



Fugues en Montagne
Lieu-dit Le Laus - 05100 Cervières
07.64.42.99.65
contact@fuguesenmontagne.com

Randonnée sur les sentiers de la Bourgogne secrète Printemps et automne

Séjour en étoile accompagné - 6 jours / 5 nuits / 5 jours de randonnée



Si la Bourgogne viticole est mondialement reconnue, les reliefs de la « montagne dijonnaise » gagnent pour leur part à être découverts... et arpentés ! Véritable mosaïque d'écosystèmes, ces basses (mais exigeantes) montagnes se caractérisent par une très grande biodiversité, et une large palette d'ambiances et de paysages.

Durant ce séjour, ce sont donc les sentiers confidentiels d'une Bourgogne encore secrète, loin du tourisme viticole, que nous vous invitons à parcourir, au fil d'itinéraires qui feront la part belle aux patrimoines humain, écologique et géologique. L'œil averti de votre guide vous permettra ainsi de déceler, dans ces forêts d'apparence naturelle, d'innombrables indices témoignant d'une occupation humaine ancestrale, du néolithique à nos jours ! En chemin, vous découvrirez des paysages Bourguignons variés et moins fréquentés, avec de superbes randonnées et des parcours originaux dans le Val Suzon, site couvert par une Réserve Naturelle Régionale et bénéficiant du label « forêt d'exception », mais aussi dans la Vallée de l'Ouche, l'arrière Côte, et l'Auxois.

Confortablement installés à l'hôtel de l'Orée des Charmes, dont le chef saura vous régaler avec une gastronomie locale soignée et généreuse, ce séjour vous invite donc à découvrir une facette aussi secrète que surprenante de la Bourgogne, trop injustement méconnue, mais ô combien adaptée à la randonnée pédestre !

LES PLUS DE VOTRE SÉJOUR

- *Des reliefs confidentiels mais exigeants !*
- *Un extraordinaire patrimoine naturel et humain*
- *Des espaces naturels préservés (réserve naturelle et forêt d'exception)*
- *Des itinéraires variés et constellés de surprises, au fil du chemin*
- *L'encadrement par un accompagnateur « du cru », et fieffé conteur !*

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil et présentation du séjour

Rendez-vous à partir de 17h45 à l'hôtel de l'Orée des Charmes, situé 56 Rue d'Avau à Blaisy-Bas (21540). Le pot d'accueil et la présentation du séjour auront lieu à 18 heures 30.

Jour 2 : Salmaise, au fil de l'Histoire

Nous commencerons notre semaine avec un parcours qui chemine sur les doux reliefs de l'Auxois, au départ du remarquable village médiéval de Salmaise, dominé par son imposant château fort. Au fil de l'itinéraire, qui suit parfois d'anciennes voies romaines, vous découvrirez l'empreinte, plus ancienne encore, de l'Homme, qui marque toujours le paysage. Notamment, nous traverserons les vestiges d'une ancienne agglomération gallo-romaine, forte de plusieurs forges et d'une quarantaine de fermes, tandis que vous profiterez en chemin de superbes belvédères sur les paysages bocagers de l'Auxois.

Temps de marche : 6h - Distance : ~16 km - Dénivelé : ~350 m

Jour 3 : Les Châtelets du Suzon

Au cours de cette seconde journée, vous plongerez au cœur de la Réserve Naturelle Régionale du Val Suzon, véritable entaille dans le plateau calcaire bourguignon. Ici, nous cheminerons entre combes sauvages, balcons et falaises, à la recherche des « éperons barrés », ces vestiges préhistoriques qui attestent de la présence humaine dans le Val-Suzon... plus de 5000 ans avant notre ère ! Mais notre itinéraire sera également jalonné par d'autres indices attestant de l'histoire humaine pluriséculaire du Val Suzon - gallo-romains cette fois - et émaillé de nombreux témoins de la richesse naturelle de cet écrin bourguignon de biodiversité. Incontestablement, un bijou !

Temps de marche : 6 à 7h - Distance : ~15 km - Dénivelé : ~600 m

Jour 4 : Ruines et légendes dans la Vallée de l'Ouche

Pour cette troisième journée, nous irons randonner dans la Vallée de l'Ouche, l'une des deux rivières qui façonnent les paysages de la montagne dijonnaise. Depuis Barbirey-sur-Ouche, notre itinéraire vous réserve d'insolites découvertes qui sont autant d'invitations à laisser libre cours à l'imagination : château ruiné, grottes, autels antiques, anciennes « cadoles »... Depuis les points hauts, vous admirerez les paysages si

particuliers de la Vallée de l'Ouche, où les reliefs tabulaires de l'arrière côte rencontrent les pentes douces de l'Auxois.

