

# Vosges et Alsace, raquettes et randonnée au Pays du Lac Blanc



## *PRESENTATION*

Randonnée et raquettes dans les Hautes Vosges en hôtel 3 étoiles avec SPA et SAUNA  
6 jours / 5 nuits / 4 jours de randonnée / 1/2 journée à Kaysersberg

Ce séjour raquettes dans les Vosges, au pays du Lac Blanc vous permettra de découvrir les crêtes des Vosges et les Hautes chaumes sous la neige. Les sorties sont organisées au départ des cols des Hautes Vosges. Votre hébergement se situe dans la vallée de Kaysersberg, dans le village du Bonhomme ou d'Orbey. Vous êtes au pays des randonnées à raquettes dans les Vosges et les lacs d'altitudes. La station du Lac Blanc, et le col du Calvaire constituent un endroit privilégié pour ce séjour.

Le soir, à l'hébergement, vous passez en mode « détente »

- Hôtel \*\*\* tout confort
- Piscine chauffée
- Sauna
- Espace de remise en forme
- SPA de détente

Le fil rouge de ce séjour :

- La gastronomie traditionnelle des Vosges et de l'Alsace
- La convivialité et le partage
- L'histoire et la culture des Vosges

# PROGRAMME

## Jour 1 : Accueil dans les Vosges

Si vous venez en train, le rendez-vous est à 17h à Colmar, à la gare SNCF, avec notre accompagnateur pour un transfert (en minibus privatisé, sur réservation à l'inscription) jusqu'à votre hébergement.

Si vous venez en voiture, le rendez-vous est à 18h directement à l'hébergement.

Installation pour 5 nuits dans votre hébergement avec :  
Piscine chauffée Sauna et SPA pour se détendre en fin de journée.

Présentation du séjour, détente à l'espace bien être... Vous êtes maintenant prêts à passer un beau séjour dans les Vosges !

## Jour 02 : L'Auberge de la Graine Johé

Transfert (5km) au col du Bonhomme (949m).

Première mise en jambe avec cette belle boucle qui part du col du Bonhomme à pied jusqu'au col des Bagenelles à 900 m d'altitude. A proximité du col des Bagenelles, la ferme-Auberge de la Graine Johé, nichée dans la pente orientée sud-est, surplombant le Val d'Argent vous attend pour un premier repas en auberge d'altitude. Retour par la variante du GR531.

Étape : 12,5km - 5h30 à 6h de marche. M = D : 550m

## Jour 03 : le Grand Brézouard

Transfert (4,5km) au col des Bagenelles (903m).

Une randonnée sauvage au point culminant de l'Alsace centrale ! Depuis le col des Bagenelles (903m) en passant par le Haïcot (1070m), le sommet du Grand Brézouard (1229m) sera l'objectif de cette belle boucle avec des points de vues à 360°. Le Panier repas , pris à la cabane du petit Brézouard, sera préparé par votre hôtelier, maître restaurateur !

Étape de 9km - 4h de marche. M = D : 430m

## Jour 04 : Au dessus des lacs Blanc et Noir, le Gazon du Faing

Transfert (4,5km) à la station du col du Calvaire (1 144 m).

Au départ du col du Calvaire (1 144 m), parcours panoramique au Gazon du Faing (1302m) par les Hautes chaumes et les balcons des lacs Blanc et Noir

Déjeuner chaud à l'Auberge du Gazon du Faing située en contrebas de la Crête à une altitude de 1225m.

Par période de grand vent un programme alternatif pourra être proposé.

Étape de 10km - 5 h de marche. M = D : 400m

## **Jour 05 : La tête des Faux**

Transfert (4,5km) à la station du col du Calvaire (1 144 m).

Un beau casse croute dans le sac, avec une soupe chaude préparé par votre hôte, et vous voici au départ de la Chaume Jean Claude. De là, le parcours monte à la Tête des Faux - 1219 m. Passage à la tourbière de l'Etang du Devin (926 m) et redescend à votre hébergement à pied, OU retour au col du calvaire, suivant les conditions et le groupe.

Étape de 11km - 4h30 à 5h30 de marche. M = D : 460m

## **Jour 06 : Kaysersberg**

Transfert au village de Kaysersberg (14km), sur le chemin du retour.

Matinée dans le superbe village médiéval de Kaysersberg situé sur la Route des Vins. Montée château impérial posé sur une colline à 290 mètres d'altitude en empruntant l'escalier aux 100 marches qui mène en haut du donjon. Vue splendide sur le vignoble environnant ainsi que sur la ville située juste en contre-bas. Visite de la ville, avec ses nombreuses maisons à colombages et son beau centre historique, Kaysersberg possède un charme fou.

