

Et après ?

Dès la fin de la marche, le lundi de Pâques dans l'après-midi, les participant-e-s pourront poursuivre sur la Via Jacobi dans la foulée s'ils le souhaitent.

Ils/elles auront acquis une expérience qui leur permettra de préparer leur propre pèlerinage de manière autonome et d'envisager d'autres marches seul/e ou en groupe à l'avenir.

Le prix

Le prix de CHF 595.- par personne comprend l'hébergement et les repas du jeudi soir au lundi matin ainsi que l'organisation et l'accompagnement.

Il ne comprend pas les boissons, les dépenses personnelles, l'assurance accidents (de la responsabilité des participant-e-s), le trajet jusqu'à Rüti et depuis Brunnen, de même que les éventuels transports imprévus durant la course.

Pour s'inscrire

L'inscription se fait exclusivement au moyen du bulletin ci-après et du versement d'un acompte de CHF 100.- sur le compte IBAN CH71 8046 0000 0516 9899 0. Les inscriptions sont prises dans l'ordre d'arrivée de l'acompte et du bulletin d'inscription entièrement complété, dans la limite des places disponibles. Une fois l'inscription confirmée par l'accompagnatrice, le solde, soit CHF 495.-, doit être versé jusqu'au 31 mars 2019.

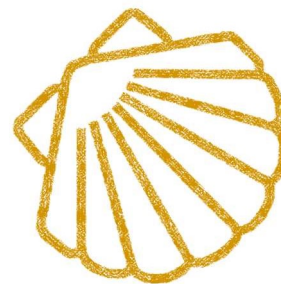
En cas de non-confirmation de l'inscription, voire d'annulation de la marche par l'accompagnatrice, tous les montants versés sont restitués. En cas de désistement du/de la participant/e jusqu'au 31 mars, l'acompte de CHF 100.- n'est pas remboursé.

Dès le 1^{er} avril, le montant total de CHF 595.- est dû.

Renseignements et inscriptions :

Béatrice Béguin - Mormont 1 – 1315 La Sarraz - 079/385.77.17

info@cheminer.org – www.cheminer.org



Pâques 2019

Cinq jours sur le chemin suisse de Compostelle en passant par Einsiedeln et Schwyz



Vivez une expérience unique durant un week-end prolongé !

Cinq jours de marche pour

- décrocher du quotidien et se ressourcer
- marcher en toute sécurité, à un rythme adapté, en profitant intensément de la nature
- séjourner dans de hauts lieux culturels
- conjuguer effort physique et détente intérieure
- s'initier en groupe au chemin de Compostelle et y explorer le retour à l'essentiel, la simplicité et le partage.

Programme (sous réserve de modifications)

Jeudi 18 avril 2019 : Rüti – Rapperswil

Rendez-vous en fin de matinée à la gare de Rüti.
10 km, 2h30 de marche, dénivelé + 200 / - 200 m

Vendredi Saint 19 avril : Rapperswil - Einsiedeln

17 km, 5h de marche, dénivelé +800 / - 300 m

Samedi 20 avril : Einsiedeln - Brunni

12 km, 3h de marche, dénivelé +300 / - 100 m

Dimanche de Pâques 21 avril : Brunni - Schwyz

9 km, 3h de marche, dénivelé +300 / -1000 m

Lundi de Pâques 22 avril : Schwyz – Brunnen

6 km, 1h30 de marche, dénivelé + 100 / - 200 m
Arrivée prévue en début d'après-midi à la gare de Brunnen.

La Via Jacobi

Le chemin de St-Jacques de Compostelle prend en Suisse le nom de Via Jacobi. Il part de Constance et traverse le pays jusqu'à Genève. Long de 450 km, il est d'une grande richesse naturelle et spirituelle. Ses magnifiques paysages en font un itinéraire de premier choix et son tracé, qui emprunte souvent des voies historiques, permet de découvrir la géographie et la culture suisse avec un œil neuf.

La marche

La course permettra de parcourir cinq étapes remarquables de la Via Jacobi au sein d'un petit groupe de 6 à 12 personnes.

Cette marche est conçue pour des personnes motivées mais pas nécessairement entraînées, surtout au sortir de l'hiver. Des étapes adaptées, alternant avec la visite de hauts lieux culturels, permettent d'adopter un rythme agréable et de porter son sac.

Le ressourcement intérieur

A la différence de la randonnée, la marche sur un chemin de pèlerinage, où que ce soit dans le monde, comporte une dimension spirituelle. En Europe, le chemin de St-Jacques est marqué par le catholicisme, mais nous l'aborderons avec une spiritualité ouverte, indépendante de toute confession, avec pour objectif de se connecter à soi-même, aux autres et à la nature. Pour permettre à chacun/e de se ressourcer, la marche sera ponctuée de brèves méditations, d'exercices de respiration, de temps de partage et de moments pour soi, ainsi que de pauses culturelles, d'histoires et de légendes.

L'hébergement et les repas

Dans la tradition du pèlerinage et afin que le coût reste accessible, l'hébergement et les repas sont simples. Les nuitées sont ainsi prévues dans des chambres à plusieurs lits (gîte pour les pèlerins, auberges et dans le cloître d'Einsiedeln). Quant aux repas, un pique-nique sera généralement pris en route à midi et le repas du soir est prévu à proximité de l'hébergement, parfois préparé en commun, parfois pris au restaurant.

L'accompagnement

Il sera assuré par Béatrice Béguin, accompagnatrice sur les chemins européens de St-Jacques, pèlerine et méditante expérimentée, gestionnaire culturelle.

La préparation

Des indications détaillées seront données avec la confirmation d'inscription. Elles comporteront notamment une liste du matériel nécessaire pour cette marche.

Pour les personnes qui n'ont jamais randonnée plusieurs jours, il sera possible de participer à une soirée de préparation en mars. Vous recevrez davantage d'informations avec la confirmation d'inscription.