 750 kilomètres à travers la région de Kimberley, la plus extrême d'Australie, elle n'emporte que de la nourriture pour dix jours et ne parle à personne pendant des semaines.





Sarah sent quand il y a de l'eau à proximité. Le lien avec la nature ne passe pas par la technique mais par une connaissance profonde et instinctive.

qui nous vient du début de l'humanité. Nous faisons partie de la nature, nous la portons en nous. Et c'est si agréable de pouvoir lire les signes. Tu sais quand une tempête se lève parce que les animaux le montrent bien plus tôt dans leur comportement. Je ressens des choses sur ma peau, je sens l'odeur de l'eau à proximité.

Peux-tu nous expliquer concrètement comment tu perçois ces signes?

S _ Une fois, en Australie, je n'ai pas trouvé à boire pendant deux jours. J'ai monté ma tente et j'ai regardé ma carte. Je savais qu'il y avait huit heures de marche et que je tomberais sur une rivière. J'avais chaque pas en tête. Je savais où j'allais. Et quand je suis partie à 3h30 du matin, j'ai brusquement tourné après 500 mètres. Mon esprit avait prévu quelque chose mais mon corps suivait d'autres signaux. Peu après, j'ai trouvé de la végétation sauvage et un étang avec de l'eau claire et pure.

Mais tu ne te lances pas dans tes aventures à la légère. Tu te prépares avec précision...

S _ Oui, c'est essentiel. J'adore la recherche en amont. Je lis tout ce que je peux trouver sur la région, et crois-moi, Internet n'a pas toutes les réponses. Tu dois faire de vraies recherches, aller dans les bibliothèques, chercher de vieux livres et les parcourir; des livres sur la région, la faune et la flore, les techniques pour chasser, les techniques pour se protéger. J'arrive ensuite sur place un mois à l'avance et j'apprends des gens et du pays.

Tu parles aux gens du coin?

S _ Oui, j'ai beaucoup appris des Aborigènes. Leur savoir est incroyable, si précieux, si vieux. Mais aussi moderne (*rires*)...

On dirait que tu as une histoire à raconter!

S _ J'ai quelque peu insisté auprès d'un vieux pêcheur en Tasmanie. Dans la forêt pluviale, il y a énormément de sangsues attirées par tous les orifices corporels. J'étais sûre qu'il y avait des astuces pour les garder à l'écart. Mais je n'ai rien trouvé dans les livres. C'est pour ça que je me suis postée



POUR LES
AVENTURES
QUI DURENT
PLUS **LONGTEMPS**

SECONDHAND Veste

TRANSA
TRAVEL & OUTDOOR

TRANSA.CH/SECONDHAND

devant le vieil homme tous les jours. Il était énérvé mais j'ai tenu tête. À un moment donné, il m'a dit: «Je vais te le dire mais tu ne peux pas le dire à d'autres». Et tu sais comment les hommes se protègent? Ils mettent des collants en soie. Les sangsues ne peuvent pas passer à travers. Voilà donc une astuce plutôt moderne.

Comment savoir ce que tu peux manger ou non?

S _ Il y a quelques tests. Je frotte d'abord la plante à l'intérieur de l'avant-bras, là où la peau est particulièrement fine et sensible, pour voir s'il y a une réaction. Si ce n'est pas le cas, je la mets dans la bouche et je la mâche un peu. Je recrache et j'attends encore une réaction.

Fais-tu toujours le bon choix?

S _ Pas toujours, non. Une fois, dans la forêt pluviale, j'avais faim, terriblement faim. Et puis je vois ces fruits. Partout. Des fruits magnifiques et alléchants. Je savais que ce n'était pas une bonne idée. Aucun oiseau, aucun animal n'y avait touché: le sol était couvert de tout sauf d'excréments. J'ai tout de même croqué quelques fruits et ils avaient un goût épouvantable. J'ai réessayé et finalement le goût m'a plu. J'étais assise là, je regardais devant moi dans les bois, et je me disais que la vie était belle. Et puis ma vision s'est brouillée. J'étais aveugle.

Que fais-tu dans une telle situation?

S _ J'ai ri. Je m'imaginai que l'arbre me regardait et se moquait de moi. J'ai beaucoup bu, et avec le liquide, le brouillard s'est dissipé.

Tu es toujours sur la route avec une carte et une boussole, non?

S _ La topographie est pour moi la base. J'en ai besoin pour tout identifier, tout comprendre et m'imprégner pleinement du terrain. En parallèle, je repère sur la carte où il doit y avoir de l'eau ou un amandier. C'est comme au supermarché: tu sais exactement où trouver le lait. Si tu fais quelque chose pendant 25 ans, tu finis par te perfectionner.

Quand nos sens sont si fortement sollicités, il reste moins de place pour ce qui occupe pourtant tant de place dans la civilisation, n'est-ce pas?

S _ Pour moi, c'est un processus de désintoxication par rapport à la société. Par rapport à toutes les normes, tous les styles, toutes les classifications. Au début, on entend encore des voix. Celles de ses parents, de ses amis, du monde. Mais elles disparaissent au bout de trois à quatre semaines. Ce monde-là se dissout. Il n'y a plus que toi. Il n'y a pas d'avant, pas d'après. Juste le présent.

Ça ressemble à de la transcendance.

S _ Non, ce n'est pas ça. J'ai une pleine et intense conscience de la vie qui m'entoure. Je fais partie de la nature. C'est un «ici» intense, un repli, mais pas une transcendance.

Mais ce n'est pas une balade de santé. Tu as souvent échappé à la mort de justesse. Des crocodiles en Australie, la dengue dans la jungle du Laos, le bras cassé dans la forêt pluviale de Tasmanie ou des cavaliers alcooliques en Mongolie qui t'ont menacé.

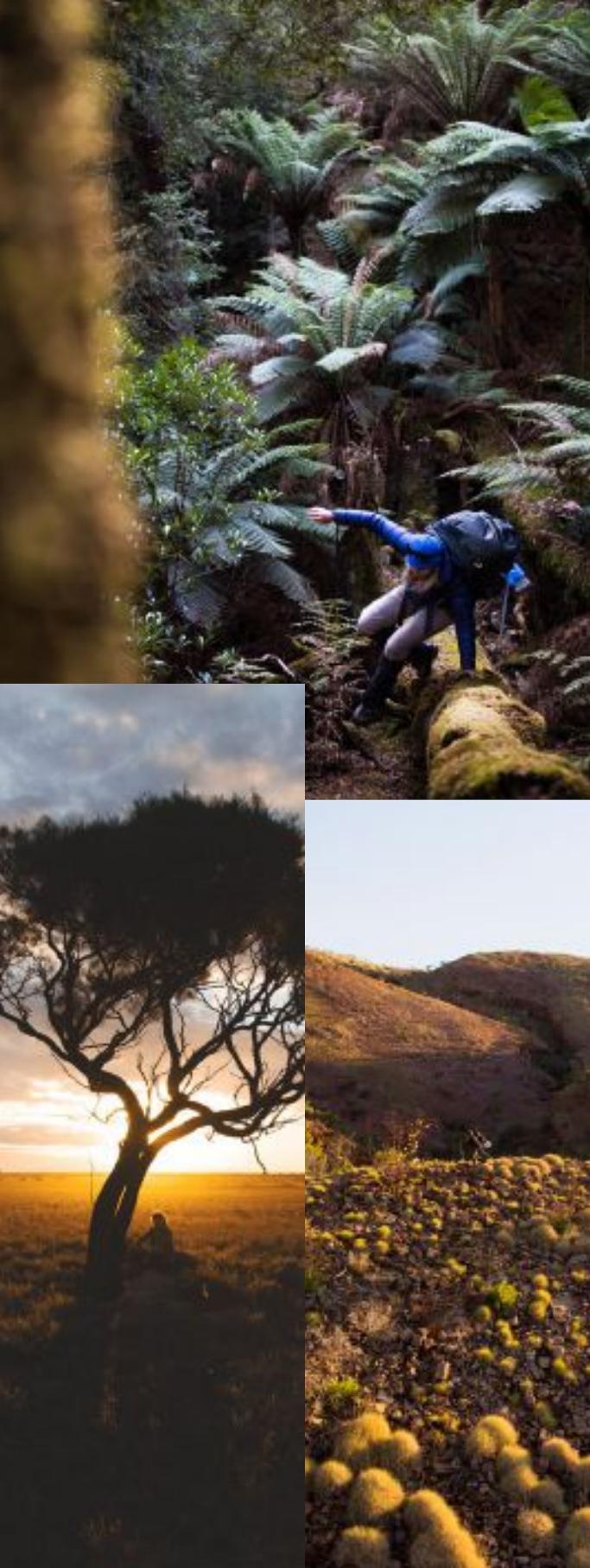
S _ Quand je pars, je sais que ma vie est en jeu. Mais j'ai une foi inébranlable en moi, en mes capacités. Ce n'est pas une question d'ego. Il ne s'agit pas que de moi. J'ai l'impression d'avoir en moi tout le savoir de plusieurs générations. Tu dois en quelque sorte renoncer à ce que tu es, te déconstruire pour te connecter à la nature et croire en quelque chose de plus grand.

Mais nous manquons souvent de confiance à cause de notre esprit et des gens autour de nous, n'est-ce pas?

S _ Absolument. Ta tête raisonne et les autres projettent leurs peurs sur toi. Tu ne l'as encore jamais fait, c'est trop élevé, c'est trop sombre, tu ne connais pas le terrain, telle ou telle chose pourrait arriver – et ta tête te dit: non, ne fais pas ça.



Le quotidien dans la nature est réduit à l'essentiel, mais jamais monotone. La vie en extérieur suit un rythme précis. Chaque geste a sa raison d'être.



Si tu veux survivre dehors, tu dois apprendre à lire les plantes, les traces, les signes. La nature parle, mais pas avec des mots.

As-tu un conseil pour dépasser ses propres réticences?

S _ Procéder pas à pas. La confiance est un processus. Si tu rêves de quelque chose, fais-le. Mais prends ton temps. Passe une nuit dans les bois. Habitue-toi au bruit. Tu dormiras mal, c'est normal. Mais ça va te changer. Tu surmonteras tes peurs, tu gagneras confiance en toi et en la nature. Tellement de choses s'apprennent sur le chemin. Ça te fait quelque chose quand tu réalises que tu peux faire beaucoup plus que tu ne le penses, et que tu as davantage de ressources que ce que ta tête ou la société te dit.

Tu découvres encore des choses sur toi?

S _ Tous les jours! Je fais tout le temps des choses que je n'ai jamais faites. Je ne veux pas rester dans ma zone de confort. Je ne veux pas que mon monde se rétrécisse. Je veux apprendre, je veux découvrir de nouvelles choses. J'ai écrit des livres alors que l'écriture est une tâche difficile pour moi. J'ai construit une petite maison, je donne des ateliers, j'ai donné une conférence TED...

C'est ce qui est fascinant chez toi. Tu évolues avec la même aisance, aussi bien dans la nature que parmi les humains. Tu sembles être d'une nature joyeuse et en aucun cas une personne misanthrope qui fuit pour s'isoler dans la nature.

S _ Je ne suis pas comme ça, je ne fuis pas les gens. Je vis dans les bois en Valais, dans ma petite bulle, mais je peux aussi aller à une conférence avec 2000 personnes à Paris. Je considère que mon rôle est de faire le lien entre l'humain et la nature.

Et surtout d'être une source d'inspiration pour les femmes, n'est-ce pas?

S _ Oui. Pour moi, il n'y avait pas de modèles féminins. Du moins, aucun qui n'était encore en vie. Les explorateurs étaient de grands hommes barbus. Je trouve que les activités en pleine nature sont encore plus faciles pour les femmes, car nous sommes plus intuitives, nous ouvrons davantage nos sens à la vie. Nous ne procédons pas avec force et muscles, nous faisons plutôt confiance à notre guide intérieur.

Malgré tout, les femmes demeurent rares parmi les aventuriers.

S _ Et il est essentiel que cela change. La nature peut nous enseigner tant de choses, nous apporter tant de soulagement et tant de confiance en nous. Et les rôles et les schémas de pensée traditionnels nous bloquent. Oui, les femmes sont différentes

des hommes. Mais pas plus faibles ou plus incapables. Au contraire, il nous faut plus d'énergie féminine. Il ne s'agit pas de domination mais d'un équilibre dont nous sommes encore loin. Ce qui est sensationnel, c'est qu'on se complète si merveilleusement, et qu'on est tellement plus forts ensemble.

Quand tu regardes le monde, que vois-tu?

