



Votre partenaire
mobilité

Contenu exclusif

9 lieux insolites à découvrir dans le Chablais valaisan

MARC VOLTENAUER | BENJAMIN AMIGUET
AVEC LES TRANSPORTS PUBLICS DU CHABLAIS

- 1 _____ Le col de Cou
- 2 _____ La fonderie de cloches artisanales
- 3 _____ Le monastère des Bernardines
- 4 _____ Le Lac Vert
- 5 _____ L'Ecole suisse de vitrail et création
- 6 _____ Les gorges de la Vièze
- 7 _____ Le Quartier culturel de Malévoz
- 8 _____ Le vallon de They
- 9 _____ Le lac de Soi

1 Le col de Cou

Aux confins de la vallée

Lieu de passage, le col de Cou (1 920 mètres d'altitude) est un lieu chargé d'histoire. Par temps de brouillard, il se couvre d'un mystère encore plus épais. Avec son allure de refuge de montagne, l'ancienne douane, en fonction de 1927 à 1995, est le seul témoin de ce riche passé.

De tout temps, le col fut utilisé pour transiter entre la vallée d'Il-liez et la vallée de la Manche qui descend vers Morzine. À la fin du Moyen-Âge, une chapelle, dédiée à Saint-Pierre-et-Paul, et censée protéger les voyageurs, y fut même bâtie. Ses ruines, détruites en 1476, servirent à la construction d'une chapelle à Samoëns : la chapelle du Bérrouze (qui se visite encore aujourd'hui). À la fin du XIXe siècle, c'est l'or qui devint le nouvel objet de dévotion dans les vallées. Un gisement d'or se trouve en effet non loin du col de Cou. Durant plusieurs années, de téméraires et ambitieux orpailleurs y cherchèrent la pépite qui leur assurerait la fortune. Les difficultés d'extraction et la mort accidentelle de l'un d'eux sonnèrent le glas de la ruée. Eldorado alpin, le lac artificiel des Mines d'or, en contrebas du col de Cou (côté français), est aujourd'hui un but d'excursion où l'on peut se dorner la pilule pendant ou après une randonnée.

Mais c'est sans doute la contrebande qui en fit un lieu renommé, voire de mauvaise réputation, de l'Entre-deux-guerres jusque dans les années soixante. Elle laissa une marque encore bien vive dans les esprits. Beurre, sucre, cigarettes, alcool, armes et même de l'or franchirent le col en toute illégalité durant cette période, et ce, malgré leur présence, au nez et à la barbe des douaniers. L'ancienne douane sera bientôt transformée en cabane de montagne et devrait ouvrir ses portes en 2024 et ainsi héberger les randonneurs qui effectuent le GR 5.

Une randonnée vers le col de Cou permet d'imaginer ce retentissant passé et de marcher symboliquement dans les pas de ces émérites voyageurs qui sillonnèrent les sentiers de ce fond de vallée. Cette randonnée vaut son pesant... d'or, même dans la brume.



Adresse Col de Cou 1874 Champéry | **Transports en commun** De la gare CFF d'Aigle, prendre le train AOMC jusqu'à Champéry | **À savoir** Emprunter le téléphérique depuis Champéry offre la possibilité de faire une boucle (12,5 km, 4 heures, moyen) de Planachaux jusqu'au col de Cou, puis, descente sur le plateau de Barne en passant par le col de Bretolet (haut-lieu du baguage d'oiseaux d'août à octobre) et l'arête de Berroi. Retour possible en bus navette depuis Barne. Informations auprès de l'office du tourisme www.regiondentsdumidi.ch.

2 La fonderie de cloches artisanales

Le mystère des champérolaines

La fonderie de cloches traditionnelles en bronze fut créée à Champéry en 1870 par Isaac Perrin. Après quelques générations, la fonderie ferma ses portes en 1962. Vingt ans plus tard, Jean-Denis Perrin et son fils Hugues se lancent le défi de retrouver les moules des fameuses cloches champérolaines qui avaient disparu. Après deux années de recherche, ils retrouvent leur trace à Ollon et les rachètent. À l'idée que cet artisanat ancestral se meure, Jean-Denis décide de remettre en route l'activité. Son fils l'aide dans sa tâche et tous deux se forment sur le tas. « Au début, 6 cloches sur 5 étaient ratées », confie en rigolant Hugues. Ils demandent alors conseil à d'autres passionnés. Peu à peu, la fonderie de Champéry regagne ses lettres de noblesse. En 2007, Hugues, ambulancier de métier, choisit de succéder à son père et de perpétuer ce savoir-faire unique.