Repas à l'auberge traditionnelle, une winstub, dans le village de Kaysersberg « plus beau village de France ».

Fin du séjour à Kaysersberg vers 14h30, et transfert à COLMAR avec une arrivée à la gare SNCF de COLMAR vers 15h30 (en minibus privatisé, sur réservation à l'inscription)

Étape de 2 h 00 de marche. M = D : 290m

## **Enneigement**

La raquette à neige nécessite, entre autres, que le manteau neigeux soit assez épais pour pratiquer cette activité dans de bonnes conditions. Votre accompagnateur vous emmènera sur les secteurs les mieux enneigés mais en fonction de l'enneigement il faudra composer avec des itinéraires en partie pédestres c'est à dire sans vos raquettes. Une chose est sûre, vos guides connaissent les moindres recoins du secteur et sauront user de toute leur expérience pour vous faire vivre une très belle semaine, en montagne, au grand air.

## COMPLEMENT DE PROGRAMME

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité d'une année à l'autre. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme.

Note concernant les transferts : Selon l'enneigement, et l'emplacement de votre hébergement, les déplacements peuvent être légèrement modifiés sans excéder 12km environ. (voir le paragraphe transfert interne)

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

### 1 - Accueil en Gare SNCF de Colmar

- Le jour 01, en gare SNCF de Colmar à 17h si vous venez en train (transfert sur réservation à l'inscription)
- Départ de notre navette vers 17h (8 personnes maximum)

### 2 - Accueil à l'hébergement

- Le jour 01 à 18h, directement à votre hébergement, si vous venez en voiture.

Merci de préciser votre mode d'accès à l'inscription.

## DISPERSION

- Le jour 06 vers 14h, après le déjeuner à Kaysersberg pour une arrivée vers 15h à la gare SNCF de COLMAR, après le transfert en navette privée.

## FORMALITES

Carte nationale d'identité.

## NIVEAU

Les randonnées ne présentent **pas de difficulté technique particulière** et ne constituent pas une performance sportive. Elles s'adressent au randonneur ayant une condition physique normale et étant capable de faire 10 à 15km de randonnée sur la journée.

Aucune expérience raquette n'est nécessaire.

Les conditions de neige évoluent en permanence : dure ou molle, profonde ou stable, rapide ou collante, elle est plus ou moins facile à skier. Ce paramètre imprévisible fait partie prenante de votre séjour et peut modifier votre aisance.

L'importance des chutes de neige variant d'une année sur l'autre, en début et fin de saison, nous vous

conseillons d'emporter vos chaussures de randonnée classiques si votre équipement "raquettes" ne vous permet pas les deux activités. En cas d'enneigement insuffisant, les étapes peuvent être modifiées ou faites à pied. L'ambiance et la luminosité hivernale seront au rendez-vous même si il faut porter les raquettes sur le sac pour rejoindre la neige.

Le dénivelé maximum à la montée ne dépassera pas 350 m par jour.

Vous marcherez en moyenne de 4 à 5 heures par jour (en fonction de l'enneigement). Voir le programme jour par jour.

Les randonnées s'effectuent "en étoile" à partir d'un même hébergement.

Vous randonnez avec un petit sac à dos pour la journée (vêtements de protection, pique nique de midi, gourde, appareil photo, ... ).

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif. Ils ont été calculés pour un rythme de 250 mètres de dénivelé à l'heure en montée, 500 mètres à l'heure en descente et 3,5 km à l'heure sur le plat (sans tenir compte des pauses plus ou moins importantes : pique-nique, contemplation, photos... ), afin de pouvoir comparer les différentes randonnées avec la même base. Ces temps varient selon le niveau moyen du groupe.

Il est bien sûr évident qu'en raquettes, l'horaire de marche n'est qu'une indication. De bons marcheurs par neige dure trouveront les horaires surévalués, les petits marcheurs par neige fraîche trouveront les horaires nettement sous-évalués

## HEBERGEMENT

- Hôtel\*\*\* de charme et classé « Logis et maître restaurateur », situé dans un village Vosgien, en chambre double, avec douche et WC. Vous pourrez profiter librement de la piscine couverte et chauffée, de l'espace forme, du sauna et du SPA.

Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre de 2 personnes sauf si vous demandez le supplément chambre individuelle.

## RESTAURATION

Formule en pension complète.

Déjeuner du J2 et J4 en ferme auberge d'altitude.

