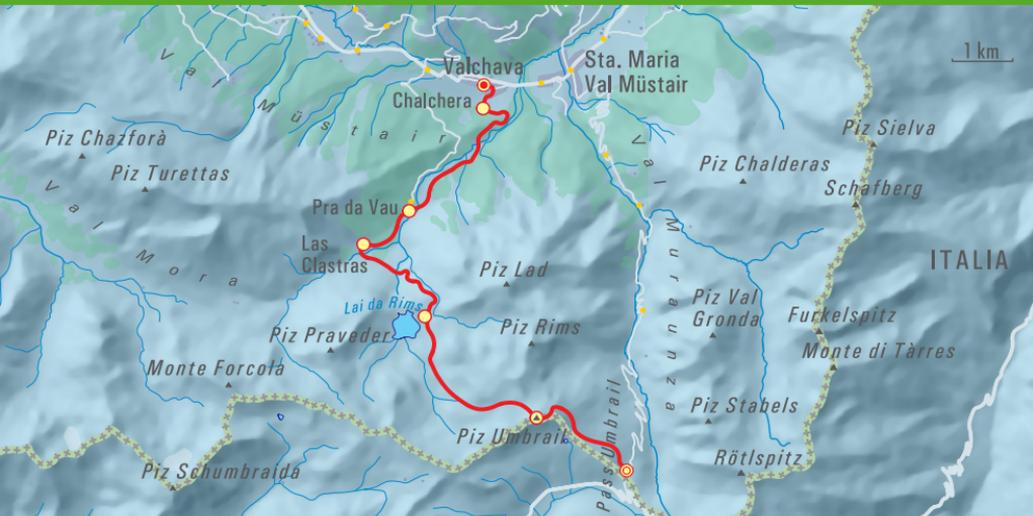


# Piz Umbrail, le 3000 facile

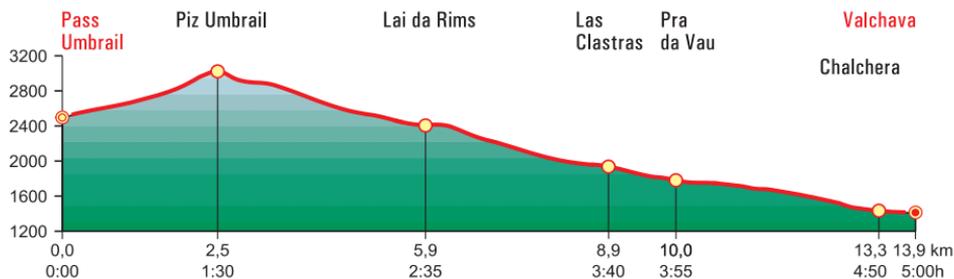


## Pass Umbrail > Valchava

	Pass Umbrail	0 h 00 min	
	Piz Umbrail	1 h 30 min	1:30
	Lai da Rims	2 h 35 min	1:05
	Las Clastras	3 h 40 min	1:05
	Pra da Vau	3 h 55 min	0:15
	Chalchera	4 h 50 min	0:55
	Valchava	5 h 00 min	0:10

## Randonnée de montagne

	T3
	moyen
	5 h 0 min
	13,9 km
	610 m
	1695 m
	juin - octobre
	459T Nationalpark
	Non sujet au vertige





## Quand la Première Guerre grondait à nos portes

Durant la Première Guerre mondiale, l'Italie et l'Autriche-Hongrie se livrent une lutte acharnée dans la montagne. A des altitudes situées entre 2500 et 3900 mètres, leurs ressortissants se battent pour des sommets, des glaciers, des cols et des précipices et luttent surtout pour survivre. La guerre s'est notamment déroulée à la frontière suisse, entre le col du Stelvio, le col de l'Umbrail et le Piz Umbrail. L'association «Stelvio-Umbrail 14/18» permet de se remémorer cette époque et de marcher dans un lieu riche en histoire.

Au col de l'Umbrail, l'itinéraire suit l'ancienne ligne de front située à la frontière italo-suisse vers le Piz Umbrail. Ce sommet de 3033 mètres est d'un accès facile pour les randonneurs, bien que le chemin d'approche compte quelques difficultés: un champ d'éboulis exposé, des passages assurés par des cordes et les derniers mètres vers le sommet. Le long du chemin, panneaux et postes militaires en ruines rappellent la Première Guerre. Derrière soi, le col du Stelvio, le Piz da las Trais Linguas et l'Ortler semblent à portée de main: c'est de ce sommet, à 3900 mètres, que les Autrichiens tiraient au canon sur les Italiens. La descente du Piz Umbrail

vers Valchava est longue, mais le paysage varié compense la dénivellation de 1600 mètres. Voici d'abord le Lai da Rims, d'un bleu profond, peut-être le plus beau lac de montagne des Grisons. Le sentier devient étroit et raide dans le Val Vau puis vers l'Alp Las Clastras. Au passage, on admire la cascade de l'Aua da Rims. Au point 1778, choisir l'itinéraire de droite qui passe par le plateau Plaun da la Multa, où, selon la légende, sévit un homme sans tête. Par Palüetta, on rejoint Valvacha et ses nombreuses belles maisons ornées de sgraffites.

Daniel Fleuti, 2018

### INFO

On accède à «Umbrail, Schweizer Zoll» en car postal à partir de Santa Maria (réservation: 081 858 51 66). De «Valchava, cumün», le bus circule vers Zernez et Mals.

Berghaus Astras, col de l'Umbrail, 079 513 39 16  
Plusieurs restaurants et hôtels à Valchava et à Santa Maria, [www.val-müstair.ch](http://www.val-müstair.ch)  
Association et musée Stelvio-Umbrail 14/18 à Santa Maria, [www.stelvio-umbrail.ch](http://www.stelvio-umbrail.ch)



Descente rocailleuse du Piz Umbrail. Photo: D. Fleuti



Colonne suisse de mulets dans la descente du Piz da las Trais Linguas. Photo: mào