Dans son atelier, il explique « Ici, on fabrique les cloches comme en 1870. Tout est fait à la main » et d'ajouter : « Cet artisanat d'art requiert de la minutie et de la persévérance. J'aime l'idée que chaque cloche est unique. » Dans un châssis en bois en deux parties, il entasse du sable de Paris (sable de fonderie), un mélange d'argile et de silice, autour d'un moule. Le sable permet une parfaite prise d'empreinte qui résistera ensuite aux hautes températures lors de la coulée du bronze en fusion. Pour sublimer et personnaliser ses cloches, Hugues possède de nombreuses tiges avec notamment des motifs d'edelweiss, de vaches, d'étoiles, de gentianes qu'il applique directement sur le sable. Le sable sec, il est de temps de passer à la fonte. Dans un fourneau fabriqué maison, Hugues fait fondre le métal. Lorsqu'il atteint une température de 1200°, il le coule dans le moule. Quand le métal a refroidi, il défait le châssis et enlève le sable. Apparaît alors une sublime cloche en bronze. Aujourd'hui, Hugues Perrin est un des rares fondeurs de cloches traditionnelles en Suisse, le seul en Valais. On trouve ses cloches un peu partout dans le monde tant elles sont renommées.



Adresse Route des Dents du Midi 3, 1874 Champéry, tél. +41 (0) 79 435 92 39
www.fonderiechampéry.wixsite.com/perrin | **Transports en commun** De la gare CFF d'Aigle, train AOMC jusqu'à Champéry, poursuivre à pied | **Horaires d'ouverture**
 Visites et démonstrations sur rendez-vous. Réservation à l'office du tourisme (www.regiondumidi.ch) ou directement auprès de la fonderie | **À savoir** Dans un tout autre registre, dans le village de Morgins, non loin de Champéry, un carillon composé de 23 cloches (auxquelles il faut ajouter les deux du clocher) a été édifié en 2000 pour la paix dans le monde. Le « carillon de la paix » est une œuvre de l'artiste genevois André Bucher.

3 Le monastère des Bernardines

Une vocation d'accueil et d'ouverture

Sœur Marie Paule et sœur Gilberte évoquent la mission qui les anime : « Nous cherchons Dieu dans la prière, la simplicité, le silence, le travail et l'accueil des personnes qui viennent à nous. » Disciples de saint Benoît, les Bernardines sont enracinées dans la famille cistercienne, une branche réformée des bénédictins dont l'origine remonte à la fondation de l'abbaye de Cîteaux en 1098.

Le monastère fut fondé sur les ruines d'un ancien château, la résidence des Seigneurs d'Arbignon, une puissante famille du Chablais au service des comtes de Savoie. Un des aspects essentiels de la tradition monastique est l'accueil. Alliant convivialité et simplicité, les lieux sont chaleureux, propices à la prière et à au discernement. L'activité des Bernardines est centrée autour de la vie en communauté. Le silence en est cependant une composante essentielle : « Le fait de ne pas parler tout le temps, donne de la valeur aux paroles que nous échangeons », dit sœur Marie-Paule. Bien que tournée vers l'intérieur, leur activité est aussi dirigée vers l'extérieur et les autres. L'un ne va pas sans l'autre. On les appelle les « boulangères du Bon Dieu ». « Ici, nous faisons des hosties depuis 1647 ». Ainsi, sans discontinuer depuis la fondation de la communauté, elles confectionnent ces galettes de pain sans levain destinées à la célébration de l'Eucharistie.

Depuis 1964, elles vont à la rencontre des personnes qui n'ont pas accès à la lecture en raison d'un handicap. L'Étoile Sonore produit des livres audio mis gratuitement à leur disposition. La sonothèque est spécialisée dans les livres à thèmes religieux, bibliques, théologiques et spirituels, mais offre également un vaste choix de romans. Grâce aux lecteurs bénévoles, la collection de près de 3000 ouvrages se voit enrichie chaque année de 250 nouveaux titres. Et sœur Gilberte de conclure : « Les hôtes ne manquent jamais au monastère. Ils y seront accueillis comme le Christ ».