Déjeuner du J3 et J5: pique-nique avec soupe chaude sous forme de panier repas à emporter.

Déjeuner du J6 en en auberge traditionnelle au village de Kaysersberg.

Vous dégusterez des spécialités alsaciennes, arrosées, si le cœur vous en dit, des fameux vins d'Alsace.

## **TRANSFERTS INTERNES**

- Transferts en minibus privé (jusqu'à 8 personnes) :

Il s'agit des transferts entre votre hébergement et le point de départ de la randonnée. Ces déplacements sont organisés avec notre minibus.

- Transferts en minibus privé (au-delà de 8 personnes) :

Il s'agit des transferts entre votre hébergement et le point de départ de la randonnée. Ces déplacements sont organisés avec notre minibus et vos véhicules personnels au-delà de 8 personnes. Les distances sont très courtes (inférieures à 10km).

Pour vous remercier d'avoir utilisé votre véhicule pendant ce séjour, en transportant d'autres randonneurs, nous allons vous offrir un cadeau représentatif de votre engagement dans cette démarche de covoiturage. Ce cadeau, à ramener chez vous, et à faire découvrir ensuite à vos amis sera une démarche qui nous correspond pleinement dans le plaisir que nous avons à vous faire découvrir notre région en faisant travailler des artisans locaux.

Note concernant les transferts : Selon l'enneigement, et l'emplacement de votre hébergement, les déplacements peuvent être légèrement modifiés sans excéder 12km environ.

## **GROUPE**

Les groupes sont constitués d'environ 6 à 15 participants + l'Accompagnateur.

## **ENCADREMENT**

Un Accompagnateur en Montagne qualifié connaissant bien la région et ayant l'expérience de la vie de groupe et de la technique de la raquette, assure l'encadrement et le commentaire des régions traversées.

Il saura vous faire découvrir tous les secrets de la montagne enneigée.

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

Équipement individuel : pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer 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. Eviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chauds et encombrants.

- un sac à dos à armatures souples et muni d'une ceinture ventrale : 30 à 40 litres minimum (affaires de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull ou fourrure polaire, veste duvet ou un très bon anorak...). Prévoyez de pouvoir fixer vos raquettes sur le dessus ou les côtés (si nécessaire), donc pensez à vous procurer des lanières de fixation ;
- un grand sac plastique pour protéger le contenu du sac à dos ;
- bagages : un sac de voyage souple (un seul sac par personne) qui ferme bien et facile à transporter ;
- chaussures chaudes, imperméables et tenant bien aux pieds (chaussures de montagne ou chaussures de marche type "trekking" en cuir ou cuir et Goretex - éviter bottes ou après-ski, peu pratiques pour marcher) ;
- des guêtres ou "stop tout" ; chaussettes coton et (ou) laine. Les chaussettes "type bouclette" vous éviteront souvent l'échauffement prématuré des pieds ;
- une tenue de rechange confortable et une paire de chaussures légères pour l'étape ;
- sous-vêtements chauds (collant + maillot) type "Carline" ou "Capilène" (sèchent très vite) ;
- une chemise chaude ou sweat type Carline chaude ;
- une veste en fourrure polaire (légère, elle sèche vite et conserve un fort pouvoir calorifique) ;
- un anorak ou une veste de montagne ou une veste coupe-vent avec un capuchon ;
- un pantalon de montagne ou de ski chaud et souple (knickers ou fuseau) ; un surpantalon en nylon ou Goretex ;
- un bandeau ou un bon bonnet couvrant largement les oreilles ;
- deux paires de gants ou moufles couvrant les poignets ;
- une paire de lunettes de soleil ; une paire de lunettes de ski (masque) ;
- crème protectrice pour la peau et les lèvres ; un foulard (pour se protéger le cou) ;
- maillot de bain et sandales plastiques ; papier hygiénique ;
- petite pharmacie personnelle (une pharmacie collective est prévue pour le groupe) : antalgique : aspirine, Doliprane ; vitamine C ; élastoplaste, pansements adhésifs, double peau (Compeed) ; boules Quiès ; plus vos médicaments personnels... ;
- pour les pique-niques : un bol plastique (bol hermétique type Tupperware) ou assiette ; des

- couverts ; deux gobelets (un pour la soupe, l'autre pour le café...) ; un couteau pliant (type opinel) ; une gourde et/ ou une thermos (un litre minimum) ;
- une lampe de poche légère (de préférence frontale) ; des sachets plastiques pour classer et ranger vos affaires ;
  - une pochette plastique étanche avec : la Carte Nationale d'Identité ou le Passeport (valide) ; le dépliant de votre assurance reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance) ou votre assurance personnelle ;
  - argent : dépenses personnelles (boissons en cours de rando, visites...) ;

Facultatif :

- un équipement photo ;
- une paire de jumelles ;
- une couverture de survie (modèle renforcé).

