



sanasports®

Trek/Rando

Glaris-Grisons - Haute plaine de GREINA - Tessin

7-11 août 2025

Avec Bea et Jean Pfister

Rando partant de Glaris/Elm - (Col du Panix) - Grison (Haute Plaine de Greina) et arrivant au Tessin (Val Blenio)

Le jour d'avant (l'après-midi du 7.8.25)

Trajet Genève/ Lausanne à Elm



Jour 1

Elm - Panixerpass (montée 1550m) - Panix ou Andiast (descente 1200m ou 1400m) ; 22.2km

Passage sur le Col du PANIX à 2407 m d'altitude reliant Elm dans le Sernftal glaronais et Pigniu (all. Panix) dans la vallée grisonne du Rhin antérieur. Ce col permettait aux Glaronais de se rendre, pour le commerce du bétail et des marchandises, à Ilanz, au Valslerberg, dans le Rheinwald. Début octobre 1799 l'armée du Général russe Souworow y subit de lourdes pertes à cause du froid.

Jour 2

Panix ou Andiast - Brigels -Trun - Rabius/Surrein
885m montée et 1260m ou 1060m descente; 24.5 km

Jour 3

Rabius - Val Sumvitg - Camona da Terri (cabane CAS)
Montée 1470m; descente 287m; 16km

Jour 4

Camona da Terri - Carpet la Greina - Passo della Greina - Campo Blenio
Montée 427m; descente 1390m; 17.5 km

La haute plaine de la GREINA est une région de toundra alpine exceptionnelle. On la traverse avant de passer le col de la Greina pour accéder au val Blenio. A l'époque romaine, c'était déjà un lieu de passage important pour traverser les Alpes. Comme on ne peut y accéder qu'à pied, cette région est aujourd'hui encore un paysage naturel intact.

—> Et retour par les transports publics à Lausanne/ Genève



**Intéressé.e par ce magnifique trek ?
Annonce-toi au secrétariat ou
auprès de Jean Pfister**

Informations

+41 79 695 03 03 - info@sanasports.ch