Adresse Chemin du Monastère 6, 1868 Collombey-Muraz, tél. +41 (0) 24 475 73 50, www.monasterecollombey.ch, www.etoilesonore.ch | **Transports en commun** De la gare CFF d'Aigle, train AOMC jusqu'à Collombey-Muraz, poursuivre à pied | **À savoir** Champéry compte de nombreux oratoires (petites chapelles) dont l'intérêt n'est pas que religieux mais aussi artistique et patrimonial. Deux itinéraires (un long de 22 km et une variante moyenne de 13 km) permettent de découvrir ces édifices. Information auprès de l'office du tourisme www.regiondentsdumidi.ch.



4 Le Lac Vert

Randonnée gourmande

Au départ de la gare de Val-d'Illiez, quelque 30 minutes suffisent pour arriver en bus aux Crosets. La montée offre une vue plongeante sur la vallée et est un observatoire de choix pour admirer le massif des Dents du Midi. L'arrivée au bas des télésièges donne un accès direct à la Pointe des Mossettes à 2240 mètres d'altitude. Le sommet atteint, l'horizon s'ouvre sur la France et la vallée de Morzine.

La descente vers le Lac Vert, miroitant 300 mètres plus bas, peut alors débuter. En chemin, on observera les campanules, aconits et autres marguerites qui parsèment et égayent les prairies. Au col des « Portes de l'hiver », la vue sur les Dents-Blanches et les Dents du Midi est fantastique. À tel point qu'on en oublierait presque le but de la balade ! Heureusement, moins de 20 minutes sont nécessaires pour gagner le refuge de Chésery qui surplombe le lac Vert. Peu profond, le lac doit sa couleur aux algues et autres matières organiques qui garnissent son fond, mais aussi au vert des pâturages qui se reflètent dans ses eaux. Situé à 1972 mètres, il octroie, malgré son altitude, un environnement et des conditions de reproduction idéales à deux espèces de batraciens : le crapaud commun et la grenouille rousse. À proximité du refuge, un panneau informe que des permis de pêche journaliers y sont proposés à la vente. En effet, le lac est régulièrement empoissonné de truites arc-en-ciel pour le plaisir des pêcheurs. Un rapide détour par le lac de Chésery (10 minutes) permet de s'isoler pour profiter de la quiétude du lieu.

Transformée en gîte, l'ancienne étable de Chésery accueille les randonneurs le temps de savourer quelques spécialités typiques de nos montagnes, dont la fameuse « salée du Val-d'Illiez » : une délicieuse tarte sucrée, véritable bombe énergétique ! Il en faudra de l'énergie pour remonter le sentier pentu longeant le lac et attaquer, une fois le col franchi, la descente sur les Crosets par la route gravillonnée. Il est aussi possible de regagner le télésiège des Mossettes pour un retour plus tranquille...



Adresse Départ du télésiège des Mossettes, 1873 Les Crosets, www.lacvert.ch |
Transports en commun De la gare CFF d'Aigle, train AOMC jusqu'à Val-d'Illiez, puis bus TPC 81 jusqu'à Les Crosets, télécabine, poursuivre en télésiège jusqu'au sommet des Mossettes, puis prendre le sentier jusqu'au lac Vert (35 min), retour jusqu'aux Crosets (1h30, 10 km, facile) | **Horaires d'ouverture** Télésiège des Mossettes ouvert de fin juin à fin août de 9 h à 16 h 45 | **À savoir** Pour une pause lors de la descente vers les Crosets, la buvette de Chaupalin est incontournable.