## MATERIEL FOURNI

- Pour cette randonnée, nous avons le plaisir de vous équiper avec des raquettes à neige (sur simple demande avant le séjour).
- Notre gamme de raquettes à neiges correspond à chaque besoin et à chaque profil d'utilisateur.
- Les raquettes à neige, généralement de la marque TSL, sont conçues spécialement pour les régions montagneuses, à climat tempéré. Leurs points forts ? Une excellente accroche, une forte technicité et une précision optimale.

Vous profiterez ainsi de tout le plaisir d'une randonnée en raquette à neige !

# DATES ET PRIX

## DATES ET PRIX

Budget par personne sur la base d'une chambre double ou twin à partir de 845€ par personne.

Dates des séjours	Prix par personne	Tarif option chambre individuelle
12/01/2025-17/01/2025	845,00	225
19/01/2025-24/01/2025	845,00	225
26/01/2025-31/01/2025	865,00	255
02/02/2025-07/02/2025	865,00	255
09/02/2025-14/02/2025	895,00	295
16/02/2025-21/02/2025	895,00	295
23/02/2025-28/02/2025	895,00	295
02/03/2025-07/03/2025	845,00	225

## Options

- Supplément chambre individuelle : à partir de 225€ par personne selon la date du départ et sous réserve de disponibilité
- Nuit supplémentaires avant ou après le séjour : sous réserve de disponibilité, nous consulter.
- Raquettes + bâtons : sur demande, en fonction des disponibilités, nous mettons à disposition des raquettes et des bâtons gratuitement. A réserver à l'inscription !
- **Transfert « Aller/retour » gare SNCF de Colmar > hébergement : inclus, (uniquement sur réservation à l'inscription)**

## LE PRIX COMPREND

- L'hébergement et pension complète du repas du soir du jour 01 au repas de midi du jour 06
- **2 paniers repas à emporter avec thermos de soupe chaude individuel**
- **2 déjeuners en Auberge d'altitude**
- **1 déjeuner au restaurant à Kaysersberg**
- l'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé
- les transferts internes pour l'accès aux randonnées (limité à 8 places par minibus)
- l'accès au SPA, au sauna et à la piscine chauffée de l'hôtel
- les frais d'organisation.
- Le prêt de matériel raquettes et bâtons (sur simple demande)
- le transfert du Jour 01 depuis la gare SNCF de Colmar (inclus uniquement sur réservation)

- Le transfert du Jour 06 pour la gare SNCF de Colmar

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les taxes de séjour à régler sur place à l'hébergement (environ 1,10€/jour et par personne)
- Les boissons
- Toutes les dépenses d'ordre personnel
- L'assurance voyage
- Les déplacements supplémentaires liés à une modification du programme pour raisons météorologiques
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".

# POUR EN SAVOIR PLUS

## DESCRIPTION

Les **Vosges** constituent le massif le plus bas des grands massifs français (Alpes, Pyrénées, Massifs Central, Jura, Vosges), avec une altitude maximale de 1 424 mètres au **Grand Ballon** et une étendue s'étirant sur seulement 70 km de large pour 120 km de long.

Sa latitude élevée en fait pourtant le massif le plus froid à altitude égale, avec une limite pluie-neige bien plus basse que celle des Alpes ou des Pyrénées par exemple. Sur la zone de crêtes, lieu où s'épanouissent les chaumes d'altitudes, où le vent d'ouest balaye les maigres arbrisseaux, le climat est similaire à celui de l'Ecosse. Les Hautes-Vosges, ce secteur de la zone centrale aux altitudes dépassant les 800-1000 mètres, est une zone de climat rude, froid ou frais toute l'année, humide, avec une couverture neigeuse qui peut être très importante et durer jusqu'aux feux de l'été. Le contraste avec les vallées vosgiennes est saisissant, il est en est de même de façon encore plus importante avec la plaine d'Alsace.

La zone forestière, d'essence très majoritairement résineuse, change vers 1000 mètres, devient plus clairsemée, se compose de feuillus, de hêtres, davantage aptes à résister aux caprices de la nature par leur capacité à épouser le milieu. C'est ainsi qu'on retrouve des arbres petits et tordus par le vent et le froid sur les chaumes du Ballon d'Alsace, du Rainkopf, du Gazon du Faing, et des autres sommets.

