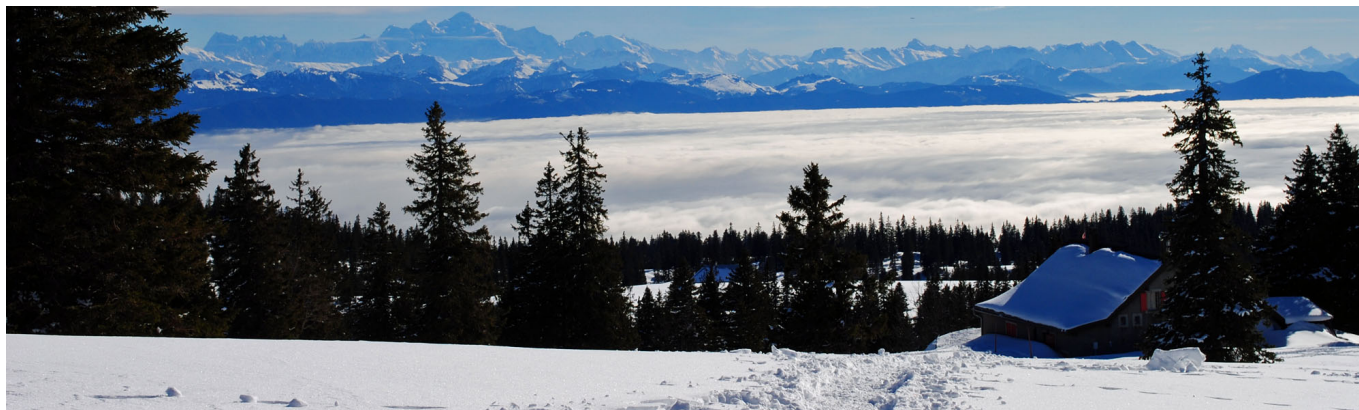


Week-end Trappeur à raquette dans le Jura



PRESENTATION

Nuit en refuge sur les crêtes du Jura

Randonnée itinérante accompagnée

Week End randonnée en raquettes de 2 jours et 1 nuit dans le Jura

Dominant le lac Léman, les Monts Jura émergent de la forêt d'épicéa et forment un balcon remarquable face à la chaîne des Alpes. Aux sensations de la **balade en raquettes** succède le plaisir de passer la **nuit dans un refuge isolé !**

Le refuge est perché sur les flancs du Mont Tendre (1680 m) et offre un « point de vue » à 180° sur les Alpes, depuis l'Eiger jusqu'aux Ecrins. Après la « boîte chaude » (spécialité jurassienne à base de fromage), et une bonne nuit de repos, il sera temps de faire l'ascension du sommet du **massif du Jura Suisse.**

Un week-end "nature" pour découvrir des paysages et des reliefs parfaitement adaptés à la **pratique de la raquette !**

PROGRAMME

Jour 01 : Samedi

Accueil à la gare du Brassus à 09h30.

Répartition des participants dans les voitures puis 15 mn de route pour rejoindre le départ de la randonnée.

A travers les "près-bois", paysages remarquables du Jura, héritage des premiers habitants, nous cheminons jusqu'au Refuge du Cunay (1 h 30). Après l'installation et le repas au refuge, de crêts en combe, traversant les « creux d'enfer », nous découvrons le Pré de St Livre et sa curiosité géologique : la glacière (3 h).

De retour au refuge, la boîte chaude nous attend.

(dénivelée + : 300 m / dénivelée - : 120 m)

Jour 02 : Dimanche

Randonnée en raquettes sur les crêtes du du Mont Tendre (1679 m). Parcours se déroulant dans le Parc Naturel Vaudois (Suisse).

Point de vue exceptionnelle sur l'ensemble de la chaîne des Alpes et le bassin lémanique.

Balade aux milieux des épicéas, à la recherche des traces et indices de la présence de la faune locale (Chamois, Chevreuils, Lièvres, Grands Tétrás, Gelinottes des bois, Lynx...).

