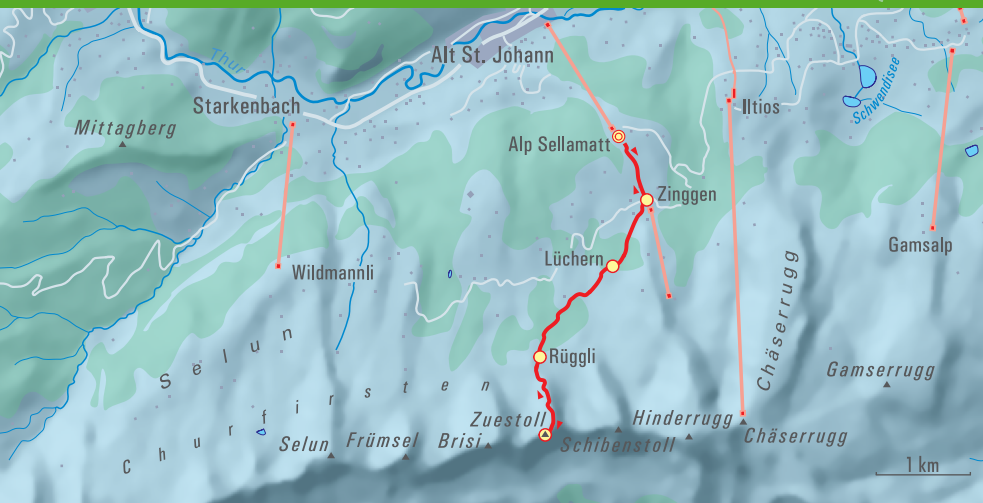


Randonnée alpine dans le Toggenbourg

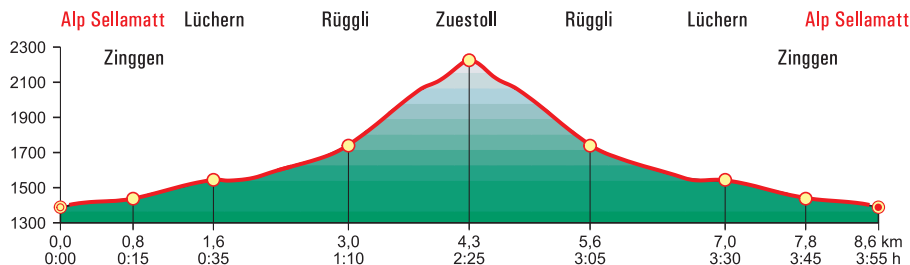


Alp Sellamatt > Alp Sellamatt

	Alp Sellamatt	0 h 00 min	
	Zinggen	0 h 15 min	0:15
	Lüchern	0 h 35 min	0:20
	Rüggli	1 h 10 min	0:35
	Zuestoll	2 h 25 min	1:15
	Rüggli	3 h 05 min	0:40
	Lüchern	3 h 30 min	0:25
	Zinggen	3 h 45 min	0:15
	Alp Sellamatt	3 h 55 min	0:10

Randonnée alpine

	T4
	important
	3 h 55 min
	8,6 km
	905 m
	905 m
	juin - octobre
	237T Walenstadt 3301T Säntis
	Non sujet au vertige





Sur le sommet le plus abrupt des Churfirстен

Sur le versant sud, la paroi rocheuse de la chaîne montagneuse des Churfirsten descend presque à la verticale vers le lac de Walenstadt. À l'inverse, sur le versant nord, les chemins de randonnée de montagne du Toggenbourg mènent vers les sommets à travers des flancs raides. Seul un chemin de randonnée alpine mène jusqu'au Zuestoll. Son ascension est considérée comme une prouesse quand il est question des Churfirsten.

La randonnée démarre à l'hôtel de montagne Alp Sellamatt. Selun, Frümser, Brisi, Zuestoll et Schibenstoll: les sommets majestueux des Churfirsten forment un panorama impressionnant. D'un pas tranquille, le randonneur traverse de plats pâturages en direction de Zinggen. Il oblique ensuite vers la droite et emprunte la route alpine en direction de Lüchern, sur laquelle il est possible de se servir en boissons fraîches et diverses glaces.

Après la ferme Langlitten, le terrain devient plus rocailleux et plus raide. À Rüggl, le sentier se divise en deux. Le randonneur prend ici à droite et suit le chemin de randonnée alpine balisé en blanc-bleu-blanc. Il emprunte ensuite les marches de pierres et gravit le premier passage clé de la

randonnée pour atteindre le dos verdoyant du Zuestoll. Le sentier monte en légers zigzags jusqu'à la crête vertigineuse. Le deuxième passage clé est aisément réalisable grâce à la sécurisation par des câbles en acier. Les derniers mètres de dénivelé sont parcourus sur un tronçon de chemin exposé avec vue sur le Schibenstoll, avant d'atteindre la croix sommitale du Zuestoll. La vue plongeante sur le lac de Walenstadt, qui n'apparaît qu'au tout dernier moment, est spectaculaire, tout comme la vue sur les Alpes glaronnaises et grisonnes. L'itinéraire est le même pour le retour.

Jon Guler, 2022

INFO

On accède à l'hôtel de montagne Alp Sellamatt en empruntant les remontées mécaniques Sellamattbahn (télésiège et télécabine) au départ de «Alt St. Johann, Dorf».

Remontées mécaniques du Toggenbourg,
071 998 68 10, www.sellamatt.ch/bergbahn
Hôtel de montagne Alp Sellamatt, téléphone:
071 999 13 30, www.sellamatt.ch/essen



Vue depuis la dernière arête sur le Schibenstoll (à gauche), juste avant le sommet du Zuestoll. Photo.



La croix sommitale avec vue sur le Brisi et le lac de Walenstadt. Photos: Jon Guler