La flore locale doit s'adapter à des conditions météorologiques difficiles : vents forts, froid, neige, exposition au soleil. Au sortir de l'été, elle est composée de chaume (d'où le nom), d'arbustes bas (myrtilles, airelles, bruyères). La chaume est le lieu d'existence d'essences végétales et animales rares encore bien préservées, activement protégées à la fois par la sensibilisation et par les zones naturelles sur les sommets ou non : Tourbière de la Charme, Massif du Ballon de Servance, Massif de Ventron, Tourbière de Machey, Langenfeldkopf, Hohneck - Jardin d'Altitude, Frankental - Missheimle, Tanet - Gazon du Gaing, Forêt des Deux Lacs). Les actions entreprises dans le cadre du Parc Naturel Régional des Ballons des Vosges complètent ce dispositif.

Cette chaume d'altitude était autrefois le lieu de pâturage des vaches vosgiennes, élevées par les marcaires, tradition perdue qui tend à renaître à nouveau. Les chaumes les plus remarquables sont celles du Ballon de Servance (une montagne quelque peu oubliée qui abrite une faune et une flore exceptionnelles et qui est l'exemple le plus pur de la montagne vosgienne arrondie avec sa chaume à son sommet), le Ballon d'Alsace, le Drumont, le Grand Ventron, la Haute Crête allant du Gazon du Faing au Grand Ballon. Des pratiques agricoles extensives permettent le maintien des chaumes dans un bon état de conservation. On pourrait hâtivement les apparenter aux prairies d'altitudes d'autres massifs mais la chaume vosgiennes reste unique en son genre.

# La raquette à neige

## Quelques explications sur cette activité

La raquette à neige est le moyen idéal pour découvrir la montagne. Facile et peu coûteuse, cette activité offre la possibilité de faire une petite balade en forêt, dans la poudreuse, ou partir à l'ascension de sommets prestigieux.

## D'où vient la raquette à neige ?

L'origine de la raquette à neige remonte probablement aux premiers peuples primitifs venant d'Asie Centrale qui les utilisèrent pour venir vers le continent Nord Américain.

## La raquette à neige aujourd'hui

De l'objet nécessaire aux déplacements, la raquette à neige est devenue un objet de loisirs. Elle est désormais une pratique à part entière, complémentaire des autres sports de glisse (ski alpin ou de randonnée).

## Comment s'habiller ?

Quand vous êtes en montagne, il est essentiel de prévoir 3 couches pour le haut du corps, chaque couche ayant sa fonction propre. Le but final est de vous garder au sec, de vous assurer une température suffisante et d'évacuer l'humidité (la transpiration produite pendant l'effort). C'est un élément important à prendre en compte pour une sortie en montagne avec des raquettes.

- La 1° couche : évacuer la transpiration et rester au sec.

C'est la couche qui est en contact avec la peau. Elle a pour but de transférer la transpiration depuis la peau vers l'extérieur (ou les autres couches). Eh oui, en montagne, vous faites des efforts, il faut donc évacuer cette transpiration vers l'extérieur. Sinon, dès que l'effort s'arrête, la transpiration emmagasinée au niveau de cette première couche refroidit et vous avez froid.

- La 2° couche : la chaleur

C'est la couche isolante avec un objectif « chaleur » (souvent une bonne polaire). Cette couche, doit évidemment avoir également une fonction de transfert de la transpiration vers l'extérieur (ou vers la 3° couche).

- La 3° couche : protéger contre les éléments extérieurs.

C'est la couche de protection contre la pluie, la neige, le vent, etc ... (veste « hardshell ») équipée d'un

capuche.

Cette couche a une fonction d'imperméabilité, de respirabilité bien sûr et d'effet coupe-vent.

Au cours de votre trip montagne, vous allez donc pouvoir ajouter ou enlever des couches en fonction des éléments extérieurs (soleil, pluie, froid ...) et du degré de votre effort (on enlève les couches pendant l'effort) : un système donc très polyvalent. Le bonnet : très apprécié au départ le matin pour les oreilles et dans les cols en cas de grand vent.

### **Et puis...**

- Lunettes : de préférence choisir un modèle enveloppant avec des protections latérales et un indice de protection 4 ou 5.
- Les gants : ils ne doivent pas être trop rigides et surtout chauds et imperméables. Pour les frileux il existe également en plus des sous-gants de soie.

**Enfin il faut rajouter à tout cet ensemble une très bonne crème solaire écran total pour éviter les brûlures au visage et un stick pour les lèvres.**