



www.randoqueyras.com

04 92 45 04 29

- FICHE DESCRIPTIVE -

HIVER 2020

TOUR DES HAUTES COMBES DU JURA EN SKI NORDIQUE

**Randonnée itinérante en gîte d'étape
6 jours, 5 nuits, 5,5 jours de ski (100% hors-piste)**



Espace de montagne à l'identité forte, intégré au Parc Naturel Régional du Haut-Jura, les Hautes Combes ont quelque chose de différent ! Un relief fait de petites combes qui offrent une grande variété de paysages et un sacré dépaysement ! C'est également un espace de **randonnée** nordique d'une grande qualité, ludique à souhait, idéal pour s'initier à l'itinérance à ski ! Nous avons volontairement prévu des étapes abordables pour nous permettre une initiation au ski hors-piste. Objectif : rendre chacun autonome et bien sur ses skis pour plus de plaisir et envisager en confiance des randonnées **nordiques** plus confirmées en hors-pistes.

DESTINATIONS QUEYRAS
8 ROUTE DE LA GARE – 05600 GUILLESTRE – FRANCE
Tel : (+33) 04 92 45 04 29

e-mail : contact@randoqueyras.com - web : www.randoqueyras.com

PROGRAMME

Jour 01

Rendez-vous à 13h30 aux Rousses ou à **13H10 devant la gare CFF de La Cure** ou à **13h20 devant la gare CFF du Brassus** (situées respectivement à 3 km et 8 km de la station des Rousses).

Location des skis pour ceux qui le souhaitent, transfert sur Prémanon pour une 1/2 journée de ski hors-pistes dans la combe Sambine, un peu de technique pour appréhender le virage Telemark. Installation au gîte en fin de journée.

Jour 02 : Prémanon - Molunes

Nous traversons lors de cette étape la forêt du Massacre, site de prédilection de l'ENSF (Ecole Nationale de Ski de fond), et magnifique forêt d'épicéas. Nous partons hors-pistes pour parcourir les larges combes d'altitude qui font le charme du Haut Jura. Les combes isolées des logettes permettent une montée en douceur à la vue des Alpes. Puis descente de la belle combe à la chèvre jusqu'au village de Lajoux, et nous rejoignons notre hébergement à travers les Prés-bois.

Longueur : 16 kms

Dénivelée : 350 m

Horaire : 6H00

Jour 03 : Les Molunes - Berbois

Nous longeons la vaste vallée de la Valserine, aussi appelée vallée des espagnols avant de rejoindre les anciens alpages de la Refate.

C'est alors que nous abordons une combe toute en ondulations et en perspectives, qui porte particulièrement bien son nom « Bellecombe » ! C'est aussi un village composé de fermes dispersées. Au bout de cette longue combe nous montons sur un petit plateau où se trouve notre hébergement, complètement isolé !

Longueur : 16 kms

Dénivelée : 260 m

Horaire : 5H30

Jour 04 : Le Berbois - L'embossieux

Une étape courte au premier abord, mais qui offre plein de variantes possibles en hors-piste. Il sera de toute façon incontournable de monter au Crêt du Nerbief (1370m), qui ouvre des perspectives sur les spectaculaire falaises des Roches Franches et le village de la Pesse.

Descente sur la Pesse par la combe aux Bisons.

Longueur : 13 kms

Dénivelée : 350 m

Horaire : 5H

Jour 05 : L'embossieux - Le Manon

Itinéraire sauvage parcourant des paysages nordiques d'une incroyable diversité : ski sur le lac de l'Embouteilleux, combe suspendue de la Grande Molune, observation de nombreuses Dolines, traversée d'une hêtraie majestueuse ... bref une invitation au hors-piste !

Pour finir, traversée des crêtes des Platières et sa vue splendide sur les monts Jura puis Descente ludique dans les pré bois pour rejoindre le hameau du Manon

Longueur : 15 kms

Dénivelée : 330 m

Horaire : 5H30

Jour 06 : Le Manon - Prémanon

Du Manon, nous rejoignons le village de Lamoura, départ de la fameuse course de ski « la Transjurassienne ». Le retour sur Prémanon permet de parcourir une belle combe oubliée, la chaux Berthod.

Longueur : 15 kms

Dénivelée : 330 m

Horaire : 5H30

Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, enneigement, etc.), soit directement du fait de l'accompagnateur (météo, niveau du groupe, etc.). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le Dimanche à 13h30 aux Rousses pour les personnes en voiture. Ou à 13h10 devant la gare CFF du Brassus (situé à 8 km des Rousses).

