

# JURA, BALCON DES ALPES ET DU LÉMAN

Une semaine en étoile au paradis de la raquette !



Avec son relief vallonné, ses crêtes ventées et ses bois profonds abritant encore Lynx et Grand Tétràs, difficile de ne pas penser au Grand Nord et aux forêts de la Taïga lorsque l'on parcourt les combes enneigées du Jura. Entre alpages déboussés et stations de ski à taille humaine, ce massif est surtout un paradis pour la randonnée et les activités nordiques (raquettes à neige, ski de fond...).

Au cours d'une semaine entre France et Suisse, les différentes randonnées explorent les recoins sauvages et préservés de cette région frontalière, offrant des panoramas exceptionnels sur le Léman et toute la chaîne des Alpes. Retour chaque soir dans un hôtel tout confort avec piscine intérieure et sauna.

🕒 7 jours

👤 Accompagné / guidé

🧳 Avec transport de bagages

🏠 Hébergement : Hôtel

🏔️ Niveau : \*\*

💰 A partir de : 820€

## Vous allez aimer

- La découverte du Jura, un massif peu fréquenté et sauvage ;
- Un relief nordique parfaitement adaptés aux raquettes, pour des randonnées accessibles à tous ;
- Les panoramas spectaculaires sur les Alpes et le Léman ;
- Une approche culturelle associée aux sorties raquette
- Un hôtel chaleureux et confortable avec sauna et piscine intérieure chauffée
- Les observations de la faune sauvage en pleine nature.

# Le parcours

## Jour 1

**RDV à 18h30 à l'hôtel, pour une rencontre avec votre accompagnateur et une présentation du séjour.**

La pratique de la raquette à neige est directement dépendante de la météo et de l'enneigement, notamment pour ce qui est du bon déroulement des randonnées et de la gestion du risque d'avalanches. Le programme présenté est ainsi susceptible de subir des modifications en cours de semaine en fonction des conditions rencontrées afin de profiter au mieux de chaque itinéraire et pour des raisons évidentes de sécurité. L'accompagnateur en montagne est donc maître des décisions finales concernant chaque sortie et effectue chaque soir un briefing avec le groupe pour présenter la journée du lendemain.

**Les heures de marches et dénivelés présentés ci-dessous sont donc purement indicatifs, étant donné que le guide ajuste le rythme et les randonnées en fonction du groupe tout au long de la semaine.**

## Jour 2

### **ALPAGES SUISSES - CABANE DE ROCHEFORT**

Une superbe randonnée en boucle de l'autre côté de la frontière pour bien commencer la semaine. Traversée des alpages et des pré-bois enneigés pour rejoindre la charmante cabane de Rochefort et son belvédère sur le Mont Blanc.  
*3 à 4h de marche / Dénivelé : +/- 400m*

## Jour 3

### **SOMMET DE LA DÔLE**

Cîme incontournable des crêtes Jurassiennes, le sommet de la Dôle, avec sa grande boule blanche caractéristique, est visible de presque tout le bassin lémanique. Depuis ses 1677m d'altitude, ce belvédère unique offre un panorama grandiose sur les géants des Alpes, du Mont Blanc au Cervin, de l'Oberland aux Écrins...  
*4h à 5h de marche / Dénivelé : +/- 500m*

## Jour 4

### **LA FORÊT DU RISOUX**

Départ en bus pour rejoindre la mythique forêt d'altitude du Risoux, territoire de l'emblématique et rarissime Grand Tétrás. Traversée des ces bois chargés d'histoire afin d'aller déjeuner dans un petit refuge chaleureux perdu au milieu des épicéas. Retour par les combes suisses avec de fortes chances d'apercevoir des chamois.  
*de 4 à 5h de marche / Dénivelé : +/- 350m*

## Jour 5

### **DEMI-JOURNÉE DE RANDONNÉE SUR LA FRONTIÈRE**

Une matinée de raquette entre France et Suisse, à la découverte des innombrables histoires et anecdotes de cette frontière. Après-midi de libre pour aller découvrir le village des Rousses ou profiter de la piscine et du sauna de l'hôtel.  
*2 à 3h de marche / Dénivelé : +/- 150m*

## Jour 6

## **SUR LES CRÊTES DU JURA**

Randonnée en boucle sur les crêtes. Le chemin mène aux abords de la Réserve Naturelle du Noirmont, sanctuaire sauvage abritant de nombreuses espèces comme le loup, le lynx et le grand tétras.

*4 à 5h de marche / Dénivelé : +/- 500m*

## **Jour 7**

**Fin du séjour vers 10h, après le petit-déjeuner.**

Le programme est susceptible de modifications en fonction des conditions d'enneigement, des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Randonnée également disponible à la carte, contactez-nous...

# Le voyage

## NIVEAU \*\*

Dénivelé : +/- 400 à 650 m suivant les étapes.

Temps de marche : environ 4h de balade par jour, selon le niveau du groupe.

Niveau physique : accessible à tous, même aux randonneurs n'ayant jamais pratiqué la raquette.

Séjour en étoile permettant, si besoin, de se reposer une journée en cours de séjour.

## ENCADREMENT

Nombre de participants compris entre 6 et 8 personnes encadrés par un professionnel diplômé (accompagnateur en montagne).

