

DATES DU SÉJOUR
22 au 23 Février 2025

Les Monts Jura

Raquette à neige

Séjour de 2 Jours / 1 Nuit



DESCRIPTIF DU SÉJOUR

Je vous propose de parcourir en raquette, la haute chaîne des Montagnes du Jura. Vous allez évoluer à travers les alpages couverts de neige où la sensation de liberté se fait présente. Si la météo le permet la vue sur le Jura, les Alpes et le lac Léman sera superbe et nous accompagnera tout le long du séjour. Nous nous dirigerons également vers le sommet du Crêt de la neige point culminant du massif du Jura à 1720 m. Enfin nous descendrons par les belles forêts enneigées.

La nuit se fera dans un charmant refuge type dortoir où le gardien a su garder une belle convivialité.

POINTS FORTS

- ❖ Un refuge convivial
- ❖ La vue sur les alpes et le Léman
- ❖ Raquettes et bâtons fournis
- ❖ Un guide accompagnateur connaissant parfaitement son terrain

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

PROGRAMME DU SÉJOUR

JOUR 1 :

Rendez-vous à Lélex devant l'office de tourisme à 10h30

Programme détaillé de la journée :

Le matin, accueil, présentation, vérification des sacs et distribution du matériel.

Départ pour prendre place dans la télécabine qui nous emmènera au départ de la randonnée.

Pause de midi avec pique-nique fourni par vos soins : selon les conditions météo, soit avant de prendre la télécabine, soit en haut sur le parcours.

L'après-midi, on se dirigera sur les crêtes pour gravir une succession de petits sommets et observer le coucher de soleil.

On se dirigera en fin d'après-midi au refuge de la Loge ou Franck le gardien nous attendra.

400 m de dénivelée positive - 418 m de dénivelée négative - 10 km - 4h30 de marche effective environ.

Nuit au refuge de la Loge

JOUR 2 :

Pour cette deuxième journée, depuis le refuge nous marcherons en direction du crêt de la neige point culminant du séjour. Si la forme du groupe le permet nous continueront jusqu'au Reculet autre sommet proéminent de la Haute-Chaine.

A midi, pique-nique tiré du sac toujours apportés par vos soins.

Le retour se fera par la forêt afin de rejoindre la télécabine

400 m de dénivelée positive - 350 m de dénivelée négative - 11 km - 4h30 de marche effective pour le retour par la télécabine.

Fin du séjour à Lélex vers 16h00.

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant notamment en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants, de la disponibilité des hébergements ou tout autre événement inattendu. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

ACCUEIL

Le Jour 1, rendez-vous devant l'office de tourisme de Lélex à 10h30.

DISPERSION

Le Jour 2, fin du séjour à Lélex vers 16h00.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Xavier Poilbout, accompagnateur en montagne

N° de téléphone : 06.80.45.93.00

Adresse e-mail : contact@lezard-des-bois.fr

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 6 personnes

Nombre de participants maximum : 8 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Facile / Moyen / Difficile / Très difficile

Niveau de difficulté physique, de 1 à 4 : 2

Parcours demandant un certain engagement physique du fait du dénivelé et de la neige, qui reste toutefois mesuré. Vous êtes en bonnes conditions physiques et pratiquez la marche à pied régulièrement.

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement et catégorie : 1 nuit dans un refuge.

Type de chambre pour le séjour : Dortoir / couvertures fournies

Repas : En ½ pension. Dîner et petit déjeuner préparé par le gardien du refuge. Si vous avez un régime alimentaire particulier, merci de me prévenir en amont votre accompagnateur.

Pique-nique : Ils sont à apporter par vos soins. Prévoir pour le jour 1 et le jour 2

Vous avez accès à des prises pour recharger le portable.

TRANSFERTS INTERNES

Depuis Lélex on accèdera au départ du parcours par la télécabine. Il est possible que par grand vent, cette dernière soit fermée. Dans ce cas le programme changera et on montera à pied pour atteindre le refuge, puis une partie des crêtes. Idem pour la descente.

PRIX DU SÉJOUR
200 € / personne

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,
- L'hébergement en type dortoir (couvertures fournis)
- La ½ pension
- La montée en télécabine pour rejoindre les points de départ / arrivée de la randonnée
- Le prêt du matériel : raquette à neige + bâtons

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,
- Les repas non compris : pique-nique du jour 1 et du jour 2
- Les boissons et les achats personnels (pas de CB dans le refuge, prévoyez des espèces ou chèques)
- Les assurances (assistance rapatriement obligatoire, assurance annulation fortement conseillée, assurance bagages...),
- Les frais de dossier d'AEMV de 15 € /bulletin d'inscription
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

MATÉRIEL FOURNI

Raquettes à neige + bâtons

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

Équipement de randonnée

- Chaussures de randonnée imperméables et à tige haute (pas de chaussures type après-ski !)
- Sac à dos de randonnée d'une capacité d'environ 30L / 40L avec sur-sac imperméable
- Gourde 1,5L / personne minimum (pensez à la remplir avant le départ !)
- Optionnel : thermos et sachets de thé
- Crème solaire, stick à lèvres
- Lunettes de soleil
- Lampe frontale

Vêtements à prévoir

- Un pantalon de randonnée hivernale (pas de pantalon de ski alpin, trop chaud et inadapté)
- Une première couche chaude et respirant (type mérinos ou fibres techniques)
- Chaussettes hautes et chaudes adaptées à la randonnée
- Veste polaire
- Doudoune légère
- Veste de pluie type Gore Tex
- Bonnet, tour de cou et 2 paires de gants chauds (au cas où vous perdiez un gant)
- Un collant/legging qui servira en cas de grand froid et pour les soirées au refuge
- Un t-shirt et une paire de chaussettes de rechange pour les soirées au refuge
- Sous-vêtements de rechange

Autres équipements à prévoir

- Sac à viande obligatoire (drap de soie)
- Optionnel : Boules Quiès
- Affaires de toilette (un petit bout de savon, une brosse à dent et un petit tube de dentifrice suffisent !)
- Petite serviette de toilette type microfibre
- Moyen de paiement pour les consommations personnelles : pas de CB, prévoyez des espèces ou chèque
- Traitement médical personnel - Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours

FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale ou carte européenne d'assurance maladie pour un séjour dans l'UE / EEE ou en Suisse
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée / raquette à neige à titre de loisirs
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance / rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.
- **ATTENTION** : à noter pour les destinations HORS France, assurez-vous d'être couverts pour les **frais de recherche et de secours à l'étranger**, l'assurance CB Premier ne suffit pas toujours !

POUR EN SAVOIR PLUS

La pratique de la raquette à neige est une activité accessible à tous. L'effort est plus intense qu'en été dû à l'enfoncement des raquettes dans la neige et les conditions hivernales sur la haute chaîne du Jura peuvent nous offrir quelques difficultés (vent et froid), d'où un engagement physique.

Aussi, il ne faut pas comparer les distances et les dénivelés par rapport aux randonnées sans neige.

Si la neige venait à manquer, ce n'est pas grave, le parcours se fera quand même et sera tout aussi beau !