S _ C'est comme une toile d'araignée. Tout est interconnecté. Ce sont des dynamiques que nous pouvons comprendre lorsque nous nous engageons dans la nature, y compris dans notre nature. La vie est magique.



VICTORINOX

PRÊT À PASSER À L'ACTION

Notre couteau de poche Huntsman. 15 fonctions, dont des ciseaux et une scie à bois. Pour être prêt(e) à passer à l'action.



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

QUOI DE NEUF?

NOUVEAUTÉS



*valable uniquement dans la nouvelle filiale Transa de la gare CFF de Bâle, non cumulable et non valable sur les articles déjà soldés, pour les prix des sets, les commandes spéciales, les services, les articles de location, les cartes cadeaux, les événements et les sacs en plastique.

10%
DE RABAIS POUR
L'OUVERTURE

Le magasin Transa de Bâle déménage

Tu aimes te lancer dans de nouvelles aventures? Nous aussi! C'est pourquoi tu nous trouveras à partir du 16 octobre dans nos nouveaux locaux situés dans le bâtiment de la gare CFF de Bâle. Tu pourras y trouver des équipements de nombreuses marques pour tes aventures en plein air et tes voyages, et découvrir une expérience d'achat unique sur trois étages! Du 16 au 18 octobre 2025, tu bénéficieras d'un rabais de 10%* à l'occasion de l'ouverture du magasin. Le dernier jour de vente du magasin Transa d'Aeschengraben est le 11 octobre.



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



Photo: Ruedi Thomi



Apprentissage chez Transa

Tu aimerais combiner ta passion pour le plein air avec ton travail ou ta formation? Nos places d'apprentissage de gestionnaire du commerce de détail CFC à partir d'août 2026 dans les filiales de Bâle, Lucerne, Saint-Gall et Zurich sont en ligne. À découvrir notamment lors de cette formation de trois ans: notre vaste assortiment d'articles de plein air, l'art de conseiller au mieux notre clientèle pour ses aventures, l'aménagement de l'espace de vente, et bien plus encore. Tu trouveras de plus amples informations sur: transa.ch/fr/apprentissages

ÉVÉNEMENTS: AUTOMNE 2025



Sur transa.ch/events, tu trouveras des informations détaillées et la possibilité de t'inscrire.



Première du film «Odyssea Borealis», une aventure d'escalade unique au Groenland: 11.09., magasin Transa de Zurich Europaallee

Cours de premiers secours – faire face à une urgence loin de la civilisation: 14.09. et 26.10., Eichlochhütte, Horgen

Atelier de réparation: 30.09. et 08.10. atelier de réparation Transa, Zurich Altstetten

Postes à pourvoir à Saint-Gall

Notre magasin de Saint-Gall déménage dans la Multergasse en mars 2026. Le nouveau site est plus grand, c'est pourquoi nous recherchons de nouveaux/-elles collaborateurs/-trices pour différents domaines: sports de montagne, vélo, technique, vêtements, etc. Es-tu prêt/-e pour une grande aventure dans le nouveau magasin de Saint-Gall? 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

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.



Chamois Butt'r Coconut (n° d'article: 340864 CHF 19.90).

Crème anti-frottements pour les longues journées à vélo

Les crèmes non grasses de Chamois Butt'r rendent les longues sorties à vélo, mais aussi d'autres activités, nettement plus agréables. En effet, elles apaisent la peau et la protègent des frottements. Ces crèmes peuvent être appliquées sur les vêtements ou directement sur la peau. Elles ne laissent pas de résidus gras et s'éliminent ensuite facilement au lavage. Disponibles dans les variétés Original, Eurostyle, Coconut, Her et Ultra.

Des sacs qui ont la banane

La marque suisse QWSTION présente des produits du quotidien avec un design raffiné et une empreinte écologique aussi faible que possible. La «Minimal Collection» suit également cette approche: elle comprend un sac banane, un sac à dos avec fermeture à glissière et un sac à dos avec rabat enroulable. Ces trois éléments sont fabriqués à base de Bananatex, une matière développée spécialement par QWSTION, qui constitue une alternative purement végétale et biodégradable aux fibres synthétiques. Ce tissu étanche à l'eau et robuste est composé de fibres de bananier cultivées de manière durable et est recyclable.



En haut: Zip Pack (n° d'article: 341488 CHF 349.90). Liens: Roll Pack (n° d'article: 341489, CHF 369.90). En bas: Hip Pouch (n° d'article: 341487, CHF 89.90).



Lit dans les arbres

Le «XL Hammock Set» de la marque américaine «Haven Tents» offre le confort d'un vrai lit. Son grand avantage: tu n'as pas besoin de trouver un endroit plat pour monter ta tente. En revanche, il te faut bien sûr un moyen d'accrocher ton hamac. La bâche étanche à l'eau et la moustiquaire t'offrent une protection parfaite contre la pluie et les insectes. À l'intérieur, des poches pratiques permettent de tout ranger. Le kit comprend le hamac, la bâche et un matelas de sol confortable, pour un poids total de 3,5 kg.



Haven Tents XL Hammock Set
(n° d'article: 339701, CHF 459.90).

NOUVEAUTÉS



Visibilité assurée

Dans la circulation routière, la visibilité est synonyme de sécurité. Cependant, de nombreux gilets de sécurité ne sont pas très esthétiques. C'est précisément cela que Gofluo souhaite changer. Avec le «Darkflow» (photo de droite, n° d'article: 337483, CHF 59.90, également disponible pour les enfants) et le «North» (photo de gauche, n° d'article: 337485, CHF 59.90), la matière grise réfléchissante te permet d'être visible dans l'obscurité, tandis que les couleurs fluo éclatantes attirent tous les regards en plein jour.

Retrouver un objet perdu

Il est déjà arrivé à tout le monde d'égarer quelque chose. L'entreprise bernoise «Returnthis» permet de récupérer anonymement des objets perdus. Voici comment cela fonctionne: tu appliques un autocollant avec code PIN (n° d'article: 338220, CHF 24.90) sur un objet et tu l'enregistres sur la plateforme. Si l'objet est perdu, la personne le retrouvant peut scanner le code QR et t'informer de sa localisation via le système. Également disponible sous forme de porte-clés avec six autocollants à code PIN (n° d'article: 338219, CHF 39.90).



Des technologies pour la vie



Nouvelle motorisation Performance Line PX

L'alliance de la passion pure et de la puissance premium – la motorisation idéale pour vos randonnées et vos sorties sportives.





Photo: Alessandra Meniconzi

ÇA AUSSI, C'EST LA SUISSE



2

Photos: Suisse Tourisme

Texte Nina Probst

Forêts denses, lacs turquoise et zones marécageuses: la Suisse surprend par ses paysages insolites. Voici six endroits inspirants.

3

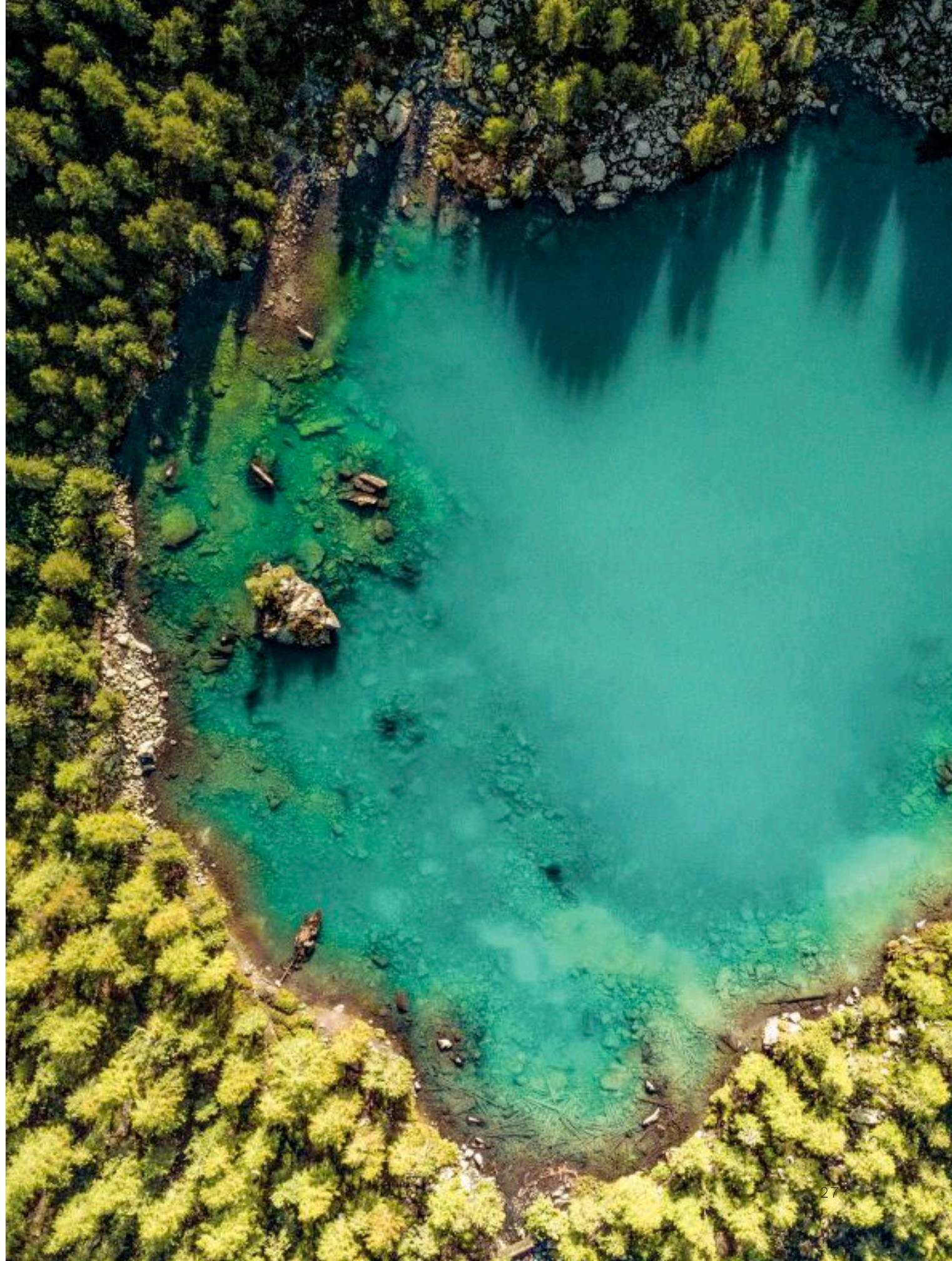


4



5

Photo de gauche: Jan Geerk, à droite: Nicola Fuerer



6



1 – Valle Onsernone, Tessin

Les forêts recouvrent le paysage montagneux de la vallée d'Onsernone, dans le Tessin, formant un épais tapis vert. Champs en terrasses, cascades, petits villages: de loin, on pourrait penser que l'on contemple un paysage montagneux d'Asie du Sud-Est. Valle Onsernonen, avec ses vallées mystérieuses, ses gorges, ses forêts et ses eaux vives, se prête parfaitement à la randonnée. Quiconque souhaite passer plus de temps dans la région peut profiter de l'ambiance du château historique Castello Seeschloss à Ascona, situé directement au bord du lac Majeur, et y passer la nuit.

2 – Lac de la Gruyère, Fribourg

De petites îles avec des ruines délabrées, entourées d'un paysage vallonné et verdoyant: la petite chapelle sur l'île d'Ogoz, dans le lac de la Gruyère, est un spot photo très prisé. La petite ville médiévale de Gruyères, où l'on peut passer la nuit à l'Hôtel de Gruyères, offre un paysage avec plus de châteaux et de montagnes. Toutefois, la région autour du lac artificiel n'est pas uniquement connue pour son paysage: le fromage du même nom et la chocolaterie attirent également nombre de visiteuses et visiteurs.

3 – Étang de la Gruère, Jura

Situé au cœur des Franches-Montagnes, dans le canton du Jura, l'étang de la Gruère, d'une étendue de près de 600 mètres, est un lieu idéal pour se baigner, se détendre et s'immerger dans la nature. Il y a plus de 12 000 ans, un glacier a formé le bassin de la Gruère, aujourd'hui situé dans une grande réserve naturelle. Tout près se trouve le village de vacances Reka Montfaucon, d'où l'on peut explorer la région et ses paysages de tourbières.