5 L'École Suisse de vitrail et création

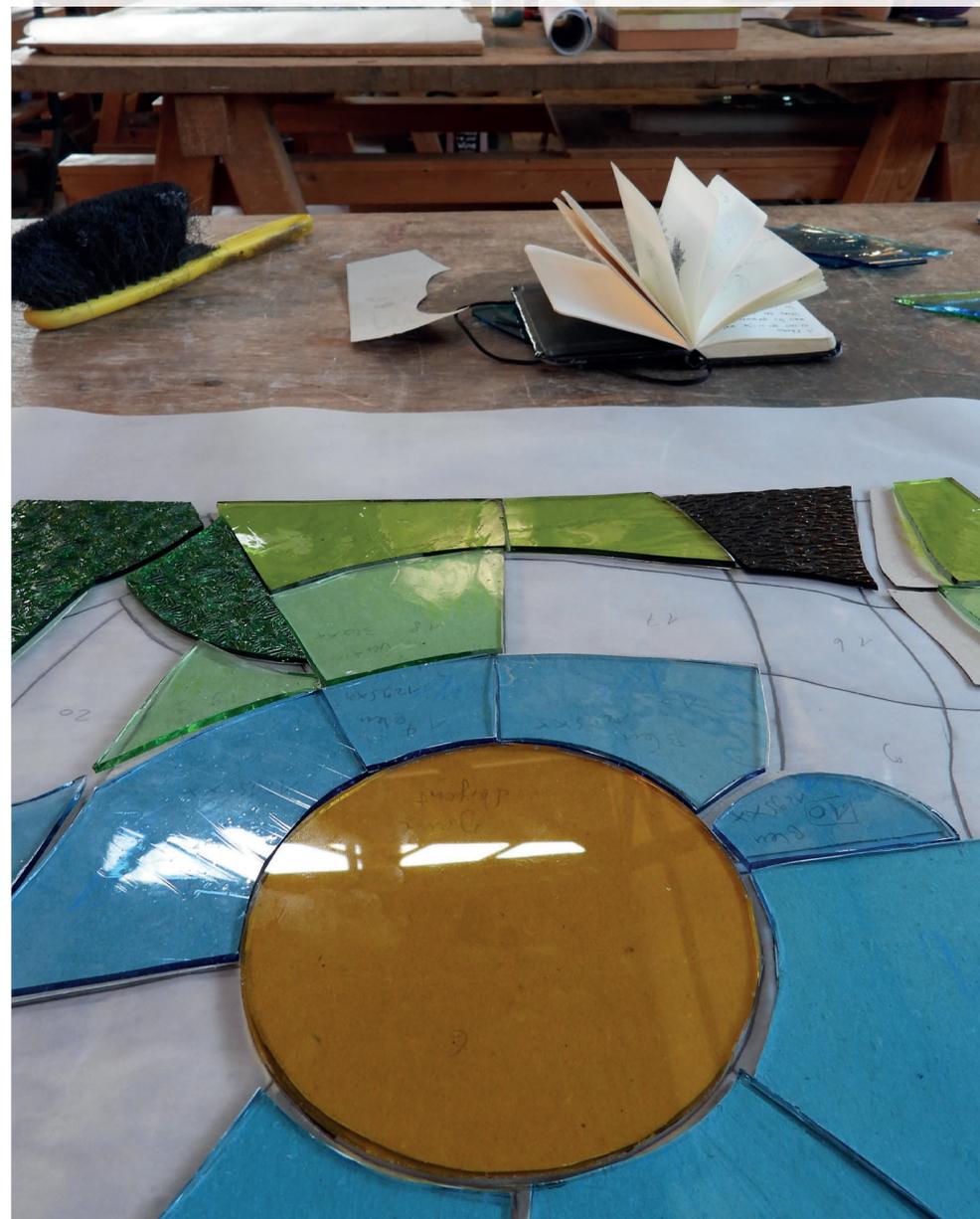
Merveilleux effets de lumière

Pierre Louy (1937-2003) qui a étudié à l'École nationale supérieure des métiers d'art de Paris où il se spécialise dans le vitrail, fonde l'école à Sion en 1984. Sous l'impulsion de son actuel directeur, Guy Cristina, elle déménage à Monthey. Installé au cœur de la ville dans un entrepôt industriel des années 30, l'atelier occupe une surface de deux cents mètres carrés. De nombreux établis y accueillent des étudiants verriers-créateurs qui accomplissent une formation complète de trois ans, des stagiaires qui cherchent à acquérir ou parfaire leurs compétences ou encore tout un chacun qui désire s'initier à l'art du vitrail. Cette école est l'unique en Suisse. L'atmosphère lumineuse qui règne dans ce lieu est propice à la création.

