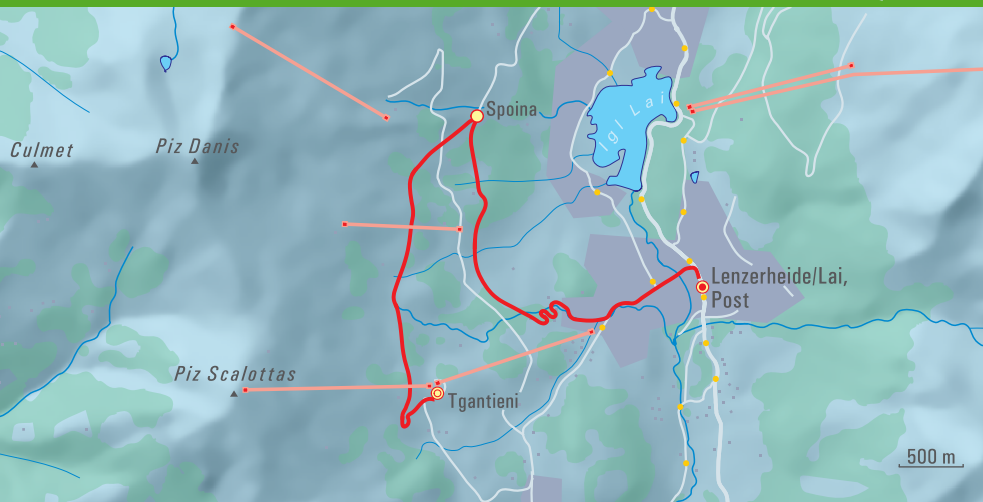


À travers les anciens mayens

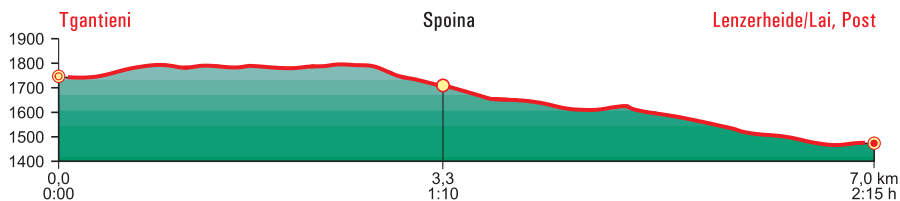


Tgantieni > Lenzerheide/Lai, Post

	Tgantieni	0 h 00 min	
	Spoina	1 h 10 min	1:10
	Lenzerheide/Lai, Post	2 h 15 min	1:05

Randonnée hivernale

	moyen
	2 h 15 min
	7,0 km
	120 m
	400 m
	décembre - mars
	257T Safiental 258T Bergün/Bravuogn
	Convient aux familles





Panorama dans le domaine skiable de Lenzerheide

Joachim Cantieni et Fidel Rischatsch-Bläsi sont considérés comme les «fondateurs» de Lenzerheide. Au XIXe siècle, ils ont construit les premiers hôtels, Kurhaus et Lenzerhorn, réservés d'abord aux curistes puis ouverts aux touristes. Bien que son nom sonne allemand, le village se situe dans la région romanche, niché entre les remarquables sommets du Piz Scalottas, du Rothorn, du Lenzerhorn et du Piz Danis. Au sud, le regard se porte sur la vallée de l'Albula. Cette magnifique vue sur les montagnes et le lac gelé de Heidsee peut être admirée lors de la randonnée panoramique.

Prélude à la randonnée: flâner dans le quartier Penasch seura avec ses chalets idylliques. Il abrite aussi la station inférieure du télésiège, qui permet de se rendre à la station supérieure de Tgantieni, point de départ de la randonnée. Après une légère montée jusqu'à l'hôtel de montagne Tgantieni, la randonnée hivernale se dirige au nord en direction de Valbella avant de traverser un magnifique paysage enneigé. Le chemin de randonnée hivernale traverse parfois les pistes de ski, où l'on aperçoit les descentes vertigineuses. Le chemin est ensuite pratiquement plat le long du flanc du

Piz Danis, jusqu'à Spoina. Les randonneurs peuvent alors se revigorer avec une assiette grisonne ou un rafraîchissement à la jolie auberge de montagne Riegelbau. Ils sont déjà à mi-parcours! Le chemin descend ensuite légèrement et traverse un charmant petit bois, dépasse le télésiège Pedra Grossa, puis se dirige en zigzags vers le centre du village.

Jon Guler, 2020

INFO

On accède à l'arrêt Lenzerheide/Lai, Post en car postal depuis la gare de Coire.

Hôtel de montagne Tgantieni, 081 384 12 86, www.tgantieni.ch

Remontées mécaniques de Lenzerheide, 081 385 50 00, www.arosalenzerheide.com

Auberge de montagne Spoina, 081 384 26 77



Le chemin menant à Spoina descend légèrement.



Un paysage enneigé féérique. Photos: Jon Guler

