

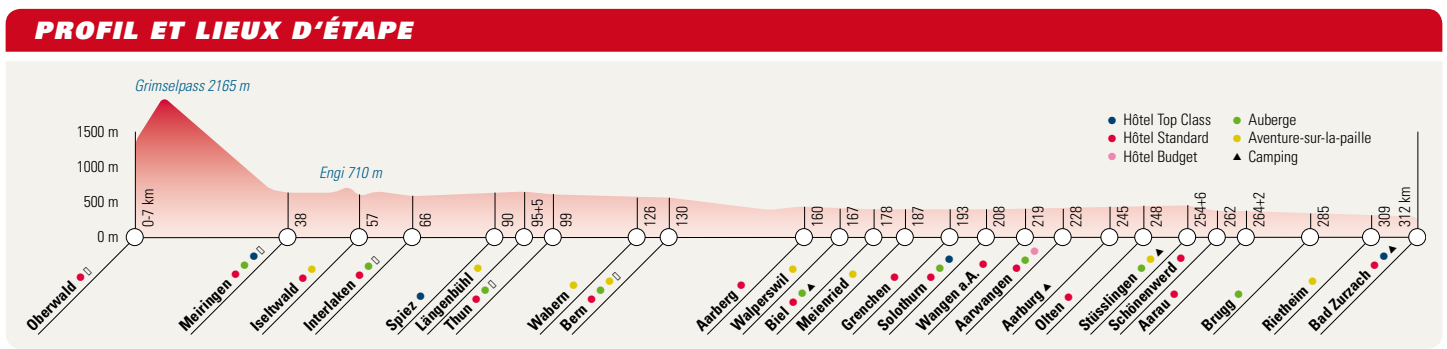


# ROUTE DE L'AAR



**High Lights**

- ★ **LE COL DE GRIMSEL**  
POUR DES CYCLISTES SPORTIFS
- ★ **MEIRINGEN**  
LA GORGE DE L'AAR ET SHERLOCK HOLMES
- ★ **L'OBERLAND BERNOIS / INTERLAKEN**  
CENTRE DU TOURISME D'AVENTURES
- ★ **UN « ÉCART »**  
À BEATENBERG AVEC UNE DESCENTE PANORAMIQUE
- ★ **BERNE**  
LA CAPITALE A SES ATOUTS – LE JOUR ET LA NUIT
- ★ **BAIGNADES DANS LES LACS**  
DE BRIENZ, DE THOUNE ET DE BIENNE
- ★ **L'AAR**  
ELLE VOUS ACCOMPAGNE DU DÉBUT À LA FIN DE L'ITINÉRAIRE



La cathédrale de Soleure

## CARACTÈRE

Le parcours classique de la Suisse à vélo. Le long de l'Aar, vous découvrirez une Suisse au charme provincial qui a su préserver ses traditions rurales et sa nature intacte. Et la route de l'Aar offre le service complet: Hébergement à l'hôtel (Top Class aussi), à l'auberge de jeunesse, sur la paille, location de vélos (maintenant aussi Top class !) et vélos électriques.

La Route de l'Aar démarre, certes, en haute montagne, mais le fleuve a façonné le paysage pour les cyclotouristes pendant des millions d'années. A partir de Meiringen, vous pouvez découvrir sans grandes ascensions l'Oberland bernois, le Mittelland suisse, le Pays des 3 lacs et le pied Sud du Jura. Grâce aux variantes «Auberge» et «aventure-sur-la-paille», c'est également une route optimale pour les familles avec enfants.

## L'ITINÉRAIRE

### OBERWALD - MEIRINGEN 45 km

La Route de l'Aar commence officiellement à Gletsch, mais ce village à une altitude de 1757 m n'est accessible par car postal qu'à partir de juillet. Pour cette raison, le départ de l'itinéraire « Power » se trouve à Oberwald, à une distance de 7 km et de 400 m d'altitude de Gletsch. On commence directement avec la montée vers Gletsch et le col de Grimsel (2165m). La descente de 22 km vers Innertkirchen passe par une coulisse alpine grandiose – et entre Innertkirchen et Meiringen, on peut visiter (à pied) la très spectaculaire gorge de l'Aar.

### MEIRINGEN - INTERLAKEN (ISELTWALD) 30 km

Cette courte étape qui longe la rive Sud peu fréquentée du lac de Brienz, vous laissez suffisamment de temps pour faire un petit crochet par les gorges de l'Aar, une visite rafraîchissante des chutes de Giessbach et s'arrêter pour prendre le quatre-heures à Iseltwald. Pendant cette journée, le lac de Brienz et ses dégradés de vert reflétés à la surface de l'eau sont vos compagnons de route.