À la croisée de l'art et de l'artisanat, le vitrail fascine tant par sa simplicité — une composition formée de pièces de verre blanc ou de couleur, parfois peintes, et assemblées par des baguettes de plomb — que par la richesse de ses motifs. Le vitrail ne dévoile sa réelle dimension qu'en relation avec l'endroit dans lequel il se trouve et selon la manière dont la lumière traverse le verre et projette ses reflets colorés. L'art du verrier-créateur est d'observer les effets de la lumière dans l'espace. Une fois installé, le vitrail est humblement au service du lieu et le transfigure.

Dans les églises, le but du vitrail est de transformer la lumière physique en lumière divine au moment où elle pénètre dans le lieu saint, symbolisant ainsi la présence de Dieu. Lorsque la lumière passe au travers du verre, quelque chose se produit qui nous touche au plus profond de notre âme. L'art du vitrail ne se limite pas seulement à l'art sacré et à sa restauration. On le retrouve également dans des créations modernes et contemporaines. Guy Cristina évoque le « merveilleux et le beau » que provoque la lumière irisée. « Il suffit de voir les enfants s'amuser à regarder au travers de verres colorés pour comprendre la fascination que suscite le vitrail », dit-il.

Adresse Rue de Venise 13, 1870 Monthey, tél. +41 (0) 24 472 93 30, www.ecolevitrail.com | **Transports en commun** Depuis la gare CFF d'Aigle, prendre le train AOMC jusqu'à Monthey-Ville, poursuivre à pied | **Horaires d'ouverture** Du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30. Visites sur rendez-vous | **À savoir** L'école propose une large palette de formations en vitrail et en arts visuels, pour adultes et enfants, de l'initiation au cursus complet. Vous avez une idée de projet, lancez-vous!



6 Les gorges de la Vièze

La nature aux portes de la ville

Depuis son inauguration en 2021, la nouvelle passerelle reliant Troistorrents à Chenarlier est le point de départ idéal pour découvrir les gorges de la Vièze. Avec ses 185 mètres de longueur et ses 75 mètres de hauteur, elle domine le confluent des deux Vièzes : la Vièze, qui naît aux confins du Val-d'Illiez et son principal affluent la Vièze de Morgins, appelée également la Tine, qui elle prend sa source au fond du vallon de They. Une fois la passerelle franchie, l'itinéraire longe la route jusqu'au lieu-dit Massillon. Le sentier s'enfonce alors dans une hêtraie dont la fraîcheur est bienvenue. À mi-parcours, un joli point de vue donne un aperçu de la profondeur des gorges et du travail d'érosion millénaire de la Vièze. Mais c'est la passerelle des gorges de la Vièze, en aval, qui est le temps fort de la descente vers Monthey. Érigée en 2016, elle s'insère avec majesté dans la végétation. Loge de luxe pour profiter de la vue et se laisser bercer par le doux chant de la rivière quatre-vingt-dix mètres plus bas.

Jusqu'aux abords de Monthey, la Vièze n'a subi que très peu d'aménagements et conserve un aspect sauvage, proche de son état naturel. Les ruines du barrage, le tunnel de transit et la galerie couverte sont les derniers témoins de l'activité des anciennes usines hydroélectriques datant de la fin du XIXe siècle. L'aspénium, les fougères et le lierre, qui les recouvrent aujourd'hui, transcendent le lieu et concluent, dans un dernier éclat de nature, cette balade.

En rejoignant le centre-ville, on observera encore la colline de Château-Vieux sur laquelle on devine les vestiges d'un château (mentionné pour la première fois en 1239), le Pont Couvert, édifié en 1809, et le bassin (à côté du pont, à l'angle de l'avenue du Simplon et de la route de Choëx) surmonté d'une sculpture en pierre de Val-d'Illiez de l'artiste montheysan Jean Casanova (1887-1968). Illustrant le pouvoir destructeur de la rivière, *la Vièze déchainée* rappelle à l'Homme les vertus de l'humilité face à la force de l'eau.



Adresse Gorges de la Vièze, 1870 Monthey, tél. +41 24 475 79 63, www.montheytourisme.ch | **Transports en commun** Depuis la gare CFF d'Aigle, prendre le train AOMC jusqu'à Troistorrents, poursuivre à pied par la route du Village jusqu'au parking de la Tine, derrière l'église. L'accès à la passerelle se fait par le sentier pédestre. À Chenarlier, poursuivre par la route jusqu'à Massillon puis par le sentier des gorges de la Vièze jusqu'à Monthey (4,5 km, 2 heures, facile) | **À savoir** Au cœur des gorges de la Tine, l'ancien site industriel des Vieux Moulins de la Tine est un lieu magnifique qui vous fera remonter dans le temps.