Repas froid au refuge, et retour par un itinéraire différent au point de départ.

(horaire : 6 h / dénivelée + : 400 m / dénivelée - : 300 m)

Fin du séjour vers 17h00.

Ce programme est indicatif, il peut être modifié par votre accompagnateur pour s'adapter aux conditions météorologiques et nivologiques

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le Samedi à 09h30, à la gare du Brassus.

Le Vendredi à 20h44 ou 21h44 en gare de La Cure (Suisse - accès en avion ou en train) : transfert + nuit + petit déjeuner (hotel**) + transfert à la gare dimanche soir = supplément de 80 €/personne (minimum 2 personnes / 120 € pour une personne seule).

Accès voiture : Venant d'une grande moitié nord de la France : L'autoroute A39 jusqu'à Poligny (sortie 7), puis la N5 en direction de Champagnole, St Laurent en Grandvaux, Morez et les Rousses. En arrivant aux Rousses, prendre à gauche pour rentrer dans le centre du village et passer devant la poste. Un peu plus loin tourner à gauche en direction de Bois d'Amont. La route longe le val de l'Orbe. Traverser le village de Bois d'Amont (4 km) et passer la frontière, encore 4 km et vous êtes au Brassus.

Venant du sud-est de la France : prendre l'autoroute A40 puis A404 jusqu'à Oyonnax. Au bout de l'autoroute, poursuivre sur la D31 jusqu'à Dortan, puis sur la D436, traverser St Claude et continuer en direction de Geneve. 3 km après le village de Septmoncel quitter la D436 pour emprunter sur la gauche la D25 qui passe à Lamoura et rejoint Les Rousses. Juste avant d'arriver aux Rousses (500 m après avoir rejoint la route de Geneve), tourner à droite en direction de Bois d'Amont. La route longe le val de l'Orbe. Traverser le village de Bois d'Amont (4km) et passer la frontière, encore 4 km et vous êtes au Brassus.

La gare du Brassus est indiquée sur la gauche après le rond point.

Accès train :

Arrivée le samedi matin : Gare du Brassus

Arrivée le vendredi soir : Gare de la Cure

Horaires et tarifs sur le site des trains Suisses www.cff.ch

Accès avion : aéroport de Genève-Cointrin + train pour la Cure.

Genève aéroport 20h20 - Nyon 20h43

Nyon 20h52 - La Cure 21h44

Horaires et tarifs sur le site des trains Suisses www.cff.ch

DISPERSION

Retour voiture : Le Dimanche à 17h00 au col du Marchairuz (Suisse)

Retour train ou avion : le Dimanche vers 17h15 à la gare du Brassus et 17h30 à la gare de La Cure (Suisse)

La Cure 16h44 - Nyon 17h38

Nyon 17h44 - Genève 18h00

Genève 18h29 - Paris Gare De Lyon 21h42

Horaires et tarifs sur le site des trains Suisses www.cff.ch

Hébergements avant ou après la randonnée :

- Gîte le GRAND TETRAS tel. 03 84 60 51 13
- Gîte le CHALET des TUFFES tel. 03 84 60 02 95
- Hôtel** ARBEZ tel. 03 84 60 02 20

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. Les euros sont acceptés à peu près partout en Suisse. Une assurance assistance-rapatriement est indispensable car les secours sont facturés très chers en Suisse.

NIVEAU

Pour marcheurs contemplatifs.

Randonneur niveau 2 sur une échelle de 5.

Itinéraire vallonné avec des dénivelées de 500 m de moyenne en montée et/ou descente. Randonnée itinérante.

Dénivelée moyenne : 500 m

Horaire moyen : 3 h Maximum : 5 h

HEBERGEMENT

Une nuit en refuge non gardé. Il y a de fortes chances que nous soyons les seuls occupants du refuge. Nous ferons du feu dès notre arrivée, cela suffit à réchauffer la salle et le dortoir.