Temps de marche : 6 à 7h - Distance : ~15,5 km - Dénivelé : ~500 m

Jour 5 : La grande boucle de la Roche Pompon

Pour cette quatrième journée, nous vous emmènerons randonner dans l'arrière côte, où nous réaliserons l'ascension de la Roche Pompon qui culmine à 575m d'altitude, et offre un panorama unique sur l'arrière côte et son plateau. Notre itinéraire sera rythmé par un chapelet de découvertes inattendues : lieux chargés d'histoire, fontaines, sources... Mais pour voir tout cela, il vous faudra traverser des combes, franchir plusieurs cols, vagabonder dans des prairies ou encore longer des balcons abrupts, bordés de forêts. Autant d'occasions de constater que les reliefs de la « montagne dijonnaise » sont loin d'être anecdotiques !

Temps de marche : 6 à 7h - Distance : ~16 km - Dénivelé : ~500 m

Jour 6 : Chemins secrets en Vaux-de-Roche

Nous terminerons la semaine en arpentant le Val Courbe, autrement dit la partie amont du Val Suzon. Au fil de cette dernière randonnée, nous explorerons la combe si particulière de Vaux-de-Roche, aussi surprenante qu'emblématique, et remarquable témoin du « karst bourguignon » ! Notre itinéraire, au fil duquel vous profiterez des ambiances caractéristiques du Val-Suzon (« bouts du monde » ou reculées, grottes et gouffres vertigineux, sources de printemps, éperons rocheux...), sera jalonné de quelques séquences un peu techniques – mais très ludiques – dont vous garderez de beaux souvenirs !

Temps de marche : 4h30 - Distance : ~10 km - Dénivelé : ~300 m

PRECISION : Le programme ci-après est donné à titre indicatif, pour un séjour d'une durée de 6 jours, avec 5 jours d'activité. Si votre demande porte sur un séjour plus long, nous sommes en mesure d'adapter le programme en proposant d'autres parcours équivalents, comme par exemple :

- Le grand tour de Saint Fol (Val Suzon) ;
- Les Marches du seuil de Bourgogne (Montagne Dijonnaise) ;
- La boucle des Mammouths (Montagne Dijonnaise) ;
- Les chéneaux au fil de l'eau (Val Suzon)...

IMPORTANT : nous nous réservons le droit de modifier le programme quelles qu'en soient les raisons (conditions météorologiques, condition physique et niveau technique des participants, coups de cœur de l'accompagnateur...). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt : pour votre sécurité et pour rendre votre séjour le plus agréable possible.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le jour 1 à partir de 17h45 à l'hôtel de l'Orée des Charmes, situé 56 Rue d'Avau à Blaisy-Bas (21540). Le pot d'accueil et la présentation du séjour auront lieu à 18 heures 30.

Arrivée en train :