## HÉBERGEMENT

En hôtel confortable : 6 nuits en chambres de 2 personnes.

Situé à 4km du centre du village des Rousses, dans un endroit calme, cet hôtel propose tout le confort pour une vraie semaine de sport et de détente : accueil chaleureux, sauna, piscine intérieure, bar...

Un arrêt de ski bus, desservant le village des Rousses et son domaine alpin, se trouve devant l'hôtel.

## LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont pris à l'hôtel.

Pour le midi, des paniers repas sont préparés par l'hôtel sauf un jour dans la semaine où le repas chaud du midi sera pris dans un refuge de montagne.

# Infos pratiques

## ACCÈS AU POINT DE DÉPART

**RDV Samedi à 18h à votre hôtel aux Rousses.**

### EN TRAIN

**Aller** : départ de Gare de Lyon (Paris) à 12h18 arrivée à Genève à 15h30.  
Puis train Genève - La Cure, départ Genève à 15h50, changement à Nyon et arrivée à 17h15.

De là, navette gratuite pour rejoindre votre hôtel.

**Retour** : départ de la Cure à 10h44, arrivée à Genève à 12h00. Train depuis Genève à 12h30 pour Paris, arrivée à 15h42.

*Les horaires donnés le sont à titre indicatif et doivent être vérifiés impérativement auprès de la SNCF et des CFF.*

[www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)

[www.sbb.ch/](http://www.sbb.ch/)

### EN VOITURE

Depuis Paris, rejoindre l'A6 direction Lyon puis A36 (Besançon, Dôle) et A39 vers Grenoble / Genève. Sortie N°7 Lausanne, Pontarlier, puis suivre la N83 puis N5 vers Poligny, Champagnole, Morbier et finalement les Rousses. Continuer jusqu'au hameau de La Cure et prendre à droite la Route de la Frontière (D1005), l'hôtel est un peu plus loin sur la gauche.

**Fin du séjour vendredi vers 16h à l'hôtel.**

## POUR NOUS CONTACTER

Si vous êtes en retard, contactez l'agence au : **+33 (0)4 50 79 09 16** ou **+33 (0)6 42 49 76 07**

## Dates & tarifs

Du 02/01/22 au 08/01/22	Départ ouvert	820 €
Du 09/01/22 au 15/01/22	Départ ouvert	820 €
Du 06/02/22 au 12/02/22	Départ garanti	860 €
Du 13/02/22 au 19/02/22	Départ garanti	860 €
Du 27/02/22 au 05/03/22	Départ garanti	860 €
Du 06/03/22 au 12/03/22	Départ garanti	860 €
Du 13/03/22 au 19/03/22	Départ ouvert	820 €
Du 20/03/22 au 26/03/22	Départ ouvert	820 €

## LE PRIX

### Comprend :

- Les frais d'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé ;
- Les raquettes et bâtons ;
- Les repas en pension complète, les encas, les nuits en hôtel, les accès piscine et sauna de l'hôtel ;
- Les transferts en minibus au départ des randonnées.

### Ne comprend pas :

- L'assurance assistance annulation (4.2% du prix du voyage) ;
- Les dépenses à caractère personnel (boissons, etc.) ;
- Les visites ;
- Les remontées mécaniques en cas de changement de programme.

**Le tarif s'entend tout compris du point de rendez-vous au point de dispersion.**

# Équipement et bagages

## ÉQUIPEMENT

**Le matériel pour la pratique de la raquette (raquettes et bâtons) est fourni. Vous pouvez néanmoins apporter le vôtre si vous en disposez.**

### Vêtements

- Pantalons de type ski ou randonnée d'hiver
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Tee-shirts "respirant" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- Doudoune
- Deux paires de gants de ski et un bonnet
- Chaussettes de randonnée ( à bouclettes, en merinos...1 paire par jour)
- Chaussures de randonnée imperméables à tige haute (pas de chaussures souples type "botines" ou "boots")

### Matériel divers

- Sac à dos 35 litres minimum par personne
- Lunettes de soleil + masque de ski
- Crème solaire
- Gourde et thermos (1,5 litre minimum au total)
- Couteau et couverts pour le pique-nique
- Tasse ou bol pour la soupe et le thé
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Carte d'identité ou passeport

## SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 35 à 40 litres pour le matériel de sécurité (arva, pelle, sonde), vos effets de la journée (un vêtement chaud, une gourde, boîte et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

## Détails

### MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE PAIEMENT

- Par courrier : formulaire à remplir ci-dessous.
  - Par internet : <http://www.altitude-montblanc.com/>
  - Par téléphone : +33 (0)4 50 79 09 16
- Adhésion ou pas à l'assurance annulation (4.2% du prix du voyage).

Nous vous faisons ensuite parvenir, une demande d'arrhes de 30%, associée aux coordonnées de votre compte chez Altitude Mont-Blanc (rubrique "mon compte"). Vous pouvez faire votre règlement par CB, virement bancaire, chèque ou chèques vacances.

Le solde du séjour est à régler 1 mois avant le départ, sans rappel de notre part.

Les conditions de vente, annulation, etc. sont disponibles sur notre site.

Nous restons à votre écoute pour toute information.