Ou à 13H20 devant la gare CFF de La Cure (situé à 3 km de la station des Rousses).

Si vous arrivez en train un supplément de 20 € est demandé pour les transferts A/R depuis la gare.

Les personnes venant en voiture suivront le moniteur et laisseront leur voiture sur le parking des pistes de ski de fond.

Sur place votre moniteur vous accueille, vous présente le séjour et vous accompagne lors de la location du matériel.

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. Traverser les Rousses et continuer direction Genève, Col de la Faucille. A 2 km tourner à gauche direction La Cure. Garer vous sur le parking à droite avant le poste de Douane. Une répartition des participants dans les voitures se fera aux Rousses de manière à optimiser le nombre de véhicules (il sera peut-être nécessaire d'aller garer une voiture à l'arrivée de la balade pour le retour du dimanche soir).

Accès train : gare CFF de La Cure, accessible via Genève et ligne TGV Paris-Genève.

Paris gare de Lyon 07h11 – La Cure 12h44 (via Bellegarde, Genève et Nyon)

Gare CFF du Brassus, accessible via Vallorbe et ligne TGV Paris-Lausanne

Paris gare de Lyon 07h57 – Le Brassus 12h22 (Via Vallorbe)

Horaires sur www.sbb.ch/fr

Accès avion : aéroport de Genève-Cointrin, puis train pour la gare CFF de la Cure.

DISPERSION

Le Vendredi à l'issue de la randonnée pour les personnes en voiture.

Le Vendredi à 17h30 gare de La Cure ou gare du Brassus, pour les personnes en train.

Retour train :

La Cure 17h48 – Paris gare de Lyon 22h49 (via Nyon et Genève)

Le Brassus 17h36 - Paris gare de Lyon 22h03 (via Vallorbe)

Horaires sur www.sbb.ch/fr

Retour avion : aéroport de Genève-Cointrin, via gare de la Cure.

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport en cours de validité si vous venez en train (passage par la Suisse).

NIVEAU

Niveau technique 2 sur 4 : Initiation à la randonnée nordique (hors traces) accessible à tout skieur non débutant, ayant au minimum une petite expérience, maîtrisant déjà les techniques de base du ski de fond (notamment la technique du chasse neige, la marche glissée, une technique de montée dite en canard par exemple...) et étant en bonne condition physique.

Niveau physique 3 sur 5 : Initiation à la randonnée itinérante, 5 heures de ski par jour. Ski hors-piste (sauf quelques parcours de liaisons). Étapes de 20 km/jour, faible dénivelé 300 à 500m/jour. Groupe de 10 personnes maxi. Les étapes en linéaire étant relativement courtes, nous pourrions profiter pleinement d'un moment de technique ou d'une combe sauvage pour faire de belles traces... En règle générale, nous partons du gîte vers 9H pour arriver vers 17H30 à l'étape. Adaptable bien entendu en fonction de nos envies du moment, de la météo...

HEBERGEMENT

Dimanche soir : Gîte à Prémanon, chambre collective (6 ou 10 personnes) dans une ambiance chaleureuse, sanitaires communs.

Lundi soir : Refuge aux Molunes, dortoir de 11 personnes en mezzanine, sanitaires communs.

Mardi soir : Refuge au Berbois, dortoirs de 12 personnes, sanitaires communs.

Mercredi soir : Gîte d'étape à La Pesse, chambres de 4 personnes, sanitaires communs.

Jeudi soir : Gîte à Lajoux, dortoirs de 10 personnes, sanitaires communs.

Vendredi soir (en option avec supplément): Gîte d'étape à Prémanon, chambre collective (6 ou 10 personnes) dans une ambiance chaleureuse, sanitaires communs.

Les couvertures sont fournies, il vous suffit d'apporter un drap ou un sac à viande pour le confort.

Repas : Pension Complète.

Les dîners sont l'occasion de goûter aux spécialités locales : « boîte chaude », röstis, saucisses ... tout en conservant des menus variés et équilibrés (nous y veillons au fil de la semaine).

Les petits déjeuners sont adaptés à la pratique de la randonnée.

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.

Pour le premier pique-nique, il est apprécié que chacun des participants apporte une des spécialités de sa région d'origine, afin de commencer la randonnée par des échanges culturels fructueux.

TRANSFERTS INTERNES

Minibus, navettes.

PORTAGE DES BAGAGES

Bagages transportés par nos soins par véhicule.

Nous vous demandons de n'avoir qu'un seul bagage par personne pas trop volumineux, dont le poids ne dépasse pas 12 kg. Certains gîtes ne sont accessibles qu'en motoneige. Merci de votre compréhension.