4 – Jaun, Fribourg

Le village de Jaun est entouré de sommets majestueux tels que la chaîne des Gastlosen. Les formations rocheuses caractéristiques confèrent à la région un paysage inhabituel, plutôt rare en Suisse. Les Gastlosen sont un paradis pour les adeptes d'escalade ainsi que les fans de montagne. En passant par le col d'Euschel pour rejoindre le lac Schwarzsee, on peut faire une halte reprendre des forces au chalet d'alpage Ritzli Alp et profiter de la vue sur la chaîne des Gastlosen.

5 – Lago di Saoseo, Grisons

L'eau turquoise resplendissante attire de nombreuses personnes dans les tropiques. Mais pour profiter d'un tel spec-

tacle, nul besoin d'aller aussi loin: le lac de Saoseo, dans le canton des Grisons, dans le Val da Camp, est l'un des plus beaux lacs de montagne de Suisse et n'est accessible qu'à pied. De Poschiavo, où l'on peut passer la nuit à l'hôtel Albri-ci, on prend le car postal jusqu'à l'arrêt Sfazù, d'où commence la randonnée. À la fin de celle-ci, le bleu cobalt lumineux du lac jaillit en pleine nature.

6 – Lac de Derborence, Valais

La région autour du lac de Derborence, dans le canton du Valais, offre calme et paysages naturels. Entouré de forêts de mélèzes et de rochers, ce paradis naturel caché abrite l'un des lacs de montagne les plus préservés de Suisse. C'est surtout à l'automne, lorsque les mélèzes changent progressivement de couleur, que la région devient un véritable spectacle.

Remarque: dans notre dernière édition, nous avons écrit qu'il n'était pas possible de passer la nuit dans le village de montagne de Rasa, au Tessin. Cette affirmation est fautive. Merci de bien vouloir nous excuser pour cette erreur.

Photos: Suisse Tourisme



MONTANÉ

BUILT FOR LIFE BETWEEN
A ROCK AND A HARD PLACE

ALTA XT

COLOUR GINKGO GOLD / WEIGHT 470G /
MATERIAL 70D GORE-TEX PRO /
ENVIRONMENT EXTREME ALPINE CONDITIONS

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:

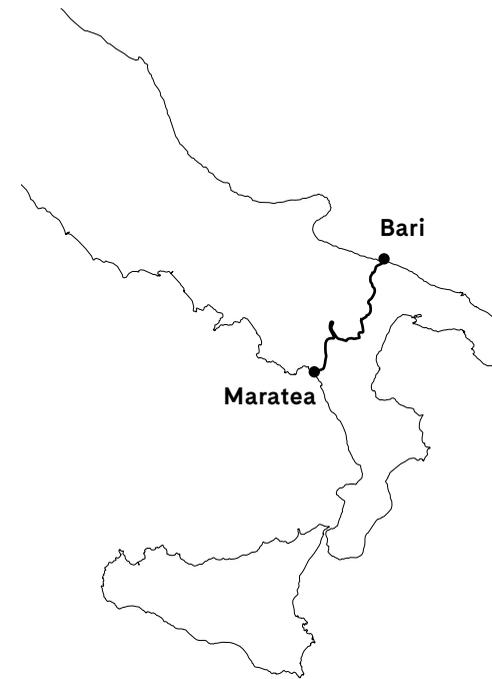
www.myswitzerland.com/fr/decouvrir/

DU TALON

Texte Benjamin Bösch
Photos Michael Neumann



AU DOS DU PIED



Maratea, avec sa statue du Christ, est la destination du voyage à vélo de Ramona et Benjamin.

Ceux et celles qui aiment les vieilles pierres vont adorer Matera. On y habitait déjà des grottes au néolithique.



**Il n'y aurait plus de zones inexplo-
rées en Europe? Et pourtant ...
Ramona et Benjamin ont trouvé la
leur dans le sud de l'Italie, en Basi-
licate. Ils ont traversé la botte d'une
côte à l'autre à vélo électrique.**

Plus rien ne va. Les roues sont à l'arrêt. Il y a de l'argile par-tout. Notre plan est torpillé. Et nous n'avons même pas pas-sé une demi-journée sur la route. Des averses d'orage ont transformé le chemin de terre en un ruisseau boueux. L'iti-néraire à vélo, planifié avec le plus grand nombre possible de routes non goudronnées, paraît désormais bien saugrenu.

Après la bifurcation depuis la route goudronnée trempée mais praticable, il n'a fallu que dix mètres pour que le sol ramolli (que nous appellerons désormais boue de Basilicate) ait entièrement collé toutes les parties rotatives. Pousser soi-même ne fonctionne que de manière limitée, car les pneus sont bloqués. Au bout de 20 mètres tout au plus, nous aban-donnons tout espoir de nous remettre en chemin après le prochain virage et nous entamons notre repli.

Mais comment remettre les vélos en état? Notre salut nous vient sous la forme d'une ferme à proximité. L'agriculteur italien ne parle certes pas anglais, et nous ne parlons mal-heureusement pas italien, mais la vue de nos vélos lui suffit pour se rendre compte de notre misère. D'un geste amical, il nous conduit dans un coin de sa propriété où se trouve un jet à vapeur flambant neuf, jaune vif et prometteur.

Au bout d'une heure, nos vélos sont de nouveau prêts à rouler et nous prenons congé en exprimant notre profonde gratitude. Nous décidons de ne poursuivre notre aventure que sur des routes goudronnées, ce qui n'est toutefois pas un inconvénient ici, en Basilicate, car de grandes parties semblent vides et il nous arrive de ne croiser des voitures qu'une seule fois par heure.

Une zone inexplo- rée en Europe

La Basilicate? Cette région du sud de l'Italie est largement méconnue car «défavorablement» située entre la côte amal-fitaine et la Sicile, lieux touristiques incontournables. On y découvre encore en grande partie la véritable Italie. Ici, dans les contreforts des Apennins, dont les montagnes atteignent 2267 mètres, il y a presque plus de loups et d'ours que de per-sonnes. Toutefois, les cinéphiles connaissent certainement la ville la plus célèbre de la Basilicate: Matera. Dans cette ville chargée d'histoire, dont les grottes déjà habitées au néo-lithique comportent de somptueuses façades construites au

«Des centaines de kilomètres sur des routes pratiquement vides de voitures? La Basilicate est un rêve pour les cyclistes.»



Pas de panique! Le seul chien qui nous a «posé problème» pendant le tour n'était intéressé que par la mangue et la vanille.

Un petit air de Badlands américains: les calanchi près d'Aliano. Un petit air de Bérézina: notre excursion dans la boue.



fil des siècles, beaucoup de films ont déjà été tournés, notamment «La passion du Christ» de Mel Gibson et l'aventure de James Bond «Mourir peut attendre».

Ces succès hollywoodiens ont aussi attiré notre attention sur Bari, une ville digne d'une production cinématographique, et nous avons commencé à examiner la région de plus près sur Google Maps. Ne pourrait-on pas y faire un super tour de trekking avec nos vélos électriques? Nous avons préféré Bike-map plutôt que Google pour élaborer notre itinéraire du talon jusqu'au dos du pied de la botte italienne. De Bari à Maratea, d'une côte à l'autre, de l'Adriatique à la mer Tyrrhénienne. Nous ne pouvions – et ne voulions – pas trouver de récits de voyage ni de propositions d'itinéraires. Nous souhaitions nous aventurer dans une zone inexplorée sur la carte de l'Europe. Au final, en zigzaguant, nous avons planifié 350 kilomètres et 8000 mètres de dénivelé.

En Basilicate, seul le chemin de Bari vers les montagnes est tout droit, après quoi il faut sans cesse changer de vitesse, ce qui n'a rien de difficile avec un vélo électrique. Grâce au nouveau moteur PX performant Bosch, à une batterie de 800 watts dans le cadre et à une batterie supplémentaire de 250 watts, nous devrions pouvoir franchir chaque étape montagnaise de la journée sans recharger, même avec 15 kilos de bagages dans les sacs à vélo. Avec ce coup de pouce supplémentaire, il est également facile de quitter le chemin pour aller voir des sites touristiques ici et là, sans pour autant dépasser ses limites.

Nous avons certes emporté un petit kit de camping pour faire face à toutes les situations, mais nous préférons passer la nuit dans de petites pensions et des appartements de vacances où nous pouvons recharger sans problème les batteries des vélos. Dans nos sacs, nous avons aussi une deuxième tenue de cyclisme, une veste de pluie et des habits pour nos expéditions culinaires du soir après les étapes.

Vivre dans un décor hollywoodien

Lorsque nous arrivons à Matera sous la bruine après une première journée plus longue que prévu, la ville nous laisse sans voix et nous fait oublier le temps mitigé. À l'exception d'une route praticable à vélos, les deux ravines habitées (appelées sassi) ne sont composées que d'escaliers et ne peuvent être explorées qu'à pied. C'est une bonne chose que nous ayons choisi notre logement dans les sassi juste à côté de la rue: «La Stalla», une ancienne écurie située dans une grotte creusée dans la roche sur environ cinq mètres. Elle est aujourd'hui aménagée avec soin avec un lit double flottant sur un socle, ainsi que d'imposantes lampes en suspension et un canapé. Comme il s'agit d'une grotte, l'usage d'un déshumidificateur est impératif. Le gouvernement italien a fait évacuer Matera au milieu du siècle dernier, en raison des conditions dans ce type de logement, et a fait construire une nouvelle ville pour

les habitants sur le haut du plateau. À l'époque, en raison des conditions d'hygiène précaires, la dysenterie faisait rage et la mortalité infantile était très élevée.

Le deuxième jour, avec deux montées ardues et un parcours total d'une centaine de kilomètres, constitue le point culminant sportif de notre voyage de cinq jours. Pour nous en sortir sans recharge, nous devons beaucoup pédaler en mode éco aujourd'hui. L'objectif d'étape est Aliano. Tout d'abord, notre itinéraire – que nous avons ajusté la veille pour troquer le goudron contre du gravier – traverse des paysages qui rappellent souvent la Toscane: de vastes collines, des champs de blé jusqu'à l'horizon et de temps en temps une éolienne. Vers la fin, nous admirons un vrai délice pour les yeux: les calanchi. Les pluies rares mais intenses, combinées à la roche lâche et à la terre argileuse, y ont créé un surprenant paysage qui donne l'impression qu'un pâtissier aurait trop joué avec le glaçage.

Le prochain temps fort est Pietrapertosa, dans les Dolomites lucanes. Tel un nid d'hirondelles, ce village de 1000 âmes semble collé aux pics de granit escarpés. Parfois, c'est tout simplement la roche qui sert de quatrième mur des maisons.

Statue avec vue sur la mer

Nous sommes désormais bien lancés. En estimant correctement l'autonomie des vélos électriques, nous progressons facilement les deux derniers jours. Nous constatons régulièrement diverses initiatives visant à faire de la Basilicate une destination pour les vélos: une station de recharge isolée pour vélos électriques, des panneaux indicateurs pour vélos légèrement altérés par les conditions climatiques, ou encore une ligne ferroviaire abandonnée et goudronnée avec des tunnels mesurant jusqu'à deux kilomètres. Apparemment, ces derniers ont été équipés de lampes il y a des années, mais personne n'a pensé à un détecteur de mouvement. Heureusement, nos vélos sont équipés d'un système d'éclairage. Il ne reste plus qu'à endurer les toiles d'araignées dans le tunnel. La Basilicate nous réserve un superbe sprint final. Notre destination à Maratea (à ne pas confondre avec Matera) ne se situe pas sur la plage mais à la «Statua del Cristo Redentore». Cette statue de Jésus est le deuxième plus haut ouvrage de ce type après le monument de Rio de Janeiro et se trouve à 623 mètres d'altitude. Un coup d'œil à l'indicateur de batterie nous révèle que nous pourrions y parvenir. C'est ainsi que nous nous hissons en un rien de temps jusqu'au point de vue, en passant par des lacets qui flottent parfois dans le vide. Notre petite aventure est terminée. Derrière nous, les sommets des Apennins que nous avons maîtrisés avec succès. À côté de nous, la statue du Christ. Et devant nous, un coucher de soleil kitsch. Nous n'aurions pas pu rêver de fin plus belle pour notre tour. Chère Basilicate, tu nous a conquis. Et nous te pardonnons pour la boue.



NOS CHOUCHOUS

Laisse le vent te caresser le visage, admire
les feuilles colorées tomber au sol et profiter du temps qu'il fait.
Tout comme les spécialistes de notre équipe achats.
Voici leurs coups de cœur pour l'automne.