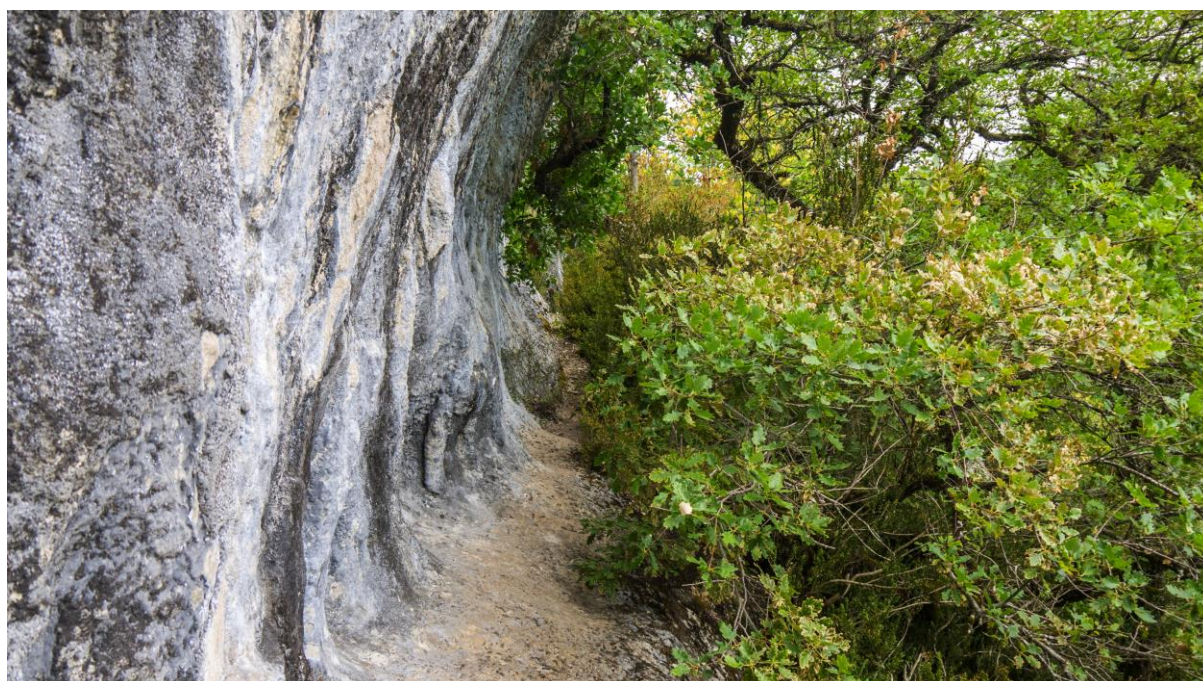
Gare SNCF de Dijon:

Depuis Paris Gare de Lyon : TGV (1h40) ou TER (3h)

Depuis Lyon Part Dieu (et le sud de la France) : TGV (1h40) ou TER (2h10)

Depuis Strasbourg : TGV (2h15) ou TGV/TER (2h40)

Depuis Besançon Viotte (ligne TGV Paris – Bâle) : TGV ou TER (55 min dans les deux cas)



Arrivée en voiture :

Depuis le nord et le nord-ouest, par l'A6 : prendre l'A6 jusqu'à Pouilly-en-Auxois puis l'A38 en direction de Dijon jusqu'à la sortie 28 (Sombernon). Traverser le village de Sombernon, puis emprunter la D7 jusqu'à Blaisy-Bas.

Depuis le nord et le nord-est, par l'A31 (ou l'A5) : emprunter l'A31 jusqu'à la sortie 4 (Dijon centre ; Arc-sur-Tille), puis suivre la direction de Dijon (M700 - voie rapide) jusqu'à la rocade. Prendre la rocade en direction de Paris / A38. Poursuivre sur l'A38 jusqu'à Sombernon (sortie 28). Traverser le village de Sombernon, puis emprunter la D7 jusqu'à Blaisy-Bas.

Depuis le sud et le sud-ouest, par l'A6 : prendre l'A6 jusqu'à Pouilly-en-Auxois puis l'A38 en direction de Dijon jusqu'à la sortie 28 (Sombernon). Traverser le village de Sombernon, puis emprunter la D7 jusqu'à Blaisy-Bas.

Parking :

Vous pourrez stationner toute la semaine sur le parking gratuit de notre hébergement.

Navette :

Pour ceux qui arrivent en train et désirent bénéficier de notre service gratuit de navette, nous vous donnons rendez-vous le jour 1 à **17h00 en gare de Dijon**. Le cas échéant, le point de rendez-vous est situé au bout du passage Henri Vincenot, sur l'avenue Albert 1^{er}, au niveau des arrêts dépose minute.

DISPERSION

Le séjour se termine le jour 6, à l'issue de la dernière balade, entre 15h30 et 16h. Sur le chemin du retour, nous pourrions nous arrêter boire le verre de l'amitié, avant de clore définitivement le séjour.

Retour en train :

Notre navette gratuite vous déposera le jour 6 en gare de Dijon à 17h30 au plus tard.