7 Le quartier culturel de Malévoz

Un lieu culturel vivant et ouvert à tous

Au cœur du parc de l'hôpital psychiatrique de Malévoz, le quartier culturel est un lieu de rencontre vivant qui offre un espace créatif ouvert aussi bien aux patients qu'au public. L'histoire de Malévoz débute en 1901 avec la création d'une maison de santé. Soixante lits étaient répartis dans trois pavillons. L'hôpital s'agrandit jusque dans les années 70 sous l'impulsion du fondateur, le docteur Paul Repond, et de son successeur, son fils André. Il comptera jusqu'à 550 patients. Dès les années 70, Malévoz voit sa capacité diminuer peu à peu pour passer en 20 ans à 120 lits. De lieu de vie et de soins, l'hôpital devient un lieu de passage pour personnes en situation de crise avec des durées d'hospitalisation de plus en plus courtes. Avec moins de patients, le site se vide et certaines maisons sont délaissées. « Ces bâtiments fantômes diffusaient un sentiment d'abandon chez les patients », explique Gabriel Bender, sociologue et directeur du quartier culturel. L'hôpital est devenu iatrogène, à savoir que le lieu lui-même « rend malade ». Il est admis que ce qui favorise la santé est dû en grande partie à l'environnement. C'est sous son impulsion et celle du directeur, Eric Bonvin, que naît le projet de cité culturelle en 2010 : « L'objectif est de rétablir le lien entre les patients et la vie, de reconnecter le lieu avec la ville de Monthey et ses habitants ».

L'association Malévoz, Art, Culture et Patrimoine fait désormais revivre plusieurs espaces dans ce magnifique parc qui invite à la flânerie avec ses châtaigniers centenaires. Le Torrent accueille des artistes en résidence qui proposent des activités pour les patients, le personnel ou le grand public. Le Raccot est devenu un théâtre. Le Laurier, l'ancienne laverie, une galerie d'art où sont exposées les créations faites par les artistes du lieu. Puis l'association a décidé d'utiliser les serres pour en faire un Jardin culturel. Les produits du potager et des cultures sont transformés en sirops, thés, sauce tomate, conserves, qu'on peut déguster ou acheter à la buvette.



Adresse Route de Morgins 10, 1870 Monthey, tél. +41 (0) 79 960 32 59, www.malevozculturel.ch | **Transports en commun** De la gare CFF d'Aigle, train AOMC jusqu'à Monthey-ville, puis prendre le bus MobiChablais 114 jusqu'à l'arrêt Monthey, Malévoz | **À savoir** En face de l'entrée du site de Malévoz se trouve le parc de la Torma, l'ancien cimetière de Monthey, devenu un espace à ciel ouvert dédié à l'art contemporain (www.montheytourisme.ch).

8__ Le vallon de They

Nature sauvage pour tous les goûts

Arrivé à Morgins, il suffit de descendre du bus pour rejoindre en quelques minutes à l'entrée du vallon de They. S'ouvre alors aux randonneurs une palette de sentiers didactiques pour profiter d'une nature bien préservée aux beautés infinies.

Le long de la Vièze de Morgins, le sentier forestier (2,9 km / 45 minutes) qui suit le chemin des Ponts (aménagé avec plus de trente ponts au-dessus de la rivière), présente la plupart des nonantes essences que l'on trouve dans le vallon. Le sentier des planètes (9,5 km/2h30), qui suit la route goudronnée sur environ 4 kilomètres, permet quant lui de parcourir symboliquement le système solaire, du Soleil à Pluton, en respectant les distances astronomiques, mais rapportées à l'échelle humaine. Ouf! Avec le passionnant sentier des abeilles (9,8 km/2h40) et ses vingt-deux panneaux informatifs, on apprend à peu près tout sur ces inestimables ouvrières. Ce parcours se termine à la station de reproduction de la Tovassière (interdit au public) où sont élevées des reines de la variété d'abeilles Buckfast.