Reto
Responsable achats
vêtements

PANTALON DE PLEIN AIR FJÄLLRÄVEN

Vidda Pro Ventilated Trs M
N° d'article: 310751 | CHF 239.90

Que ce soit en forêt ou sur des sentiers de randonnée, tu peux toujours compter sur le pantalon Vidda Pro Ventilated. La matière G-1000 Eco est très robuste. Associée à de la cire Greenland Wax, elle devient également résistante aux intempéries, au vent et à la saleté. À cela s'ajoutent des renforts au niveau du fessier et des genoux, des fermetures à glissière de ventilation pour les randonnées actives et de nombreuses poches pour tout ce que tu dois avoir à portée de main pendant tes déplacements. En bref: c'est le pantalon de plein le plus polyvalent qui soit.



VESTE DOUBLE POUR ENFANT REIMA

Syddi
N° d'article: 309550 | CHF 149.90

Les éléments clés d'une veste pour enfant: robuste, chaude, étanche à l'eau et polyvalente. Le modèle Syddi est une veste 3 en 1 classique, ce qui en fait un vêtement incontournable par tous les temps. Cette veste extérieure étanche à l'eau protège de la pluie, de la neige et des flaques d'eau, tandis que la veste intérieure rembourrée tient chaud et peut également être portée

seule par temps sec. Et comme toujours chez Reima, les détails sont soignés: coutures thermosoudées, éléments réfléchissants et capuche à boutons-pression qui peut se détacher si ton enfant s'accroche à quelque chose. Les deux grandes poches à rabat offrent de la place pour les petits objets indispensables à l'école comme en extérieur.



Jenny
Responsable achats
gamme enfants



Martina
Responsable achats
vêtements

VESTE ISOLANTE MONTANE

Women's Fortes Lite Hoodie
N° d'article: 333637 | CHF 269.90

Quand il commence à faire frais dehors, il faut une veste qui réchauffe sans pour autant accumuler la chaleur. Cette veste isolante de Montane satisfait parfaitement ces critères. De plus, elle est légère, dispose de son propre sac de rangement peu encombrant et trouve ainsi sa place dans n'importe quel sac à dos de randonnée. Son beau design intemporel la rend polyvalente et elle ne passe jamais inaperçue. Il s'agit de la veste idéale pour les randonnées en automne, mais aussi en hiver.



Stefan
Responsable achats
matériel

PANTOUFLES DE CAMPING EXPED

Camp Slipper
N° d'article: 294049 | CHF 39.90

Après une longue journée de randonnée en automne, rien de tel pour moi que d'enlever mes chaussures de randonnée et d'enfiler ces pantoufles de camping. Elles sont incroyablement légères et te tiennent bien au chaud. La semelle est antidérapante et suffisamment stable pour permettre de se déplacer sur le terrain de camping ou dans le refuge. Quand je n'en ai pas besoin, tu peux les plier et les accrocher à mon sac à dos grâce à leur boucle pratique. Elles sont fabriquées à partir de matières 100% recyclées, sèchent rapidement et tiennent bien chaud même lorsqu'elles sont mouillées.



TASSE D'ESCALADE YY VERTICAL

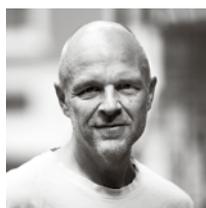
Mug d'escalade
N° d'article: 297804 | CHF 24.90

L'escalade n'est pas un sport, mais un art de vivre. Et dès à présent, tu peux emporter ce sentiment avec toi lors de ta pause café! Au lieu d'une anse, cette tasse en porcelaine YY Vertical est dotée d'une poignée d'escalade qui fait travailler tes doigts. Mais attention: c'est avec une boisson bien chaude dans les mains que tu verras si tu as vraiment tout sous contrôle... Le gobelet passe au lave-vaisselle, mais ne convient pas pour le micro-ondes.



Lukas
Responsable achats
sports de montagne





Harry
Responsable
achats chaussures

CHAUSSURES MULTIFONCTIONS SCARPA

Rapid XT GTX
N° d'article: 325906 / 325907 |
CHF 204.90

Racines trempées, prairies humides et feuilles glissantes: en automne, il faut un équipement particulier pour les randonnées en montagne. Avec le modèle Rapid XT GTX, tu disposes de chaussures fiables pour tes randonnées automnales. Son cuir robuste, sa membrane Gore-Tex étanche à l'eau et respirante ainsi que sa semelle adhérente assurent un meilleur maintien des pieds lors des ascensions en montagne et des randonnées. J'apprécie particulièrement la forme ergonomique de la pointe et le laçage très étendu, permettant un ajustement précis et individuel des chaussures. Sur les terrains caillouteux, un bord surélevé protège le pied et le cuir. Pour les montées et les descentes raides, la semelle Vibram est également équipée d'une zone d'escalade à l'avant du pied et d'un profil au talon pour freiner.



Manuel
Responsable
achats vélos

VESTE DE PLUIE POUR VÉLO 7MESH

Guardian Air Jacket
N° d'article: 336806 / 336807 |
CHF 499.90

La marque 7mesh établit de nouvelles normes. Avec cette veste, rouler à vélo sous la pluie devient beaucoup plus agréable. Elle est légère, compacte et ne fait aucun compromis en matière de fonctionnalité et de liberté de mouvement. La capuche est également un élément phare du modèle. En effet, est facile à ajuster et passe parfaitement, que ce soit par-dessus ou sous le casque.



Iris
Responsable achats
vêtements

SWEAT À CAPUCHE EN LAINE MÉRINOS ARTILECT

W Exposure Hoodie
N° d'article: 316919 | CHF 158.90

Très confortable, ce sweat est conçu pour être porté longtemps en extérieur: il est doté de coutures plates qui ne frottent pas, de passants pour les pouces et d'une capuche compatible avec un casque. Le mélange de matières combine la fonctionnalité du nylon robuste et le confort naturel de la laine mérinos. Le sweat à capuche Exposure offre une protection UV 50+, sèche en un clin d'œil et ne forme pas d'odeurs désagréables.

SÉLECTION MÉTICULEUSE DE CHAQUE PIÈCE

Texte et photos
Michael Neumann

FABRICANT

Les réchauds à gaz de la marque Optimus sont fabriqués en Roumanie. Nous avons visité le site de production.



De la production des différentes pièces jusqu'au montage final, tous les réchauds à gaz sont fabriqués dans un seul et même endroit.



Comme beaucoup d'équipements de plein air, les premiers réchauds mobiles pour cuisiner en extérieur proviennent de Suède. En 1899, Optimus, originaire de Stockholm, a lancé son premier réchaud à pétrole sous pression sur le marché. L'objectif était de construire un réchaud puissant, portable et ne produisant pas de suie, comme alternative aux appareils à flammes nues et aux réchauds à alcool inefficaces qui étaient couramment utilisés à l'époque. Les premiers clients étaient l'armée et les organisations humanitaires. En effet, à l'époque, rares étaient les personnes qui s'aventuraient volontairement dans la nature sauvage.

Jusqu'au milieu du siècle dernier, les réchauds ont fait leurs preuves lors de nombreuses expéditions polaires. On voulait à tout prix éviter de se retrouver au milieu d'un désert de glace sans possibilité de faire fondre de la neige pour se déshydrater et cuisiner. Au cours de ces décennies, Optimus s'est forgé une réputation de partenaire fiable dans les coins les plus reculés du monde et a trouvé sa place dans les bagages de nombreux fans d'activités de plein air. Aujourd'hui, les réchauds sont fabriqués sous direction suisse. Depuis 2007, Optimus fait partie du groupe Katadyn, dont le siège se

«Les réchauds à gaz sont entièrement fabriqués en Europe: cela garantit des chaînes d'approvisionnement courtes, d'excellentes conditions de travail et une qualité optimale. »

Mike Greub, directeur d'usine, Katadyn Roumanie

trouve à Kempththal, près de Winterthour et qui produit une grande partie de sa gamme de produits dans sa propre usine en Roumanie, plus précisément en Transylvanie.

Lorsqu'on nous a proposé de visiter le site de production, nous avons sauté sur l'occasion: après notre arrivée à Bucarest, nous traversons les Carpates sauvages pour rejoindre Braşov. Également connue sous le nom de «ville de la couronne» («Kronstadt» en allemand, cette ville a été fondée par des chevaliers allemands au début du XIII^e siècle en Transylvanie. Sur le chemin de Braşov, nous traversons des lieux touristiques prospères comme délabrés. Nous passons par des coins se métamorphosant en domaines skiables en hiver et se transforment en régions propices à la randonnée en été. Toutefois, nous n'apercevons pas d'ours brun, alors que des milliers se trouveraient dans la région. Mais le «château de Dracula» à Bran se trouve sur notre chemin. Vlad l'Empaleur, qui y résidait à l'époque, a inspiré l'écrivain irlandais Bram Stoker pour son célèbre roman «Dracula».

L'usine Katadyn se trouve aux portes de Braşov, dans un parc industriel situé sur une prairie plate. Le fabricant suisse y produit des filtres à eau industriels, assemble les filtres pour bouteilles BeFree et fabrique les réchauds à gaz Optimus «Crux», «Crux Lite» et «Vega». Ce dernier modèle est particulièrement apprécié. Tinu, responsable des achats de matériel chez Transa, nous confie: «Grâce à sa construction robuste, ses dimensions compactes et son poids léger, le «Vega» est l'un de nos best-sellers depuis des années. Cerise sur le gâteau: une fois que le réchaud est chaud, on peut retourner la cartouche de gaz raccordée par un tuyau. Le gaz est alors acheminé sous forme liquide et non plus sous forme gazeuse. Cette fonctionnalité permet au réchaud de fonctionner même à très basse température.»

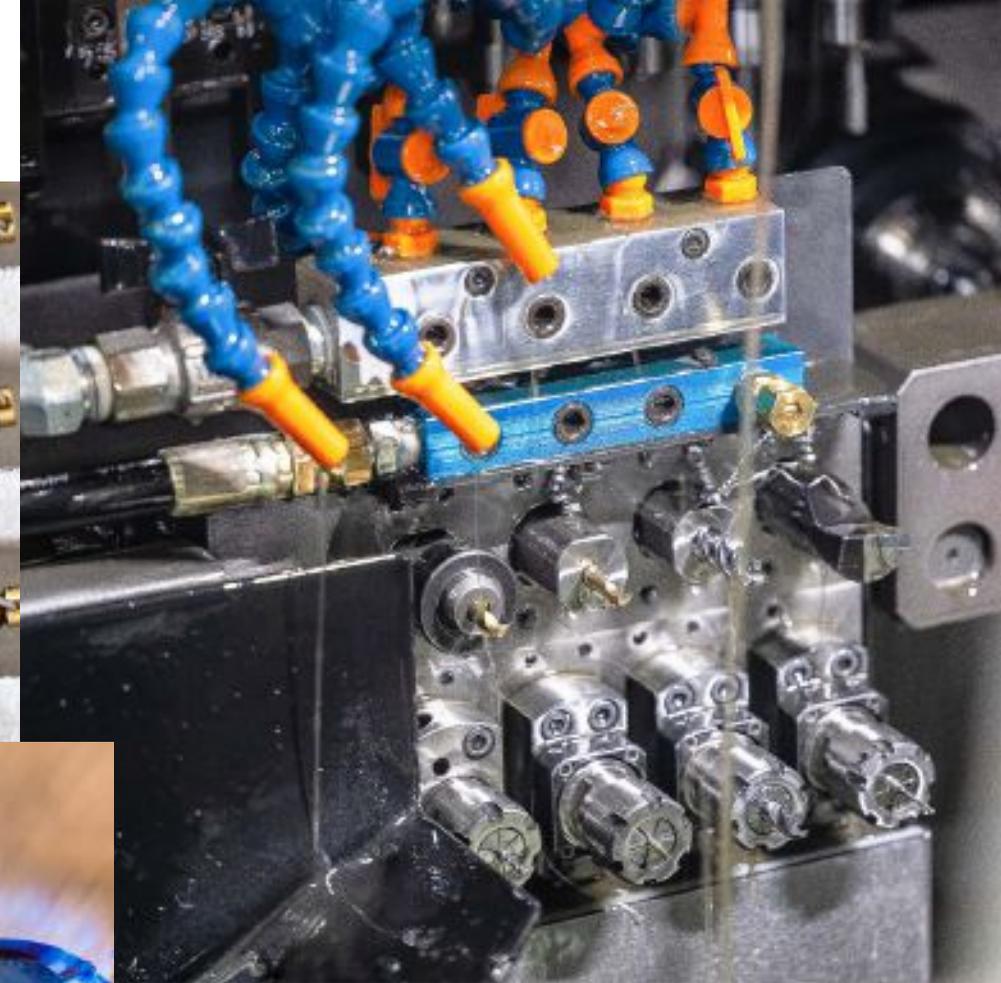
À notre arrivée à Braşov, le directeur de l'usine Mike Greub nous reçoit. Ce Suisse à l'accent souabe vit en Roumanie depuis 30 ans. Il nous présente d'abord fièrement la fabrication des filtres à eau, dont la taille dépasse largement celle de tout

objet transportable dans un sac à dos. Ces cylindres métalliques, qui peuvent atteindre plusieurs mètres de haut et sont équipés d'une technologie de filtration de pointe, sont utilisés notamment sur les bateaux de croisière. Les machines commandées par ordinateur nécessaires à leur production permettent également de fabriquer à la perfection toutes les pièces dont a besoin un réchaud de petite taille. Celles-ci sont assemblées à la main dans une autre section de l'usine, par 20 à 30 collaboratrices et collaborateurs, selon la saison. Il faut alors riveter, marteler, visser et surtout, effectuer des contrôles. Chaque soupape de réchaud qui quitte l'entreprise est contrôlé avec un appareil de test spécial qui permet de vérifier son étanchéité. Greub et son équipe accordent une grande importance à la qualité: quand tout est fabriqué en interne ou par des fournisseurs proches, on peut s'assurer qu'il n'y aura pas de problèmes de sécurité, que ce soit au niveau des matériaux utilisés ou de leur traitement.