HÉBERGEMENT AVANT OU APRES LE SEJOUR

- **A Blaisy-Bas :**
Hôtel *** L'Orée des Charmes - 56 Rue d'Avau à Blaisy-Bas (21540)
Web : <https://www.oreedescharmes.fr/>
- **A Dijon :**
Chambre d'hôte « Dodo and Co » - 18 rue Montigny - 21000 Dijon
Web : www.dodoandco.business.site/

FORMALITÉS

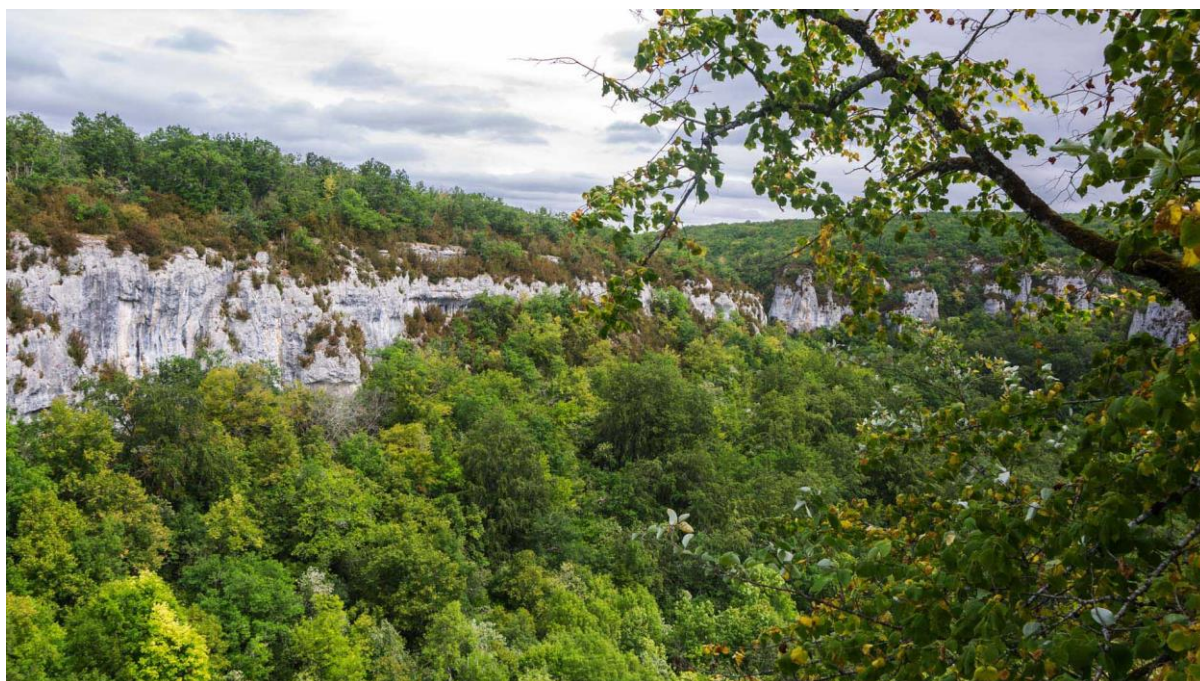
Formalités santé :

Pour connaître les mesures COVID en vigueur dans nos séjours, consultez la page Infos COVID sur notre site internet. Ce sont les conditions du moment, nous ne manquerons pas de vous informer si elles devaient évoluer.

Formalités passeport et visa :

Durant les randonnées vous devrez être en possession des documents suivants :

- Carte nationale d'identité (ou passeport ou permis de conduire) ET carte vitale
- Le dépliant de votre assurance voyage "MMA Assistance" reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nous) OU de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).



NIVEAU ▲▲

Bien que ne se trouvant pas dans des montagnes telles que l'on se les représente habituellement, les reliefs de la « montagne dijonnaise » sont marqués, exigeants et ponctuellement très escarpés. Si bien que, durant nos randonnées, nous alternerons des montées raides où il sera parfois utile de « mettre les mains » (votre accompagnateur sera toujours là pour vous aider en cas de besoin !), et de nombreuses descentes. Chaque jour nous marcherons de 5 à 7 heures et parcourrons autour d'une quinzaine de kilomètres avec des dénivelés généralement compris entre 400 et 600 mètres.

Aussi, si vous vous sentez plus proche d'Homer Simpson que de Novak Djokovic, n'hésitez pas à faire un peu d'exercice avant de venir. Même si le niveau est à la portée du plus grand nombre, avoir un peu d'entraînement ne peut en effet pas faire de mal !

HÉBERGEMENT

Vous serez hébergés dans l'hôtel *** de l'Orée des Charmes, situé à Blaisy-Bas, au cœur de la « montagne dijonnaise ». Cet établissement dispose de l'agrément « Logis Hôtels Restaurants ».