Plus exigeant, le sentier «les couleurs de l'eau» (16,6 km/5h25) avec ses neuf arrêts explique de manière ludique la complexe relation entre les différents types de roches de la région et l'eau. Points forts de cette randonnée, les arrêts aux lieux-dits Eau Rouge et des Fontaines Blanches. Le premier arrêt, où le fond du ruisseau est recouvert de fer, ce qui donne l'illusion que l'eau a une teinte rouge (alors qu'elle est bien transparente), permet de remonter le temps à l'époque où ces sources ferrugineuses faisaient la renommée de Morgins-les-Bains. Le deuxième arrêt où une résurgence, dont les eaux proviennent de la fonte des neiges et des eaux de ruissellement, s'écoule en une belle et tumultueuse cascade dans un paysage karstique reconnaissable à la présence de dolines et de lapiaz. En chemin, à They, on observera encore les aménagements de plusieurs étangs, lieux de reproduction pour différentes espèces de batraciens.



Adresse Route de Chésery, 1875 Morgins, www.regiondentsdumidi.ch | **Transports en commun** De la gare CFF d'Aigle, train AOMC jusqu'à Collombey-Muraz, transfert à pied à Collombey, centre puis bus TPC 61 jusqu'à Morgins-Poste | **À savoir** Pour se désaltérer après ces belles balades, ne manquez pas de faire un tour à la 7 Peaks Brasserie (route de Bas-Vièze 83, à Morgins) pour déguster des bières, baptisées du nom des 7 principaux sommets des Dents du Midi, et brasées à Morgins.

9 Le lac de Soi

L'effort en vaut la peine

Malgré sa popularité grandissante auprès des randonneurs depuis quelques années, le lac de Soi conserve tout son magnétisme. Est-ce dû au calme de ses eaux bleues laiteuses ? À sa situation au pied des mythiques Dents du Midi ? Aux œuvres de Land Art qui parsèment ses abords et ajoutent à la magie naturelle du lieu ? Il y a sans doute un peu de tout ça. Le sentiment de plénitude qui récompense l'effort à l'arrivée de l'intense et exigeante montée n'y est peut-être pas étranger non plus.

Au départ de Val-d'Illiez, il faut en effet compter près de quatre heures de marche pour atteindre le lac, situé à 2246 mètres d'altitude. Avec un dénivelé positif de plus de 1200 mètre, cette randonnée n'est pas une promenade de santé et s'adresse plutôt aux bons marcheurs. Pour motiver les plus indécis, les points d'intérêts jalonnant le sentier sont nombreux. Citons la cascade de Frassenaye où l'on peut se reposer sur un banc, idéalement placé, avant d'attaquer la montée, la vue plongeante sur la vallée durant l'ascension à flanc de coteau ou encore le Signal de Soi d'où, avec un peu de chance, on verra décoller des parapentistes. La vision des premiers cairns marquant solennellement l'entrée sur le site dope la foulée et lance les festivités pour les photographes. Débutées en 1989, les œuvres en pierre sèches des frères Pierre-Marie et Marcel Cherix, deux Val-d'Illiens passionnés, subliment le lieu. Créations ingénieuses et poétiques, elles s'intègrent parfaitement au paysage comme le veut cette tendance de l'art contemporain et ajoutent une touche mystique à cet écrin de nature. D'ici, l'angle duquel on peut observer le massif des Dents du Midi peut sembler un peu déroutant. On se rappellera que les principaux sommets, d'est en ouest, sont la Cime de l'est, la Forteresse, la Cathédrale, l'Éperon, la Dent Jaune, les Doigts et la Haute Cime (point culminant à 3258 m). Il est amusant de constater que, comme pour les sept nains, lorsqu'on nomme les sommets des Dents du Midi, il en manque toujours un, mais pas deux fois de suite le même !



Adresse Lac de Soi, 1873 Val-d'Illiez | **Transports en commun** De la gare CFF d'Aigle, train AOMC jusqu'à La Cour (arrêt sur demande), poursuivre à pied jusqu'à la cascade de Frassenaye (de l'autre côté de la vallée, sur la route des Rives), lieu où débute l'ascension jusqu'au lac de Soi (14 km, 8 heures au départ de La Cour, difficile) | **À savoir** Au mois d'août, septembre et octobre, des chiens de berger et des moutons sont dans le secteur de Soi. Chiens interdits (même en laisse). Information auprès de l'office du tourisme, www.regiondentsdumidi.ch.