Nouvelle édition du best seller

Le centre secret de la production d'Optimus est son laboratoire d'essais. C'est là que les produits sont testés, que les nouvelles idées du service développement sont mises en œuvre, que l'on cherche à améliorer davantage l'efficacité et à réduire au maximum le niveau sonore des réchauds. Le réchaud multicom bustible «Polaris», qui fonctionne au gaz, à l'essence pure, au pétrole, au diesel et au kérosène sans besoin de changer de buse, est réputé pour être relativement bruyant à plein régime. Toutefois, il permet de faire bouillir de l'eau très rapidement. De plus, Greub, semble avoir trouvé solution pour réduire le niveau sonore, qui a fait l'objet de tests approfondis en laboratoire.

Les réchauds à essence, plus complexes sur le plan technique, sont fabriqués par Katadyn à Taiwan, leur production en Europe n'étant actuellement pas encore rentable.



Le nouveau réchaud à deux brûleurs «Gemini II» est quant à lui déjà en cours de développement et devrait rejoindre la gamme Transa au plus tard au printemps 2026. Tinu, acheteur, est convaincu par ce produit: «Le «Gemini I» était déjà le réchaud à deux feux le plus compact du marché. Le nouveau «Gemini II» est une innovation qui sera particulièrement appréciée des adeptes de la vanlife qui possèdent un minibus.» Les familles également se réjouissent du «Gemini», raconte Mike Greub, qui permet de préparer en un tour de main des pâtes et des sauces en même temps. Car qu'est-ce qui figure juste en dessous de «expédition polaire avec trop peu de provisions» sur la liste des «situations extrêmes à éviter à tout prix»? Tout à fait, des enfants affamés.

En haut à gauche: les composants fabriqués avec précision garantissent que le réchaud fonctionne en toute sécurité.

En bas à gauche: les émissions sonores des réchauds sont mesurées dans notre propre laboratoire.

À droite: les machines CNC fabriquées en suisse produisent des petites pièces sur mesure.

CAMPER INTELLI-GEMMENT

Spontanéité, mobilité et grande proximité avec la nature: c'est possible avec le minibus. Tinu, membre de la famille Transa, dévoile ses trucs et astuces.

Texte Stephan Glocker
Photos Ruedi Thomi



TINU...

... achète son matériel chez Transa, il est aussi charpentier, bricoleur et aménageur de bus. Il a commencé à pratiquer la vanlife bien longtemps avant que le terme n'existe.



Chacun/-e voit son van à sa façon. Mais l'objectif est toujours le même: un camp de base roulant pour partir en montagne, au bord d'un lac ou en bord de mer. Toutefois, chaque bus est lui aussi différent: De la voiture ancienne soigneusement entretenue au van de luxe entièrement équipé, l'éventail est large, les préférences personnelles étant en fin de compte déterminantes.

Tinu, membre de la famille Transa et son épouse Ursi font clairement partie des minimalistes: ils ont eux-mêmes aménagé et optimisé leur Nissan de 4,5 mètres de long. Depuis neuf années, il les accompagne fidèlement lors de leurs randonnées à vélo et en montagne en Suisse et dans les pays voisins, mais aussi lors de longs voyages à travers la Scandinavie ou le Portugal. Cela leur a permis d'acquérir un certain savoir-faire – Tinu partage ici ses expériences et fournit des aides pratiques.

01 OÙ?

Quand on pense vanlife, on pense liberté et places de stationnement au bord de cols de montagne ou de plages. La réalité est en fait tout autre, sous la forme de campings réservés et de panneaux d'interdiction. Mais cela ne veut pas dire qu'il n'existe plus de beaux emplacements légaux pour les vans. En Suisse, on en trouve de plus en plus, souvent dans des fermes et des auberges rurales. Dernièrement, en Suisse orientale, nous étions magnifiquement installés en lisière de forêt, avec un foyer et des sanitaires flambant neufs. Comment trouver ces spots? De préférence via des applications telle que «Au pays du camping-car» ou «Park4Night». Il existe différentes évolutions dans les pays où l'on pratique la vanlife classique: alors qu'en Croatie, la réservation est presque partout obligatoire, en France, la situation est souvent encore plutôt détendue. La Scandinavie a imposé de fortes restrictions (alors qu'on pouvait jadis y stationner librement), notamment en raison du comportement abusif de certaines personnes qui laissaient les eaux usées de leur camping-car s'infiltrer dans la nature. D'où ce rappel: ne laissez rien derrière vous à part des traces de pas ou de pneus.



Gagne un bon MyCamper

Tu ne possèdes pas de camping-car, mais tu souhaites découvrir la vanlife? En collaboration avec notre partenaire MyCamper, nous mettons en jeu des bons d'achat d'une valeur totale de CHF 2000.-

(1 x CHF 1000.-, 5 x CHF 200.-). Caravane, petit bus, van aménagé ou camping-car? En Suisse comme à l'étranger, la plateforme de partage MyCamper te permet de choisir l'option qui te convient le mieux parmi 5500 véhicules. De nombreux modèles sont disponibles, du camping-car entièrement intégré au légendaire VW T1, que l'on voyage en solo, en famille ou en groupe. La location comprend l'assurance et le dépannage.

Scanne le code QR et participe

Pour participer, il te suffit de scanner le code QR et de suivre les instructions. Bonne chance!

Date limite de participation:

30 septembre 2025

Annnonce des gagnants/-es:

3 octobre 2025

Participation et infos sur:

transa.ch/concours-mycamper



· CONCOURS ·

02 ÉNERGIE

Nous sommes adeptes du «rouler et stationner», autrement dit recharger les batteries pendant le trajet et d'être autonomes une fois sur place. Avec une glacière et un chargeur d'appareil photo / de téléphone portable, nous pouvons tenir cinq jours. Dans le camping, nous n'avons pas besoin de poser des dizaines de mètres de câbles, ce qui augmente le choix des emplacements. Celles et ceux qui ont besoin de plus d'énergie ne peuvent pas échapper au branchement au réseau – ou utilisent des panneaux solaires. Personnellement, je préférerais un panneau mobile plutôt qu'une installation fixe sur le toit. Je peux ainsi placer le panneau au soleil, mais garer le bus à l'ombre. Les grandes powerbanks (batteries externes portables) constituent une alternative, mais elles se font au détriment de l'espace de rangement, de la capacité de charge et, surtout, du porte-monnaie. À l'inverse, revoir ses habitudes peut permettre d'économiser beaucoup d'énergie: avant, j'avais l'ordinateur portable avec moi pour la planification détaillée de l'itinéraire – jusqu'à ce que je me rende compte que je pouvais tout aussi bien le faire sur les applications mobiles.



En automne, le camping Morte-ratsch en Engadine se transforme en un jeu de couleurs jaune doré.





En haut: Tinu, membre de la famille Transa, et sa femme passent la plupart de leur temps dehors lorsqu'ils se déplacent dans leur van.

En bas: outre la fonctionnalité, le confort et le bien-être jouent également un rôle important dans le choix des gadgets.

04 OPTIMISER

Les amateurs/-trices de camping-cars aiment l'optimisation. Plus d'espace de rangement? Moins de bruit? Un espace pour les chaussures sales? On trouve des idées partout, que ce soit auprès du voisinage au camping, sur les forums ou lors de salons tels que «Adventure Southside» au bord du lac de Constance. Quiconque souhaite développer son véhicule soi-même doit savoir que c'est certes très amusant, mais que cela demande beaucoup de temps et un processus d'apprentissage. C'est comme construire une maison à petite échelle. Si on manque de temps, le mieux est souvent d'opter pour des camping-cars de série ou des solutions de fournisseurs tiers. L'optimisation permet la personnalisation. Nous pouvons par exemple charger les vélos à l'intérieur si nous le voulons, mais cela aurait nécessité un concept d'aménagement autour des vélos. Et nous n'aimons pas les espaces qu'il faut sans cesse réaménager. Avec notre installation, il suffit de tourner les sièges, élever le toit et c'est prêt en quelques minutes (certains/-es voisins/-es ont besoin d'une heure pour cela). Par conséquent, l'accès à toutes les choses importantes est prioritaire. L'optimisation ne s'arrête jamais – et j'ai déjà des idées pour le prochain bus.

03 CUISINER

Cuisiner nécessite d'abord des aliments frais – ce qui n'est pas un problème si on les stocke correctement. Si la glacière électrique est pleine, placer les légumes dans une autre glacière sans électricité les protège bien de la chaleur. Il est aussi possible d'envelopper une boîte de rangement dans un sac de couchage ou des couvertures. L'effet isolant est étonnant. Pour nous, la vanlife se tient entièrement à l'extérieur – y compris la cuisine. Le réchaud de bus intégré ne sert qu'à chauffer de l'eau ou à préparer des pâtes en cas de mauvais temps. Pour l'extérieur, nous disposons d'un réchaud à gaz à deux brûleurs qui nous permet de concocter nos menus en prenant notre temps et en profitant. Si l'espace de rangement est limité car nous transportons les vélos à l'intérieur, un réchaud Trangia avec de l'alcool à brûler fait l'affaire. Pour les casseroles et les poêles, la règle suivante s'applique: aussi petites que possible, aussi grandes que nécessaire. À deux, une casserole de deux litres est parfaite. Mais il existe aussi des casseroles pliables jusqu'à cinq litres, idéales pour les grandes portions de pâte ou comme saladier.



**PRÊT POUR
DE NOUVELLES
DÉCOUVERTES ?**

LOWA
simply more...



KALOYA
KNIT _ LT Ws

Au fil des années, Tinu et Ursi ont eux-mêmes développé et optimisé leur van Nissan, qui est relativement compact.



05 GADGETS

En tant qu'acheteur de matériel chez Transa, on s'imagine souvent que j'emporte des tonnes de gadgets en camping. En réalité, quelques-uns de nos éléments préférés nous suffisent: la Nanopresso est obligatoire pour l'expresso du matin, Ursi ajoute de la mousse de lait. Le mini-four Omnia pour changer un peu des poêlées et des plats à la casserole. De bonnes jumelles se trouvent toujours dans le van, tout comme bien sûr un outil multifonctions solide. Et – ce qui fait rire tout le monde – des chaussons de cabane. Rares sont les vans qui sont isolés au sol et dans les montagnes, même en été, on a parfois froid aux pieds le soir. Les pantoufles sont une arme secrète et elles sont confortables. S'il est possible de faire du feu, j'emporte une hachette et une scie pliante pour préparer le bois de chauffage. Et nous avons toujours beaucoup de lampes à bord: une guirlande lumineuse, des éclairages avec support magnétique pour l'extérieur du bus, des lampes frontales pour aller aux toilettes la nuit. En fait, peut-être que j'emporte effectivement des tas de choses! (rires)

06 CAMPER CONFORTABLEMENT

Les chaises pliantes peuvent être confortables, mais elles gênent toujours ton chemin. Les alternatives viennent de Helinox & Co. Leurs chaises pliantes tiennent dans n'importe quelle boîte de rangement de 60 litres et sont vraiment

confortables. La «Sunset» est un standard solide, le modèle ultime pour se détendre s'appelle «Savanna». En parlant de détente, les hamacs nécessitent peu d'espace de rangement et améliorent considérablement la qualité de vie du van. Conseil: toujours prendre une taille au-dessus, pour pouvoir s'allonger un peu en travers et se détendre encore plus. Pour beaucoup, le confort passe aussi par la protection contre les moustiques. Malgré les moustiquaires aux fenêtres du bus, nous disposons d'une moustiquaire simple à bord – au cas où les insectes passeraient à travers les mailles du filet. Si cela ne fonctionne pas non plus, un stick chauffant (comme le «Heat it classic») est toujours à portée de main et apaise immédiatement les démangeaisons.