La répartition du groupe se fera par chambres single, doubles ou twin, avec sanitaires privés. Après les randonnées, un salon et un bar sont mis à votre disposition avec accès au wifi (libre et gratuit).

Si vous souhaitez découvrir notre hébergement, vous pouvez visiter le site internet de l'Orée des Charmes en cliquant sur ce lien : <https://www.oreedescharmes.fr/>.

IMPORTANT : aucune inscription ou demande particulière de votre part ne sera prise en compte directement par l'hébergeur qui n'est pas responsable du planning ni de l'organisation de ce séjour. La répartition des chambres et autres détails liés à l'hébergement, se font exclusivement entre l'hôtelier et Fugues en Montagne. Merci de votre compréhension.

RESTAURATION

Tout au long du séjour, le chef Didier Pougeoise nous proposera des balades gourmandes en terre bourguignonne ! Il nous concoctera des plats conviviaux et authentiques, cuisinés à partir de produits frais et de saison, mettant à l'honneur la gastronomie locale avec une mise en scène simple, raffinée et généreuse.

- **Le petit déjeuner** : proposé en salle, le petit déjeuner sera servi sous forme de buffet continental (jus de fruit, café, thé, chocolat, accompagnés de céréales, de pain, croissants et confiture et également de fromage blanc, yaourts et charcuterie).
- **Le pique-nique** : cake (collectif), salades composées à base de féculents accompagnées de pain, gâteau ou fruit... Vous devriez tenir jusqu'au goûter ! Une boisson chaude (thé ou café) viendra ponctuer ce délicieux moment.

La pause pique-nique sera l'un des moments forts de ce séjour en termes de partage et de convivialité. Pourquoi n'en profiterions nous pas pour déguster quelques spécialités culinaires de votre région que vous aurez pris soin d'apporter dans vos bagages?

- **Le dîner** : il sera servi dans la véranda, aux poutres apparentes ! Il sera composé d'un apéritif, d'une entrée, d'un plat chaud, d'un dessert et d'une boisson chaude (carte des vins en supplément).

ENCADREMENT

Par Geoffroy, accompagnateur en montagne diplômé et passionné, fin connaisseur des lieux, originaire de Bourgogne et vivant sur place ! Il sera systématiquement équipé d'une trousse de premiers soins et d'une paire de jumelles.

GROUPE

Ce séjour s'adresse exclusivement aux groupes composés de 6 à 12 personnes. Si votre groupe est constitué de plus de 12 personnes, demandez nous une offre personnalisée.

TRANSFERTS INTERNES

L'accès aux points de départ de nos randonnées nécessitera des transferts quotidiens, d'une durée de 10 à 25 minutes au maximum. Fugues en Montagne mettra un minibus à disposition du groupe (8 places disponibles). Néanmoins, si le groupe est composé de plus de 8 personnes, nous vous demanderons chaque jour et à tour de rôle de covoiter avec vos véhicules personnels, pour faire « l'appoint ».



PORTAGE DES BAGAGES

C'est un séjour en étoile. Vous porterez uniquement vos affaires de la journée : vêtements, pique-nique et boissons.

MATÉRIEL FOURNI

Pour la randonnée, nous fournissons gratuitement des bâtons de randonnée aux participants qui en font la demande.

Pour les pique-niques nous vous fournissons des sacs en tissu, des contenants individuels et des couverts pour la salade, ainsi que des gobelets et un nombre de thermos adaptés à la taille du groupe pour les boissons chaudes (café ; thé ou infusion).

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

S'équiper pour la randonnée au printemps comme à l'automne nécessite de parer aux amplitudes thermiques (plus importantes que l'été) et au vent. Et pour les séjours en Bourgogne, les départs matinaux peuvent pour leur part être un peu frais !

De façon générale, nous recommandons d'utiliser les vêtements suivants :

- Un sous vêtement chaud et respirant (t-shirt, éventuellement à manches longues pour les plus frileux-ses, en mérinos - c'est plus écolo et ça sent moins mauvais !);
- Un pull léger et un peu respirant éventuellement en mérinos ou polaire ;
- Une doudoune ou une polaire pas trop épaisse pour les temps de pause, ou les démarrages matinaux un peu frais ;
- Un coupe-vent si... il y a du vent !