Dans le refuge des couvertures sont disponibles, vous devez apporter un drap-sac et une taie d'oreiller. Si vous êtes frileux il existe des drap-sacs en laine polaire.

Les sanitaires sont réduits à leur plus simple expression en hiver (à cause du gel), donc il est juste possible de se laver les dents dans l'évier de la cuisine, ou de se rouler dans la neige ! Les WC sont rustiques !

Le soir nous préparons ensemble la "boîte chaude" (fromage du Mont d'Or au four), qui est une spécialité locale (prévenez-nous si vous n'aimez pas le fromage !).

Le petit déjeuner est constitué de biscuits, chocolat, fruits et boisson chaude. Les pique-niques sont copieux et accompagnés d'une boisson chaude. Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

Régime alimentaire :

Nous faisons le maximum pour nous adapter à votre régime ou à vos allergies.

Le refuge n'étant pas gardé c'est le guide qui fait les courses et prépare les repas. Il est arrivé à plusieurs reprises que les personnes ayant signalé une allergie au gluten ou au fromage « craquent » devant la « boîte chaude » et décident de manger les pommes de terre et le fromage ! Vous imaginez le dépit du guide qui a fait les courses et cuisiné un plat spécial !

Bien sûr si vous êtes réellement allergique à un aliment et que sa consommation vous rend malade, dites-le nous et nous ferons le nécessaire, par contre s'il s'agit d'un régime de confort nous vous invitons à faire une parenthèse pendant ce WE pour profiter des bons produits régionaux et ne pas vous retrouver frustré de ne pas y goûter !

TRANSFERTS INTERNES

Le déplacement entre le lieu de rendez-vous et le départ de la randonnée s'effectue avec les voitures des participants (15 km). Votre voiture restera ensuite sur un parking au col du Marchairuz (1400 m). Prévoir des chaînes en cas de neige.

PORTAGE DES BAGAGES

Votre sac à dos contient vos affaires personnelles + les provisions pour les repas que vous remettra l'accompagnateur sur place. Pour votre confort nous vous conseillons de prendre un sac à dos de 40 ou 45 l minimum, et de ne pas trop vous charger, son poids ne doit pas dépasser 4 kg.

GROUPE

Les groupes sont constitués de 6 à 12 personnes.

Dédoublément : En raison d'une forte demande, il peut arriver que le séjour soit dédoublé. Dans ce cas il se peut que le deuxième groupe soit présent dans le refuge en même temps que vous.

ENCADREMENT

Yohann, Gauthier ou François, Accompagnateurs en Montagne du Pays, spécialistes de la randonnée hivernale.

MATERIEL FOURNI

Pour ces randonnées en raquettes il vous sera fourni une paire de raquettes "Inook Expert" très performantes. Leur système de fixation s'adapte à tous les types de chaussures (si vous avez un doute appelez-nous). Pour compléter l'équipement nous vous proposons des bâtons de ski.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

Les principes :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une veste en fourrure polaire chaude.
- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les

fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur à raquettes, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire. Eviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chauds et encombrants.

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- o 1 chapeau de soleil ou casquette.
- o 1 foulard.
- o 1 bonnet.
- o 1 paire de moufles avec éventuellement des gants en soie et une paire de gants supplémentaire.
- o T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- o 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- o 1 veste en fourrure polaire.
- o 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- o 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- o 1 pantalon de trekking ample.
- o 1 surpantalon imperméable et respirant type gore-tex (si votre budget vous le permet)
- o 1 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape).
- o Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules.
- o 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps. Proscrire absolument les bottes et après-skis.
- o 1 paire de guêtres.
- o Des sous-vêtements.
- o 1 maillot de bain (facultatif).
- o 1 pantalon confortable pour le soir.
- o 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.