ENCORE PLUS DE CONSEILS

Pour découvrir tout ce que Tinu a prévu dans son van, regarde la vidéo: transa.ch/equipement-camping



FARPOINT™ | FAIRVIEW™

Pack Your Bag
and Go

LE FAR WEST

La Bretagne, ses côtes sauvages, ses vagues tumultueuses et la force brute de la nature. Mais aussi, ses plages de sable fin, ses criques préservées et ses collines verdoyantes à l'intérieur des terres. Un road trip en cinq actes.

Texte et photos: Bryce Sieber, Fabiano Mancesti, Patrick Güller (out-studio.ch)

Beaucoup de gens aiment la Suisse pour ses montagnes, ses vallées ainsi que ses lacs, à juste titre. Mais la mer, le vent, les marées... c'est un tout autre monde des plus fascinants. En 2023, je me suis rendu pour la première fois en Bretagne. Ça a été un coup de foudre!

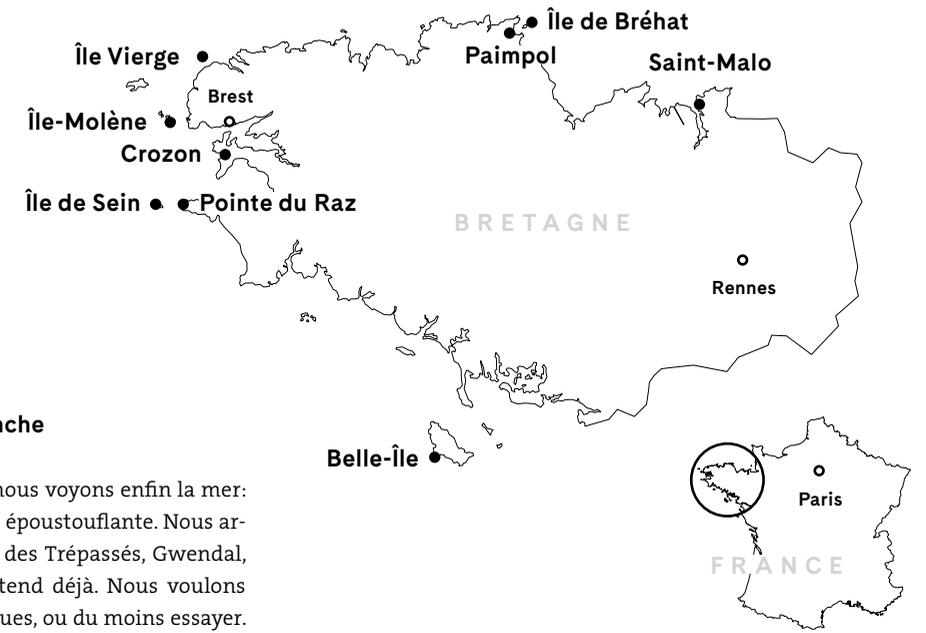
J'y retourne deux ans plus tard, cette fois accompagné. Avec Patrick, Fabiano et Jon, je souhaite découvrir le meilleur de la Bretagne occidentale. D'Audierne au sud à Paimpol au nord: cinq jours de road trip nous attendent, chaque jour une nouvelle aventure, chaque soir un lieu inconnu.





En haut: la plage de l'île Vierge n'est accessible que depuis l'eau, par exemple lors d'une excursion en kayak.

À droite: la baie des Trépassés est très appréciée pour la pratique du surf en raison de sa plage de sable plate et de la régularité de ses vagues.



1^{er} jour – On monte sur la planche

Après quelques heures de route, nous voyons enfin la mer: immense, vivante et d'une beauté époustouflante. Nous arrivons à l'heure, car dans la baie des Trépassés, Gwendal, notre moniteur de surf, nous attend déjà. Nous voulons prendre nos toutes premières vagues, ou du moins essayer. Gwendal nous montre quelques exercices sur la plage, puis nous nous jetons à l'eau. Rapidement, nous comprenons que les vagues sont plus grosses qu'il n'y paraît, l'écume plus sauvage et nous nous sentons vraiment petits dans cet océan gigantesque. Mais nous persévérons, tombons régulièrement de la planche et sommes récompensés à la fin par quelques vagues surfées plus ou moins gracieusement. Quelle entrée en matière et quel plaisir!

L'après-midi, nous nous dirigeons vers la pointe du Raz, un promontoire rocheux classé «Grand site de France». Là, juste en face de l'île de Sein, les falaises balayées par le vent donnent le ton du voyage: brut, vivant, beau. À nos côtés, notre guide Antoine est une célébrité locale et le compagnon idéal pour notre tour à travers l'histoire de la région. C'est avec une grande passion qu'il explique l'importance du tourisme durable pour ce lieu. Il nous parle aussi de la culture celtique, très présente, et de la manière dont elle façonne l'identité bretonne aujourd'hui encore.

2^e jour – Coucher de soleil en kayak

La prochaine étape est la presqu'île de Crozon. Ce morceau de terre bretonne s'enfonce dans la mer telle une croix entre les baies de Brest et de Douarnenez. Elle abrite des falaises spectaculaires, des criques cachées et une nature préservée malgré sa notoriété croissante. Nous partons l'explorer en kayak. La mer est calme, l'eau est limpide. Nous pagayons dans des grottes, à travers des arcs rocheux et des tunnels naturels. Patrick ose les passages les plus étroits et a même droit à une douche gratuite. Le moment fort de cette sortie est la magnifique plage – inaccessible depuis la terre – de l'île Vierge, en réalité une presqu'île située à l'est du cap de la Chèvre. Ici aussi, nous discutons avec notre guide du tourisme, de sa croissance ra-

pide et des efforts locaux pour limiter ses effets négatifs. Nous prenons ensuite la direction de la plage de la Palue. Portés par les vagues, ciel lumineux, jeu parfait des marées. Le soir, nous poursuivons notre excursion vers la pointe Saint-Mathieu et arrivons au meilleur moment: l'heure dorée. Nous explorons le phare et les bâtiments environnants, plongés dans une lumière crépusculaire qui dessine avec précision la silhouette des vieux murs. Lorsque la lanterne du phare s'allume, nous nous arrêtons et regardons les rayons qui traversent l'horizon. Majestueux, presque comme au cinéma. Le tout – les falaises, les ruines d'une abbaye, la mer en contrebas – dégage une force tranquille.

LA BRETAGNE EN BREF

QUOI? La Bretagne regorge de curiosités. Côtes sauvages, sports nautiques, randonnées, vélo ou gastronomie.

QUAND? La Bretagne a beaucoup à offrir en toute saison. À la fin de l'été, l'eau est encore chaude et la haute saison se termine.

COMMENT? Tu trouveras ici toutes les informations pour préparer ton voyage: tourismebretagne.com

3^e jour – Entre phares et îles

Le lendemain matin, un changement de perspective nous attend: un bateau nous emmène à l'Île-Molène pour une petite escale hors du temps. Après l'accostage, nous partons pour une petite promenade avec un habitant qui nous parle de la vie sur l'île, de ses habitants et de leur relation avec l'océan. L'ambiance est paisible, les maisons sont basses, les chemins étroits: c'est à nouveau un tout autre rythme. Après que des dauphins aient croisé notre route sur le chemin du retour, nous apercevons une colonie d'otaries. Une conclusion inoubliable pour cette belle journée.

4^e jour – Brouillard, phare et vue panoramique

Nous commençons tôt la journée pour découvrir l'île Vierge et son célèbre phare, le plus haut d'Europe. Nous voulons nous y rendre en kayak, mais au bout de 15 minutes, le brouillard devient déjà trop dense et le courant trop fort. Nous regagnons donc la rive et prenons un bateau. Au final, le soleil se remet à briller peu de temps après. Nous atteignons l'île alors qu'elle est baignée de soleil, dans un décor presque irréel. L'intérieur du phare est impressionnant: les murs ont été recouverts de 12 500 carreaux. On accède au système d'éclairage par le biais d'un escalier en colimaçon de 360 marches en pierre polie. Une fois en haut, nous sommes récompensés par une vue à couper le souffle. À 82,5 mètres au-dessus de la mer et de la côte bretonne, les personnes en contrebas ressemblent à des figurines de jeu.

5^e jour – Entre terre et mer ... et un crêpier insoupçonné

Le dernier jour, nous nous rendons à Paimpol. Après une randonnée sur le GR 34 jusqu'à la pointe de l'Arcouest – où nous découvrons que la Bretagne n'est pas aussi plate que nous le pensions – nous plongeons dans la gastronomie bretonne. À la ferme marine d'Arin, le processus d'ostréiculture nous est présenté. Puis, sur l'île voisine de Bréhat, nous avons l'opportunité de goûter à ces mets délicats. Et pour finir: atelier crêpes et galettes au «Penn Ty». Jon se démarque: il est vraiment passé à côté d'une vocation de crêpier. Pour le reste d'entre nous, il vaut mieux s'en tenir à la fondue.

Ce qui est sûr, c'est que nous n'avons pas fini d'échanger nos montagnes contre des océans et de manger des crêpes. Sur ce, Kénavo, Bretagne, au revoir!

À droite: jusqu'en 1935, le phare de Saint-Mathieu était encore alimenté à l'huile de colza ou à l'huile minérale. Ce n'est qu'après qu'il a été mis sous électricité.

En bas: le phare de l'île Vierge, le plus élevé d'Europe, n'est généralement accessible qu'en bateau.



Faire l'expérience de la mer: ambiance insulaire et trésors de corsaires

Ce voyage nous a mis en appétit. La Bretagne donne envie de plus. Cap sur les deux joyaux de l'Atlantique: Belle-Île et Saint-Malo.



Photos: Léa Guillotte (en haut), Clara Ferrand (en bas)

Destination de rêve: Belle-Île

La «perle de l'Atlantique». Voyons si la plus grande des îles bretonnes porte bien son nom. Les lieux que nous avons découverts lors de notre recherche en ligne nous ont déjà séduits: comme la pointe des Poulains avec son phare et sa forteresse, la citadelle Vauban ou les épingles rocheuses spectaculaires des aiguilles de Port-Coton. Pas étonnant que Belle-Île ait inspiré de nombreux artistes comme le célèbre peintre Claude Monet. La «Route des phares», dans le département du Finistère, a fait de nous de véritables fans de ces gardiens des mers. Il est donc logique que nous cherchions également à atteindre le Grand phare, l'un des plus imposants d'Europe et surtout le point le plus élevé de l'île. À 92 mètres au-dessus de l'Atlantique, la tour offre un panorama à couper le souffle.

Tous les chemins mènent à la mer: les 85 kilomètres de côte de Belle-Île sont l'aire de jeux idéale pour les activités sur ou dans l'eau. SUP, kayak, voile, excursions en bateau, baignade sur l'une des 58(!) plages, plongée, pêche du bord de mer... le plus difficile sera de choisir. Nous optons finalement pour une séance de surf sur la magnifique plage de Donnant. Avec, espérons-le, un peu plus d'élégance que lors de notre première tentative.

Et oui, ici aussi on peut trouver du dénivelé. En tant que passionnés de randonnée, nous sommes naturellement attirés par les sentiers de l'île: le GR 340, «Le tour de Belle-île-en-Mer», est fait pour découvrir l'île à pied. Que ce soit pour une heure, en randonnée ou en courant, ou pour le circuit complet en cinq jours de 85 kilomètres et 2800 mètres de dénivelé. De vastes paysages avec l'océan comme seul horizon nous attendent!

En bas à gauche: le magnifique sentier de randonnée GR 340 mène à tous les lieux emblématiques de Belle-Île.



Photos: Teddy Verneuil (à gauche), Alexandre Lamoureux (à droite)

Liens: le centre historique de Saint-Malo est cerné par l'Atlantique de trois côtés.