En ski, vous ne portez qu'un sac comportant les affaires pour la journée et le repas de midi fourni, réparti entre tous.

Un véhicule prendra en charge chaque jour nos bagages pour les transporter à l'étape. En cas de fatigue ou de petit bobo... il est possible de profiter du transport.

Nous nous déchargeons absolument de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).

GROUPE

Les groupes sont constitués de 6 à 10 personnes seulement.

ENCADREMENT

Martin ou Eric, Moniteurs de ski nordique diplômé d'État, fins techniciens et pleins d'amour pour le Jura !

MATERIEL NON FOURNI

La fourniture du matériel n'est pas comprise dans le forfait de randonnée. Il faut être équipé de matériel de randonnée nordique récent. Ce matériel diffère de celui de ski de fond. Le ski est plus large avec des carres en métal, comme le ski alpin, mais avec des écailles. Le système de fixation implique un talon toujours libéré (norme 75 mm ou type rando nordique). L'idéal est de prendre un ski pas trop grand, la taille du skieur ou 5/10 cm de moins, plus maniable en hors-piste, et une paire de bâton dont le « panier » est assez large pour porter en neige fraîche.

Si vous souhaitez louer du matériel, il est possible d'en louer aux Rousses, lors du rendez-vous le dimanche. Le moniteur fourni les peaux de phoques si celles-ci se révèlent être utile selon le terrain ou l'état de la neige.

Pour en savoir plus sur le matériel : <http://skiderandonordique-jura.weebly.com/ski-chaussures--fix.html>

LOCATION DE MATERIEL DE SKI DE FOND

Nous avons un partenariat avec plusieurs magasins de sport sur la station des Rousses.

Comptez environ 75 € pour une location semaine (skis, chaussures, bâtons)

La location sera à régler sur place, mais il est préférable de nous prévenir, et nous communiquer votre taille et pointure, pour que nous réservions le matériel.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Pour les bagages transportés ne prenez pas trop d'affaires, (12 kg / pers maxi) soit 1 sac de sport, soit 1 sac à dos, soit 1 valise. Afin de faciliter l'acheminement, UN SEUL SAC par personne (pensez à nos transporteurs) et dans certains gîtes, les sacs sont transportés en motoneige ! En cas d'impossibilité d'acheminement des sacs (forte neige, tempête, ...) nous devons les acheminer nous-mêmes ou nous en passer. Rassurez-vous ça n'est encore jamais arrivé.

- 1 Sac à dos léger pour la journée, confortable et muni d'une ceinture ventrale, 40 litres minimum (affaires de la journée, pique-nique, gourde, vêtements chauds ...) et un grand sac plastique (sac poubelle) pour protéger le tout en cas de mauvais temps.
- Le sac de couchage n'est pas nécessaire, il y a des couvertures ou des couettes partout.
- Néanmoins il est recommandé de prendre un drap sac (confort et hygiène). Il existe des drapsacs en fibre polaire, c'est l'idéal. Si vous craignez vraiment le froid, emportez votre duvet mais il devra tenir dans votre sac d'affaires personnelles. Pas de duvet attaché à votre bagage SVP. Les sous-vêtements sont idéalement en fibre polyester évitant le phénomène d'éponge ! et les survêtements répondent à deux impératifs :
- Permettre à l'organisme de respirer
- Être fonctionnels, extensibles
- Les chaussettes en bouclettes sont chaudes et confortables et évitent les « talures » dues aux fibres ou aux coutures.
- 1 Bonnet ou serre tête couvrant les oreilles, 1 paire de gants couvrant les poignets, éventuellement sous gants en soie. Eviter les gants trop serrés car ils sont plus perméables au froid.
- 1 paire de guêtres, si possible montantes jusqu'au dessous des genoux. Très pratiques en hors-piste.
- La veste goretex, légère, respirante et imperméable est idéale, sinon il est nécessaire d'emmener un coupe-vent, si possible imperméable ! (la cape, la pèlerine). Eviter les anoraks (doudoune) trop volumineux et trop chauds pour le ski de fond. Préférer toujours une superposition de couches fines, plus efficace contre le froid, et c'est plus facile de réguler les couches en fonction de l'intensité de l'exercice.
- Pour l'étape, jogging, pull, sous-vêtements en coton, paire de tennis ou chaussures fines ou encore une paire de grosses chaussettes de laine.
- Lunettes de soleil, crème solaire pour le visage et les lèvres.
- 1 Couteau, couverts, gourde d'1 litre ou thermos, lampe de poche, boîte hermétique, type tupperware pour les salades du midi, un ou deux sacs poubelles.
- Serviette et nécessaire de toilette, un peu de papier hygiénique, petite pharmacie personnelle (aspirine, vitamine C, pansements, élastoplaste, éventuellement compeed (double peau) pour les ampoules)
- Une pharmacie de premiers secours est prévue pour le groupe.
- Vivres de courses, fruits secs, chocolat, barres de céréales (non fourni) sont toujours appréciés.