### INTERLAKEN - THOUNE 28 km

En chemin, ne manquez pas d'admirer le panorama unique sur les sommets enneigés, le lac d'un bleu profond, les vignobles qui bénéficient d'un climat privilégié et les chalets tannés par le soleil.

**ConseilSwissTrails:** Aller à Beatenberg avec le car postal – puis suivre une magnifique route panoramique jusqu'à Thoune, avec vue sur Eiger, Mönch et Jungfrau.

### THOUNE - BERNE / AARBERG 30 / 60 km

Une fois passé Thoune, les sommets enneigés s'éloignent et la vue porte sur la vaste plaine de la vallée de l'Aar. Les champs labourés annoncent la transition entre l'Oberland bernois et le Mittelland. Bien balisée, la Route de l'Aar vous guide au beau milieu de la capitale fédérale de Berne.

**ConseilSwissTrails:** À Thoune, échangez votre vélo contre un canot pneumatique et allez à Berne en pagayant sur l'eau claire au courant agréable ! A réserver chez SwissTrails, détails p. 110.

### BERNE - BIENNE 50 km

Derrière Berne vous accueille le lac de Wohlén, point de départ d'une alternance de paradis naturels et hydroélectriques. Le « plus grand jardin potager », la plaine fertile du Grand Marais et le lac de Biene sont au programme.

### BIENNE - SOLEURE (WANGEN) 34 km

Le cours de l'Aar a été modifié dans le cadre des corrections des eaux du Jura entre Biene et Büren, puis il dessine de nombreux méandres dans les terres fertiles de Soleure. Curiosité particulière, les cigognes d'Altreu.

**ConseilSwissTrails:** Une descente en canoë sur l'Aar entre Büren et Soleure (avec transport du vélo) offre une distraction passionnante (à réserver maintenant directement chez SwissTrails, détails page 110).

### SOLEURE - AARAU (SCHÖNENWERD) 53 km

Cette partie passionnante du parcours vous fait découvrir la superbe région fluviale entre Berken, Aarwangen et Wolfwil, puis les zones piétonnes des vieilles villes d'Olten et Aarau.

### AARAU - BAD ZURZACH 53 km

La route suit généralement le cours de l'Aar, et à Brugg on arrive à la zone alluviale du « Wasserschloss » de la Suisse, où les trois fleuves Limmat, Reuss et Aar se rejoignent pour déboucher dans le Rhin 16 km plus loin. Zurzach n'est qu'à 7 km en amont, aux bords du Rhin.

### SAISON 2012

1.4. - 15.10.2012 (départs quotidiens)



# SwissTrails

## Confort à la carte!

Hébergement au choix  
sur la Route de l'Aar:

- A** Hôtel Top Class
- B** Hôtel Standard
- D** Auberge
- E** Aventure sur la paille

## VARIANTES ET PRIX (en CHF, par personne, TVA incl.)

Variante	Départ / Lieux d'étapes / Arrivée	Jours / N.	Prix	Vélo
<b>A</b> Top Class	Oberwald <sup>B)</sup> - Meiringen - Spiez - Bern - Biel - Solothurn - Schönenwerd - Bad Zurzach <sup>A/B)</sup>	7/6	1173.–	231.– (e-Bike)
<b>B</b> Standard Hôtel	Meiringen <sup>B)</sup> - Interlaken - Thun - Bern - Biel - Solothurn - Aarau <sup>B)</sup>	6/5	785.–	130.– (Standard)
<b>D</b> Auberge	Meiringen <sup>D)</sup> - Interlaken - Thun - Bern - Biel - Solothurn - Aarwangen - Aarau <sup>B)</sup>	8/7	761.–	
<b>E</b> Aventure-sur-la-paille	Meiringen <sup>D)</sup> - Iseltwald - Längenbühl - Wabern/Bern - Walperswil - Meienried - Stüsslingen - Rietheim <sup>E)</sup>	7/6	573.–	143.– (Standard)
<b>F</b> Camping	Meiringen - Interlaken - Thun/Gwatt - Bern - Sutz - Solothurn - Aarburg - Aarau/Stüsslingen - Zurzach	8/7	440.–	154.–

**Compris :** hébergement, petit-déjeuner, transport des bagages, guide officiel, documentation, helpline. **Nuits supplém. :** E) aventure-sur-la-paille: 35.–, D) Auberge: 45.–, B) Standard: 90.–, A) Top Class: 135.–