Saint-Malo: la cité corsaire

Saint-Malo est sans aucun doute l'une des villes les plus belles et les plus emblématiques de la côte nord de la Bretagne. Souvent qualifiée de «vaisseau de pierre», la ville dégage un parfum d'aventure. Depuis la mer, on ne peut ignorer les imposants remparts derrière lesquels s'élèvent de majestueuses maisons de maître. Surplombant les vastes plages, elles datent de l'époque où les armateurs fortunés et leurs familles vivaient dans la ville. Elle était autrefois un bastion pour les corsaires. Aujourd'hui encore, on peut admirer dans le port la réplique d'un bateau corsaire du XVIII^e siècle. Au programme: grimper sur les remparts de la ville pour observer les plus grandes marées d'Europe, avec une différence allant jusqu'à douze mètres entre marée haute et marée basse. Ou attendre que la mer se retire pour essayer le char à voile le long de la ville fortifiée, sur l'immense plage du Sillon.



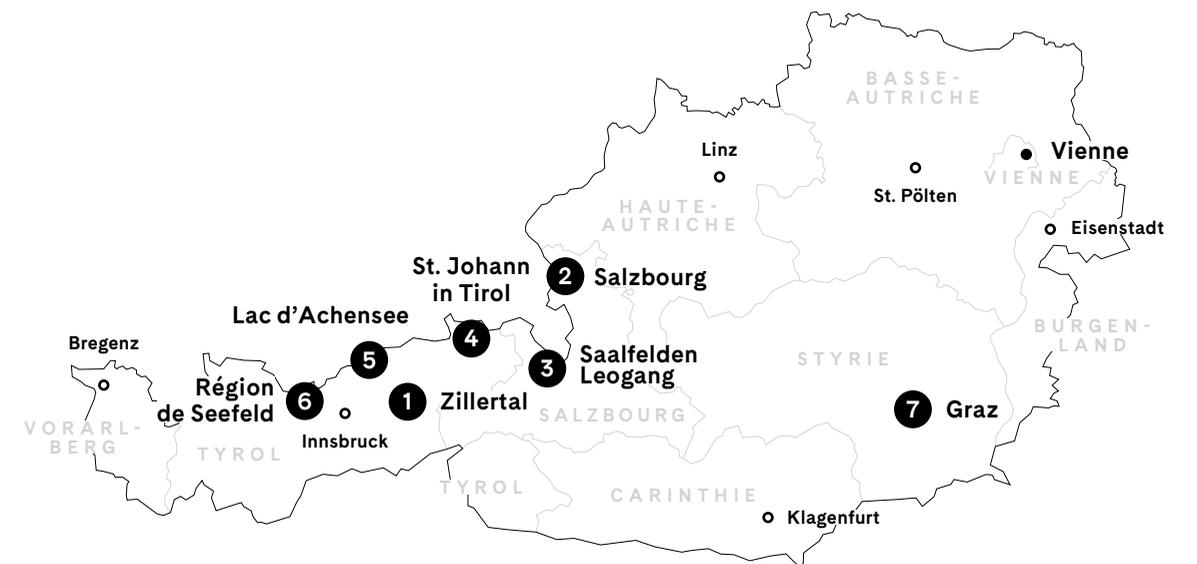
À droite: la côte bretonne se prête parfaitement à la randonnée, comme ici à la plage du Petit Port.

Fabiano est déterminé à emprunter les pistes cyclables emblématiques de la baie du Mont-Saint-Michel, inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Notamment le tronçon de 60 kilomètres de la Vélomaritime qui relie le Mont-Saint-Michel à Saint-Malo. Cancale est un arrêt obligatoire: on peut y déguster les célèbres huîtres fraîchement ramassées en mer. Cette jolie petite ville côtière offre également quelques pistes de VTT. Mais c'est surtout un chemin de randonnée qui éveille notre curiosité: le GR 34^o, le célèbre sentier des douaniers. Au départ de Cancale, ce sentier bordé de lichens, de fenouil marin et de fleurs sauvages mène à la pointe du Grouin, un promontoire rocheux avec une vue imprenable sur la Manche. Là-bas, le vent et les vagues frappent les falaises de granit toute l'année et sculptent un paysage côtier sauvage et abrupt. Avec un peu de chance, on peut même y voir des dauphins sauter joyeusement dans la baie. Aux portes de Saint-Malo, un lieu méconnu nous est indiqué: la vallée de la Rance, en particulier son canal de 85 kilomètres. Autrefois fréquenté par les cargos, il est aujourd'hui utilisé par les péniches. En kayak, on peut passer toute la journée sur la rivière et franchir 48 écluses. Cette excursion tranquille est ponctuée de pauses dans de jolis villages bretons.

JUSTE À CÔTÉ

En Autriche, pays voisin, de nombreuses destinations se prêtent à des vacances d'automne actives. Voici sept idées d'endroits, facilement accessibles en train, alliant nature et culture.

Texte Nina Probst



À gauche
En haut
En bas

1 – Zillertal
2 – Salzburg
3 – Saalfelden Leogang

1 – Zillertal: En automne, les paysages hauts en couleur attirent du monde dans le parc naturel des Alpes de Zillertal. 40% du parc naturel est protégé: un réel bonheur pour les fans de nature et d'animaux. On y trouve notamment 500 espèces différentes de papillons. En automne, on peut par exemple assister à la traditionnelle transhumance dans le Zillertal. Et si le temps n'est pas propice à la randonnée, le parc naturel de Ginzling mérite le détour avec sa grande exposition consacrée à l'histoire géologique des Alpes du Zillertal.

2 – Salzburg: Dans la ville de Salzburg, classée au patrimoine mondial, des monuments historiques peuvent être admirés à chaque coin de rue. La ville natale de Wolfgang Amadeus Mozart allie nature et culture, tradition et modernité. Elle est nichée dans les montagnes de Salzburg, qui offrent une vue imprenable sur la vieille ville. De petits festivals de musique et des marchés attirent beaucoup de gens sur les vastes places et dans les petites ruelles de la ville. Quiconque préfère profiter de l'automne au chaud peut se rendre dans l'un des nombreux cafés traditionnels.





3 – Saalfelden Leogang: Les personnes qui aiment les activités sportives et dynamiques ont tout intérêt à se rendre dans la plus grande région cyclable d’Autriche, Saalbach Hinterglemm Leogang Fieberbrunn, qui a beaucoup à offrir aux fans de vélo. Au cœur de la région, le Bikepark Leogang de 30 000 mètres carrés est ouvert jusqu’au 9 novembre et offre aux cyclistes novices de nombreux sentiers à parcourir. Jusqu’au début de la saison de ski, le téléphérique emmène chaque jour les fans de randonnée vers les sommets.

4 – St. Johann in Tyrol: À St. Johann in Tirol, le plaisir et l’aventure ne sont pas en reste, même en dehors des sentiers de randonnée et des pistes de VTT. Que ce soit sous forme de descente rapide en «mountaincart» ou en hauteur dans le parc d’accrobranche avec le parcours en tyrolienne



Photos: Andreas Lienert (à gauche), MirjaGeh.com (au centre en haut), Achensee Tourismus (au centre en bas), Tom Lamm (à droite)

«Flying Fox», à l’automne, les forêts colorées des Alpes de Kitzbühel peuvent être admirées sous un angle tout à fait unique. Pour les personnes qui souhaitent encore plus de sensations fortes, les montagnes du massif du Wilder Kaiser, avec leur calcaire adhérent, offrent une véritable expérience d’escalade de niveau 3 et 4.

5 – Lac d’Achensee: Le lac d’Achensee, dans ses tons bleus scintillants, est l’endroit idéal pour se baigner dans l’eau fraîche, avec une vue imprenable sur les montagnes. Le plus grand lac du Tyrol est presque toujours balayé par une brise agréable, ce qui le rend également très apprécié des fans de voile, de windsurf et de kitesurf. En automne, le vent a généralement un souffle idéal l’après-midi. Les massifs du Rofan et du Karwendel offrent aussi d’innombrables possibilités de randonnées sportives en VTT. En récompense après l’effort ou en guise de pause, il est possible de déguster un Kaiserschmarren dans l’une des auberges rustiques du coin.

6 – Région de Seefeld: Dans la région de Seefeld, l’accent est mis sur le plaisir des randonnées et la diversité alpine sur le haut plateau local. Randonnée avec une vue imprenable depuis le Brunschkopf ou le Seefelder Joch, promenade agréable dans le village, une visite des gorges de Leutascher Geisterklamm ou encore randonnée de trois jours dans les refuges de la vallée de Gaisstal: la région de Seefeld comblera toutes les envies les plus diverses. Les personnes souhaitant allier activité physique et culture peuvent visiter Mösern, où la cloche de la paix, qui pèse 10,5 tonnes, sonne tous les jours à 17 heures. Le point de vue sur lequel se trouve la cloche offre un panorama spectaculaire sur la vallée de l’Inn.

7 – Graz: Graz, la «capitale autrichienne du plaisir», allie art de vivre méridional, culture et gastronomie. En automne, le Schlossberg et le parc municipal de Graz se parent de leurs plus belles couleurs. Les marchés fermiers traditionnels proposent des fruits et légumes frais et les habitantes et habitants ainsi que les touristes peuvent déguster les mets de la région sur les nombreuses places de la ville. La scène artistique de Graz est spectaculaire et on peut faire de belles promenades à travers la ville pour découvrir les nombreux quartiers créatifs.



Au centre
Au centre
À gauche
À droite

4 – St. Johann in Tyrol
5 – Lac d’Achensee
6 – Région de Seefeld
7 – Graz

VOYAGE VERS L’AUTRICHE EN TRAIN

Les Chemins de fer autrichiens (ÖBB) proposent des trains quotidiens au départ de Zurich menant directement à Innsbruck, Salzbourg et Linz, toutes les deux heures. Vienne et Graz sont desservies en «Nightjet» de jour comme de nuit.

Plus d’informations concernant les destinations en Autriche mentionnées plus haut et bien d’autres sont disponibles sur austria.info

ON LARGUE LES AMARRRES

Texte Leonie Maßmann
Photos Thilo Ernst

Leonie et Thilo sont partis pour un tour du monde à la voile, à la découverte de l'inconnu, avec un vieux bateau et peu d'expérience. Cela fait maintenant cinq ans qu'ils sont en voyage. Voici un aperçu de leur vie pleine d'aventures.





Il y a cinq ans, mon compagnon Thilo (28 ans) et moi, Leonie (27 ans), avons réuni toutes nos économies pour acheter un vieux petit bateau, sur lequel nous vivons depuis. Notre objectif à l'époque: faire le tour du monde à la voile, avec de nombreux détours. C'est avec très peu d'expérience que nous avons hissé les voiles et mis le cap vers le sud: des Pays-Bas à la France, puis vers le Portugal en passant par l'Espagne. Nous avons ensuite tenté notre première longue étape vers les îles Canaries. Puis nous avons navigué jusqu'au Cap-Vert, d'où nous avons traversé l'Atlantique en direction de l'Amérique du Sud. Après 14 jours en pleine mer, nous sommes arrivés/-es au Brésil. Nous avons ensuite longé la côte sud-américaine vers le nord pour atteindre les Caraïbes. Nous y avons passé deux années pleines d'aventures dans les eaux turquoise, avons fait escale sur d'innombrables îles et avons navigué jusqu'aux Bahamas. Nous avons ensuite mis le cap vers le nord, aux États-Unis, jusqu'à New York. Au cours de notre voyage, nous avons vu tant d'endroits magnifiques et différents, mais c'est Fernando de Noronha qui a le plus marqué nos esprits. Cette île minuscule au large du Brésil a été le premier endroit que nous avons atteint après avoir traversé l'Atlantique. Après n'avoir vu que l'océan infini pendant des jours, cette île avec ses plages de sable blanc et ses palmiers verts semblait presque irréelle.

Voici comment tout a commencé...

Mes études en pédagogie spécialisée et la formation de Thilo en tant que charpentier terminées, nous avons réalisé que nous n'étions pas encore prêts/-es pour des structures fixes telles qu'un emploi stable, une maison ou une famille. Tout était en suspens, nous ne savions pas dans quelle direction aller, ni où et comment nous voulions vivre. Mais nous savions une chose: le monde est immense et il y a d'innombrables façons de le découvrir. Nous étions libres et sans attaches et avons donc décidé d'essayer quelque chose de complètement nouveau. Nous voulions vivre une aventure que nous n'oublierions jamais. Et c'est justement l'incertitude qui nous a poussés/-es à faire ce tour du monde à la voile. Cela fait maintenant cinq ans que nous voyageons et que nous vivons en partageant des vidéos de notre voyage sur YouTube. Nous sommes rémunérés/-es d'une part par la plateforme, d'autre part dans le cadre de coopérations publicitaires. Par ailleurs, j'ai récemment publié mon livre «Ein Ozean voll Fragen» (Un océan de questions).