Equipement

- o 1 sac à dos de 40 à 50 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale et permettant d'accrocher les raquettes.
- o Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- o 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale.
- o 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum).
- o 1 couteau de poche type Opinel.
- o 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- o Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits

de voyages).

- o 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- o Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- o Papier toilette + 1 briquet.
- o Crème solaire + écran labial.
- o 1 frontale ou lampe de poche.
- o **Un drap sac et une taie d'oreiller**
- o Appareil-photo, jumelles (facultatif).

Pharmacie personnelle

- o Vos médicaments habituels.
- o Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- o Pastilles contre le mal de gorge.
- o Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- o Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- o Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- o 1 pince à épiler.

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Samedi et Dimanche	Prix par personne
18 et 19 janvier 2025	185 €
25 et 26 janvier 2025	185 €
01 et 02 février 2025	185 €
08 et 09 février 2025	185 €
15 et 16 février 2025	185 €
22 et 23 février 2025	185 €
01 et 02 mars 2025	185 €
08 et 10 mars 2025	185 €
15 et 16 mars 2025	185 €
22 et 23 mars 2025	185 €
29 et 30 mars 2025	185 €

option arrivée la veille : transfert depuis la gare de La Cure (Suisse - accès avion) ou du Brassus (Suisse - accès train) le vendredi + nuit + petit déjeuner (hotel**) + transfert à la gare dimanche soir = supplément de 80 €/personne (minimum 2 personnes / 120 € pour une personne seule).

LE PRIX COMPREND

- les frais d'organisation et l'encadrement
- la nourriture et l'hébergement en pension complète
- le prêt des raquettes et des bâtons
- le vin pour la boîte chaude (mais n'hésitez pas à apporter une spécialité de votre terroir)

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons et dépenses personnelles
- le moyen de transport jusqu'au lieu de rendez vous
- l'équipement individuel
- l'option arrivée la veille
- les assurances annulation - assistance - rapatriement, interruption de séjour
- tout ce qui n'est pas mentionné dans le prix comprend

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

CLIMAT – ENNEIGEMENT

Nous sommes avant tout des randonneurs et si la neige vient à manquer nous assurons tout de même le départ de nos séjours.

L'ambiance et la luminosité hivernale seront au rendez-vous même si il faut porter les raquettes sur le sac pour rejoindre la neige. Depuis que nous organisons cette traversée du Jura (9 ans) nous avons rarement eu besoin de porter les raquettes. L'itinéraire se déroule entre 1000 et 1700 m d'altitude et le Jura étant situé au nord des Alpes, la latitude compense l'altitude.

INFORMATION SUR LA REGION

Situé au sud de la région de Franche-comté, l'itinéraire offre des vues intéressante sur 360°, mais on préférera s'attarder sur les Alpes que l'on découvre à l'Est et au Sud, depuis l'Eiger, jusqu'aux Ecrins. On voit parfois le Mont Pila au sud ouest !

L'itinéraire suit la crête sommitale du massif du Jura..

Coté Jura (N-Ouest) il s'agit d'un succession de plateau qui monte progressivement depuis la Bresse (plaine de la Saône). Ils sont recouverts de forêt et parsemés de lacs autour des quels l'homme à défriché pour y installer des villages et y faire de l'élevage laitier.

Coté Léman (S-Est), le Jura plonge plus ou moins brutalement sur la vallée du Rhône, occupée à cet endroit par un vaste lac !

Sur les crêtes le relief est vallonné et une végétation résiste sous forme de Bonzai !

CARTOGRAPHIE

Les cartes couvrant le secteur que nous allons traverser sont : Suisse 1/25000 "Vallée de Joux" et France IGN Top 25 n° 3327 ET (+ la carte 3426 OT si vous ne trouvez pas la carte Suisse).

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : Tel :0 892 35 35 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>

CFF : trains suisses <http://www.sbb.ch/fr/>

Co-voiturage : www.covoiturage.fr www.123envoiure.com www.allostop.net

Parc Naturel du Haut Jura : www.parc-haut-jura.fr