(Ainsi qu'une petite spécialité de votre région à partager. Vive les échanges !)

DATES ET PRIX

Dates du Dimanche au Vendredi	Prix par personne
Du 19 au 24 janvier 2020	695 €
Du 02 au 07 février 2020	725 €
Du 16 au 21 février 2020	725 €
Du 01 au 06 mars 2020	725 €

Supplément transfert A/R depuis la gare : 20 €/personne

Option nuit supplémentaire le vendredi en ½ pension : 50 € / personne,

A réserver et à régler à l'inscription. (si vous repartez en train il faut rajouter le cout du transfert à la gare : + 15 €)

LE PRIX COMPREND

- L'organisation de la randonnée
- Les 5 demi-pensions (dîner, nuitée et petit déjeuner)
- Les 5 pique-niques du midi
- L'accompagnement par un moniteur diplômé d'État
- Le transport des bagages chaque jour à l'étape
- Les transferts en cours de rando

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et dépenses personnelles
- La fourniture du matériel de ski de fond (environ 90€ à régler sur place)
- L'assurance multirisques
- Le moyen de transport jusqu'au lieu de rendez vous
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans le prix comprend

VOUS ETES DEJA UN RANDONNEUR NORDIQUE CONFIRME ?

Un séjour plus sportif, est programmé :

- Du 26 au 31 janvier 2020
- Du 09 au 14 février 2020
- Du 23 au 28 février 2020
- Du 08 au 13 mars 2020

Demandez-nous la fiche descriptive « Traversée des crêtes du Jura »

POUR EN SAVOIR PLUS

INFORMATION SUR LA REGION

Séjour au cœur du Parc Naturel Régional du Haut-Jura.

Le massif du Jura est formé d'une 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.

Sur les crêtes le relief est vallonné et une végétation résiste sous forme de Bonzaï ! Quelques falaises sur la partie Sud du massif offre une ambiance plus « alpine ».

Sur le dernier plateau, où nous évoluons, les villages sont nichés au creux de combes dans lesquels on trouve de petits lacs gelés, une végétation de tourbière (bouleaux) qui donne un aspect nordique.

BIBLIOGRAPHIE

- Le Haut Jura Franco-Suisse en photo à travers les livres de Gérard Benoit La Guillaume www.benoitalaguillaume.com

Par d'autres auteurs :

- « Le Jura au Cœur » - Jacques Besson – Edit° Gap
- « Montagnes du jura (géologie et paysages) » – édit° Néo
- « Jura terre d'audace » – édit° Atair
- « Franche-Comté, image et Nature » – édit° Trois Châteaux

CARTOGRAPHIE

1 / 50 000 IGN culture et environnement "Parc Naturel Régional du Haut-Jura"

1 / 25 000 IGN 3327 ET Morez – Les Rousses

1 / 25 000 IGN 3328 OT Crêt de la Neige

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : Tel :0 892 35 35 35 ou www.oui.sncf

CFF : trains suisses www.sbb.ch/fr

Co-voiturage : www.blablacar.fr www.idvroom.com

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

METEO LOCALE

www.echallonmeteo.com rubrique Prévisions Haut-Jura

INSCRIPTIONS, ANNULATIONS ET ASSURANCES

INSCRIPTIONS (Extrait de nos CGV)

Pour réserver votre séjour : Vous pouvez vous inscrire sur notre site internet en remplissant le formulaire en ligne ou en demandant notre bulletin d'inscription envoyé par mail ou par courrier.

Règlement : L'inscription devient effective après avoir rempli et signé la fiche d'inscription, et versé un acompte de **30% minimum du montant du séjour. Le solde sans rappel de notre part**, devra être réglé impérativement au plus tard **30 jours avant le départ**. Si l'inscription intervient moins de 30 jours avant le départ, elle devra être accompagnée de l'intégralité du montant du séjour. Une inscription non soldée dans les délais pourra être annulée sans rappel, l'acompte restant acquis à Destinations Queyras. La facture envoyée par mail lors du paiement de l'acompte tient lieu de confirmation d'inscription. Il ne sera pas envoyé de récépissé ou autres justificatifs lors du paiement du solde. Attention : n'envoyez jamais de chèque seul, sans bulletin d'inscription ou sans explication.