Un projet fou

Après seulement trois visites chez des revendeurs, nous avons opté pour un voilier en acier assez petit



«Peut-être avons-nous besoin
précisément de cette ignorance
pour larguer les amarres.»

Pour Leonie, la vie en
mer représente un rêve.
Mais elle n'est pas un
long fleuve tranquille.



et délabré. Nous ne savons pas exactement pourquoi celui-ci précisément, mais notre intuition nous a guidés/-es. Rouillé de partout, il se tenait devant nous, attendant seulement de vivre une aventure avec nous. Pendant un an, nous avons travaillé d'arrache-pied pour rendre ce bateau habitable et navigable. Nous avons vissé, poncé et peint sans relâche. En tant que novices absolus en matière de voile, nous nous sommes avant tout renseignés/-es sur les équipements, poulies, cordages et voiles étaient nécessaires pour naviguer en pleine mer. Nous n'avions aucune idée de défis qui nous attendaient, mais notre force commune a toujours été l'audace et l'envie de nouveauté. Notre famille, nos amis et nos connaissances nous ont dit que ce projet était complètement fou. Les gens venaient nous voir et nous disaient que nous n'allions pas y arriver. Des phrases telles que «Avec ce bateau, vous n'arriverez même pas jusqu'à Helgoland» restent encore gravées dans ma mémoire aujourd'hui. Nous savions que nous allions commettre des erreurs, que nous allions nous retrouver dans des situations délicates et que parfois, nous allions tout simplement ne pas tout réussir. Mais nous savions aussi que c'était la meilleure façon d'apprendre à naviguer. Comment pouvions-nous savoir si nous en étions capables sans avoir essayé au préalable? Nous nous encourageons mutuellement, nous motivions en imaginant des plages de sable blanc et de magnifiques baies où nous voudrions un jour jeter l'ancre. Nous rêvions d'une vie en mer et quelque chose en nous nous disait que ce rêve allait se réaliser. Cet objectif nous a donné la confiance dont nous avions besoin.

OPIFLEX®
maintient sans bloquer
facile à ouvrir & fermer



nouveau !

OPINEL 
SAVOIE FRANCE

néo6 
everyday, all day

MADE IN FRANCE





De bons et de mauvais jours

Souvent, cette vie en mer ressemble à un rêve totalement irréel. Le matin, je me réveille avec vue sur une plage paradisiaque. Le soir, j'observe un coucher de soleil spectaculaire. L'eau clapote, le vent souffle dans mes cheveux, l'air marin sent le sel, nous sommes complètement tranquilles et je n'arrive pas à croire que j'ai la chance de vivre cela. À d'autres moments, cette vie en mer est difficile, exigeante et effrayante. Elle demande de la persévérance, du courage et surtout la capacité de prendre des décisions de manière autonome. En mer, nous ne pouvons demander conseil à personne si nous avons des ennuis. Nous sommes responsables de nous-mêmes et de notre maison flottante. Mais même si nous aimons notre voilier et notre liberté, il manque une chose: nos amis et notre famille. Le mal du pays occupe une place important pour nous. Même lorsque je me trouve sur une plage à couper le souffle, je ne souhaite parfois rien de plus que d'être à la fête d'anniversaire

de mon petit neveu et de le regarder souffler ses bougies, rayonnant de joie. J'ai envie de serrer ma meilleure amie dans mes bras ou de flâner au marché avec ma maman. Le mal du pays fait partie de notre périple, car nous ne pouvons pas satisfaire à la fois notre envie de rentrer chez nous et notre envie de voyager. Aussi douloureux que cela puisse parfois être, ce sentiment me rappelle aussi que j'ai quelque part un port d'attache avec des personnes qui me manquent et chez qui je suis toujours la bienvenue.

La peur, un frein mais aussi un moteur

On nous demande souvent si nous n'avions pas peur de naviguer en pleine mer. Honnêtement, nous n'avons pas vraiment réfléchi aux dangers potentiels. Nous nous sommes concentrés/-es sur notre rêve et nous nous sommes lancés/-es dans l'aventure sans savoir exactement ce qui nous attendait. Je ne savais pas à quel point cela pouvait être effrayant la nuit sur l'eau, lorsque de grosses

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.

©2025 Cascade Designs, Ltd.



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





vagues déferlent sur le bateau et que nous y sommes complètement exposés/-es. Ce sont souvent les inquiétudes qui freinent les gens, et peut-être avons-nous justement besoin de cette ignorance pour larguer les amarres. Mais bien sûr, certaines peurs nous accompagnent constamment. J'ai par exemple peur des orages. Je ne m'en suis rendu compte que récemment. Nous étions en pleine mer quand le ciel s'est assombri. De gros nuages noirs se rapprochaient de plus en plus de nous. De loin, j'ai vu des éclairs transpercer le ciel, et avant que je ne m'en aperçoive, les cellules orageuses étaient au-dessus de nous. Le tonnerre grondait, il a fait soudainement nuit noire, le vent soufflait de plus en plus fort et il s'est mis à pleuvoir. Avec Thilo, j'ai essayé de rentrer les voiles et de maintenir le cap. Totalement trempée et tremblant de froid, je me tenais derrière la barre. Les vagues poussaient notre bateau dans tous les sens de manière incontrôlable. Comme pétrifiée, je regardais droit devant moi, incapable de dire quoi que ce soit ou de bouger. La peur d'être frappée par la foudre était trop grande. Ce n'était pas la première fois que nous étions confrontés/-es à du mauvais temps, mais c'était notre premier orage violent en mer. C'était un défi imprévu, car je ne savais pas qu'un orage pouvait me paralyser à ce point. C'est l'une de mes plus grandes craintes, et

pour être honnête, ce n'est pas la seule. Lorsque nous naviguons nuit après nuit en pleine mer pour rejoindre notre prochaine destination, beaucoup de choses m'inquiètent. La peur fait partie intégrante du fait de quitter sa zone de confort et de se lancer dans quelque chose de nouveau. Elle nous accompagne, comme une sorte de système d'alerte. Elle est utile et nous fait grandir.

Qui a quel rôle?

Au début de notre voyage, nous avons commencé avec le même niveau de connaissances et nous nous situons toujours au même niveau aujourd'hui. Il n'y a rien sur le bateau que je ne sache pas utiliser, et Thilo sait lui aussi comment tout fonctionne. Nous ne répartissons pas les tâches, parce que si l'un de nous tombe malade, l'autre doit être en mesure de nous emmener au port le plus proche. Mais nous avons bien sûr nos préférences: Thilo préfère s'occuper des voiles, de mon côté je préfère être à la barre. Et pendant que je répare notre petit moteur, Thilo nettoie le pont. Sur notre voilier, il y a rarement une routine quotidienne: parfois, nous travaillons des heures à apprêter le bateau, puis nous passons des journées entières sur la mer, et parfois notre journée se résume à faire de la plongée avec tuba et du kitesurf.

Depuis les Caraïbes, Leonie et Thilo ont navigué vers le nord jusqu'à New York.

Dans quel port le voyage prendra-t-il fin?

Où ce voyage va-t-il se terminer et quelle vie allons-nous ensuite mener? Nous ne pouvons pas encore répondre à cette question. Nous avons une vague idée de ce à quoi pourrait ressembler notre vie à terme, mais la plupart du temps, nous vivons au jour le jour. Notre grand objectif est de faire le tour du monde à la voile – et jusqu'à présent, nous n'avons exploré qu'une partie du globe. Il y a quelques mois seulement, nous avons acheté un nouveau bateau en Méditerranée, que nous avons financé grâce à une campagne de crowdfunding. Nous voulons en effet traverser prochainement l'océan Pacifique et le bateau en acier serait trop vieux et trop rouillé pour cela. Nous avons besoin d'un bateau plus sûr et mieux adapté à nos projets. De temps en temps, nous laisserons notre voilier dans un port, rendrons visite à nos amis et à notre famille, passerons du temps dans notre caravane en Allemagne et profiterons un peu de l'air de la campagne. Un jour, nous aurons peut-être envie d'une maison qui ne bougera plus. Mais avant d'en arriver là, il nous reste encore beaucoup à découvrir. Pendant que nous naviguons sur les mers, nous disposons de suffisamment de temps et de tranquillité pour faire de nouveaux projets.

**BEST GRIP FOR
YOUR ADVENTURE**

**Air Revolution
4.6**

MEINDL
Shoes For Actives

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, Esther et Rahel nous racontent leur randonnée de 700 kilomètres sur le Chemin des cols alpins.



Il y a quelque temps, nous avons réalisé un rêve que nous avions depuis longtemps: faire une longue randonnée à travers les Alpes du sud de la Suisse. Notre destination était l'itinéraire 6 de SuisseMobile, appelé «Chemin des cols alpins»: 700 kilomètres, plus de 47 000 mètres de dénivelé, de Saint-Moritz au lac Léman – d'une seule traite. C'est un itinéraire moins connu que la Via Alpina, par exemple, mais c'est justement ce qui fait son charme: le chemin est sauvage, peu emprunté et magnifique. Afin d'augmenter nos chances de parcourir l'intégralité du circuit en une seule fois à cette période de l'année (août à octobre), nous avons décidé de ne pas emporter de tente.

Selon SuisseMobile, le circuit compte 43 étapes. Nous avons regroupé trois fois deux étapes et avons prévu quatre jours de repos au total. Réaliser l'intégralité du parcours d'un coup a été possible grâce à une météo clémente et à une bonne dose d'esprit aventurier. En effet, le circuit n'a pas toujours été «facile», car il est jonché d'abondantes chutes de neige en septembre et nous avons dû traverser à gué des rivières glacées, avec de l'eau jusqu'aux cuisses.

Il nous tient à cœur de partager cet itinéraire et notre expérience. Celle-ci montre que les grandes aventures ne se déroulent pas forcément à l'autre bout du monde. La Suisse offre une telle diversité de paysages spectaculaires qu'il suffit de monter dans le train pour se retrouver en pleine aventure. Nous avons été impressionnées par la façon dont nos perceptions sensorielles se sont affinées au cours de cette longue randonnée. Plus nous avons avancé, plus nous nous sommes fiées à notre instinct. Le sentiment de vivre l'instant présent s'est développé naturellement.

Esther (49 ans) travaille comme ergothérapeute, accompagnatrice de décès et de deuil, et **Rahel (53 ans)** comme physiothérapeute. Toutes deux vivent à Ebikon et aiment passer leur temps libre dans la nature, à proximité de leur domicile.



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

Bureau de rédaction
Service clientèle
Transa Backpacking AG
info@transa.ch
transa.ch/contact

Équipe de rédaction

Jessica Bischof, Jasmine Lüthi, Sara Wandfluh, Martin Hänni, Reto Bieler, Lukas Müller, 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
Provinost. 52,
D-86153 Augsburg
4-seasons@red-gun.com

Graphisme et production

Susanne Häußler, Antonia Kern

Annonces / Marketing

Sarah Fischer
+49 / 821 / 42 07 84 0
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 me souhaites plus recevoir notre magazine?
Tu peux te désabonner ici: transa.ch/annuler-4-seasons

LES MEILLEURS FILMS OUTDOOR DE L'ANNÉE

TERREX
PRESENTS

EOFT
EUROPEAN OUTDOOR FILM TOUR 2025



ACHETEZ VOS
BILLETS DÈS
MAINTENANT !

EOFT.EU



© Christophe Tricou

16.10.25 ZÜRICH
06.12.25 BÂLE
07.12.25 WINTERHOUR
08.12.25 ZÜRICH
09.12.25 SAINT-GALL

11.12.25 BERNE
14.12.25 LUCERNE
15.12.25 ZÜRICH
18.12.25 BERNE
12.01.25 BÂLE

15.01.26 LAUSANNE
19.01.26 ZÜRICH
20.01.26 BERNE

TRANSA
TRAVEL & OUTDOOR

YETI

Powerbar

deuter

DEFENDER

WIKINGER
REISEN

BERG
WELTEN

PRODUCED BY
MOVING
MEMBER ADVENTURES



IT'S ALL ABOUT *Hiking!*



ALTERRA II GTX POLYVALENCE AVEC HAUTE CONFORT

Modèle de trekking polyvalent, conçu pour des randonnées de difficulté et de durée moyennes sur terrain mixte.

Disponible sur www.transa.ch