Dans tous les cas, adaptez le contenu de votre sac (cf liste ci-dessous) en fonction des conditions météo prévues pour la semaine. En cas de doute, n'hésitez pas à vous adresser à votre accompagnateur !

Pour la randonnée :

- Un sac à dos de taille moyenne (20 à 30 litres) pour les affaires de la journée (gourde, vêtements chauds ou de rechange,...) et le pic-nic ;
- Un sur-sac pour protéger les affaires en cas de pluie ;
- Des sous vêtement respirants idéalement en merinos, à manches longues ou courtes ;
- Un pantalon léger (*), éventuellement un sur-pantalon imperméable en cas de pluie annoncée ;
- Un pull léger ;
- Un coupe-vent type Gore Tex ou k-way ;
- Des chaussures de randonnées montantes ou basses à votre convenance et suivant vos habitudes ;
- Une casquette (ou autre chapeau) pour vous protéger du soleil ;
- Une gourde (isotherme de préférence) d'un volume de 1,5 litre minimum ;

- Une paire de lunettes de soleil très protectrice ;
- Un tube de crème solaire et 1 stick à lèvres, tous 2 très protecteurs ;
- Une pochette étanche pour transporter vos documents importants ;
- Facultatif : un appareil photo ;

() Au printemps, en été et en automne, nous déconseillons globalement le port du short pour nos randonnées en Bourgogne, que nous vous suggérons de remplacer par un pantalon léger, en raison de la présence de tiques, dont la morsure peut transmettre la borrelia à l'être humain (bactérie à l'origine de la maladie de Lyme).*

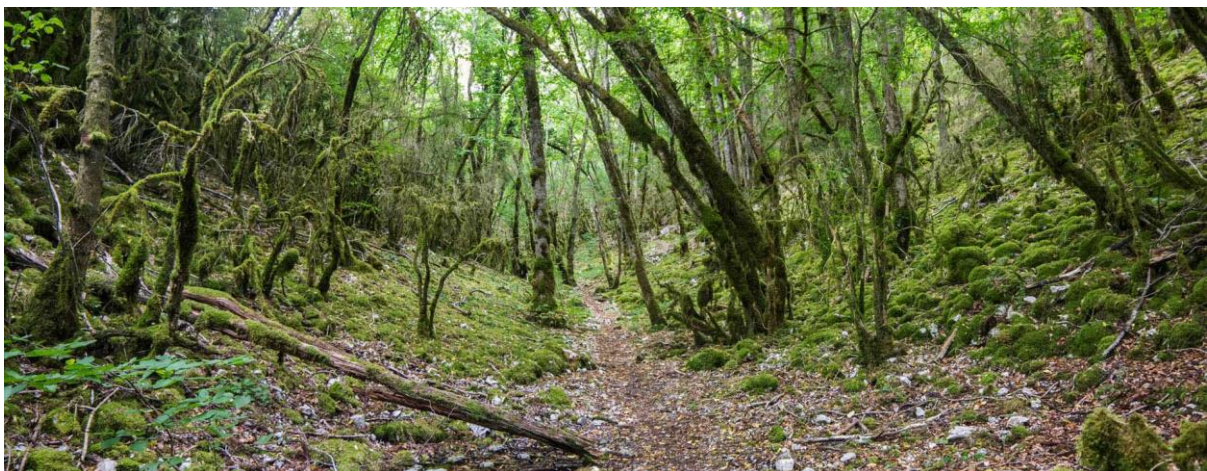
Pour les soirées à l'hôtel :

- 2 à 3 paires de chaussettes (en fonction des conditions météo annoncées, ou si vous êtes frileux-ses) ;
- Des vêtements de rechange ;
- Des chaussures ou chaussons pour l'intérieur ;
- Une pharmacie, avec le nécessaire pour soigner la bobologie quotidienne, pensez aux éventuels soins des pieds (compeed, strap et autres pansements), et bien sûr vos traitements personnels ;
- **Les serviettes et le nécessaire de toilette sont fournis.**

Nos conseils pour éviter les ampoules :

L'ampoule est clairement l'ennemi numéro 1 du randonneur ! Et pour les éviter, mieux vaut prévenir que guérir. Nous vous conseillons donc :