ANNULATION (Extrait de nos CGV)

DE NOTRE PART : DESTINATIONS QUEYRAS se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

DE VOTRE PART : Les retenues ci-dessous vous seront remboursées si vous remplissez l'une des nombreuses conditions de l'assurance-annulation, déduction faite du montant de la prime d'assurance et de la somme retenue pour frais de dossier. L'annulation devra nous être notifiée par téléphone ou mail et confirmée par mail. L'annulation sera effective à la date de réception du mail. Attention, pour que ces conditions d'annulation s'appliquent, vous devez avoir payé l'intégralité de votre séjour. À plus de 31 jours du départ, pour tout séjour hors aérien, si vous souhaitez changer de séjour ou de date, une somme forfaitaire de 30 € sera retenue par personne.

Pour tout séjour avec aérien ou bateau, le billet étant émis dès l'inscription et aux dates imposées par la compagnie pour certains types de tarifs, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100% du prix du billet avec les taxes, quelle que soit la date d'annulation de votre séjour. En cas de modification du billet du voyage, les conditions appliquées seront celles imposées par la compagnie aérienne, le participant devra s'acquitter d'une somme supplémentaire de 30€.

En cas désistement :

- A 31 jours et plus du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 € par personne.
- Entre 30 et 21 jours du départ : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours du départ : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 2 jours du départ : 75 % du montant du séjour.
- La veille ou le jour du départ : 90 % du montant du séjour.

Dans le cas de séjour incluant l'émission d'un billet d'avion non remboursable ou l'affrètement d'un bateau.

- De 90 à 45 jours avant le départ : 1 000 €
- De 44 à 31 jours avant le départ : 60 % du montant du séjour
- A 30 jours et moins du départ : 100 % du montant du séjour

Pour les groupes constitués auxquels il est proposé un tarif par personne le désistement d'une partie seulement des participants entrainera une modification du tarif pour les autres participants, ou sera soumise à des frais d'annulation de 100% quelque-soit la date de l'annulation. Ne pourront prétendre à aucun remboursement :

- Les participants absents ou ne respectant pas les dates, heures ou lieux de rendez-vous.
- Tout participant interrompant un séjour de son fait.
- Tout participant contraint par l'encadrement d'interrompre son séjour pour cause de niveau technique ou physique insuffisant et compromettant la sécurité du groupe.

Si la météo, les conditions d'enneigement, le niveau des participants ou des événements imprévus l'imposent, particulièrement pour la sécurité du groupe, l'encadrement se réserve le droit de modifier le programme sans que les participants puissent prétendre à indemnité.

ASSURANCES (Extrait de nos CGV)

Vous avez l'obligation de souscrire une assurance rapatriement dès l'inscription de votre séjour. Si vous ne souscrivez pas celle que nous proposons, merci de nous faire parvenir l'attestation de votre assurance rapatriement.

Nous vous proposons trois formules d'assurances au choix :

1. Assurance Annulation (2,5 % du montant du séjour).
2. Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour (**2 % du montant du séjour**)
3. Assurance Multirisques Annulation, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour (**3,9 % du montant du séjour**).

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Annulation – Assistance Frais médicaux et Interruption de séjour et d'activités ASSURINCO MUTUAIDE Vagabondages contrat n°4637 joint à votre dossier. Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France ou en Europe.

Nos Conditions Générales de Vente peuvent être téléchargées directement sur notre site :

<https://www.randoqueyras.com/conditionsvente.html> ou vous sera envoyé lors de l'établissement de votre facture.

**DÉPOSEZ VOS AVIS SUR VOTRE SÉJOUR,
PARTAGEZ VOS PHOTOS ET VIDÉOS DE VOYAGE
SUR NOTRE SITE INTERNET,
SUR FACEBOOK, TWITTER OU SUR INSTAGRAM !!**



#destinationsqueyras

***CONTACT@RANDOQUEYRAS.COM
WWW.RANDOQUEYRAS.COM***

CONTACT

Destinations Queyras
8 route de la gare
05600 GUILLESTRE
Tel. (33) 04.92.45.04.29
Fax. (33) 04.92.45.00.49
contact@randoqueyras.com
www.randoqueyras.com

Agence de voyage N° IM005100004
SARL Randoqueyras au capital de 10 000 €
RCS Gap 484 591 235
RCP MMA 113.326.666
Garant : APS 15 avenue Carnot 75017 PARIS
Agrément Jeunesse et Sports 00598ET0048 -
SIREN 484 591 235 APE 633Z