- *De « casser » vos éventuelles chaussures neuves avant le séjour (deux à trois demi-journée de randonnée devraient suffire) ;*
- *De vous hydrater les pieds avec de la crème hydratante deux à trois fois par semaine, pendant un mois avant le séjour (les ampoules arrivent fréquemment lorsque les pieds sont secs) ;*
- *D'utiliser des chaussettes en laine plutôt qu'en coton.*



DATES ET PRIX

Nous organisons ce séjour **de la mi-avril à la fin du mois de juin, et de septembre à fin octobre.**

Le prix est **dégressif** en fonction du nombre de participants :

- **6 personnes** : à partir de **740 euros / personne**
- **7 personnes** : à partir de **720 euros / personne**
- **8 personnes** : à partir de **700 euros / personne**
- **9 personnes** : à partir de **685 euros / personne**
- **10 personnes** : à partir de **675 euros / personne**
- **11 personnes** : à partir de **670 euros / personne**
- **12 personnes** : à partir de **665 euros / personne**

NOTA : Ces tarifs sont donnés à titre indicatif, avec les prestations mentionnées ci-dessous. Ils sont susceptibles d'évoluer, à la baisse comme à la hausse, en fonction des caractéristiques propres à votre séjour : nombre de participants, durée, jours de repos... **N'hésitez donc pas à nous demander une offre personnalisée pour votre groupe !**



LE PRIX COMPREND

- La pension complète avec pique-nique à partir du dîner du jour 1 jusqu'au déjeuner du jour 6
- La taxe de séjour (1,10 euros / jour / personne)
- 5 journées d'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'état et passionné
- La mise à disposition gratuite du minibus, incluant les navettes depuis et vers la gare de Dijon ainsi que les transferts vers les départs des randonnées

LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'assurance annulation facultative (3,5% du prix du séjour)
- L'assistance rapatriement facultative (1,5% du prix du séjour)
- Les boissons et dépenses personnelles

ASSURANCE ET ASSISTANCE

Elles sont facultatives, mais nous sommes tenus de vous les proposer. Lors de la réservation de votre séjour, vous pouvez souscrire à une Assurance annulation – perte de bagages - interruption de séjour et/ou à une Assistance rapatriement. Leur montant est calculé en fonction du prix du séjour. Elles doivent être réglées en totalité dès la réservation. Vous pouvez télécharger les contrats détaillés sur notre site, nous les joindrons à votre confirmation d'inscription.

Important : vous êtes peut-être déjà couverts par vos propres assurances, en particulier si vous réglez votre séjour par carte bancaire. Renseignez-vous auprès de votre assureur et de votre banquier. Dans ce cas, **munissez-vous lors du séjour de votre numéro de contrat ainsi que d'un numéro d'appel en cas de sinistre.**

MODALITES DE PAIEMENT

Si votre réservation intervient plus de trois semaines avant la date de départ, vous commencerez par régler un acompte d'un montant équivalent à 30% du prix du séjour. Le solde restant devra ensuite être réglé, au plus tard, trois semaines avant la date de départ.

Si votre réservation intervient moins de trois semaines avant la date de départ, vous devez régler directement la totalité du prix du séjour.

POUR EN SAVOIR PLUS

Les cartes

- IGN Top 25 : 3022ET – Val Suzon – St-Seine l'Abbaye – Dijon Ouest
- IGN Top 25 : 3023 OT – Nuits-Saint-Georges
- IGN Top 25 : 2922E – Vitteaux

FUGUES EN MONTAGNE

24, impasse du Cancel - 05100 Cervières
07.64.42.99.65

contact@fuguesenmontagne.com - www.fuguesenmontagne.com

SIRET : 905 341 368 00017 / APE : 9499Z / TVA intracommunautaire : FR 60905341368

Association de tourisme Affiliée à l'APRIAM – 73800 Porte de Savoie

Immatriculation Atout France – 79/81 rue de Clichy - 75009 Paris - n° IM 073.10.0023

Garantie financière : Groupama assurance – 5, rue du centre – 93199 Noisy le Grand – 01.49.31.31.31 – Contrat n°4000713451/0

Responsabilité civile et professionnelle : Mutuelles du Mans – 14, Bd marie et Alexandre Oyon 72030 Le Mans - Police A3.056.234

Médiateur consommation : Société Médiation Professionnelle - 24, rue Albert de Mun - 33000 Bordeaux <http://www.mediateur-consommation-smp.fr/>