Fugues en Montagne
24, impasse du Cancel - 05100 Cervières
07.64.42.99.65
contact@fuguesenmontagne.com

Balades sauvages à raquette au cœur du Haut Jura

Séjour de randonnée en raquette en étoile et accompagné
6 jours / 5 nuits / 5 jours de randonnée à raquette

Ce séjour de randonnée en raquettes vous promet une réelle immersion au cœur du Haut-Jura enneigé !

Depuis notre hôtel niché dans les paysages typiques des hauts plateaux jurassiens, nous cheminerons une semaine durant entre combes et crêts, dans des reliefs toujours parfaitement adaptés à la pratique de la raquette, tantôt en forêt, tantôt au fil de clairières, parfois sur des crêtes dégagées nous offrant de sublimes belvédères.

Ce programme vous assure, raquettes aux pieds, une véritable plongée dans le « grand blanc » jurassien, paradis reconnu des activités nordiques, constellé de ses superbes et traditionnelles fermes d'alpage. Si la météo nous est favorable, vous profiterez même de points de vue exceptionnels sur le Haut-Jura et les Alpes, au fil d'ascensions emblématiques et accessibles dont vous garderez longtemps le souvenir !

Côté hébergement, Lucie et son équipe vous accueilleront avec plaisir dans leur hôtel** pour ce séjour raquettes, avec une cuisine franc-comtoise généreuse et de saison qui régalera vos papilles et comblera vos appétits de randonneurs-euses !

LES PLUS DE VOTRE SÉJOUR

- *Une véritable immersion dans la montagne jurassienne enneigée*
- *La découverte du secteur des hautes combes, vrai bijou au sud du Jura*
- *Quelques ascensions emblématiques, et leurs exceptionnels panoramas*
- *Des itinéraires variés… et souvent confidentiels*
- *Un hébergement accueillant très bien situé au cœur des hautes combes*

PROGRAMME

JOUR 1 : Accueil du groupe à l'Hôtel Le Trappeur, présentation du séjour

Rendez-vous **à partir de 18h à l'hôtel Le Trappeur** situé à : Le Manon, 39310 Les Molunes. Installation dans vos chambres et présentation du séjour autour d'un apéro.

JOUR 2 : Les chemins secrets du Crêt au Merle

Après un court transfert (moins de 15 min), nous partirons depuis le lieu-dit de l'Anquerne. Cette première randonnée de la semaine vous permettra de vous immerger profondément dans les forêts et plateaux jurassiens enneigés. En suivant le relief calcaire et sa logique « en échelles », nous accéderons au Crêt aux Merles (1450 mètres), qui nous offrira un belvédère exceptionnel sur le plateau et la Haute Chaîne. Si la météo nous est favorable, vous devriez même apercevoir les plus hautes cimes des Alpes ! Au retour, nous gravirons en passant le Crêt du Nerbier (1370 mètres), au fil d'un entrelacs de paysages typiques du Haut-Jura, mêlant crêtes, combes et clairières !

11 km // 350 mètres D+

JOUR 3 : La boucle du Noirmont

Après un transfert de vingt minutes environ, nous nous offrirons pour cette seconde journée une jolie escapade helvétique ! Notre itinéraire, en boucle, traversera ces vastes étendues immaculées et jalonnées de leurs traditionnelles fermes d'altitude, propres aux plateaux jurassiens, avant d'accéder au Noirmont (1570 mètres). De là-haut, si la météo nous sourit, votre regard embrassera un panorama exceptionnel sur les Alpes et le Jura, d'où émergeront… les prochains sommets de la semaine ! La descente se fera par les crêtes, afin de profiter le plus longtemps possible de ce fantastique belvédère, magnifié par les couleurs de la fin de journée !

12 km // 450 mètres D+

JOUR 4 : Echappée sauvage au Crêt de Chalam

Un transfert d'un quart d'heure nous conduira à la Pesse, où nous chausserons les raquettes en direction de l'un des plus hauts sommets du sud du Jura : le Crêt de Chalam (1540 mètres). Notre ascension empruntera une succession de combes très sauvages, parcourues de leurs paisibles ruisseaux. Au sommet, nous profiterons d'une vue imprenable sur les hauts plateaux jurassiens et sur la Haute-Chaîne, coiffée des

plus hautes cimes alpines se détachant sur l'horizon. Durant notre descente vers la Pesse, nous passerons par la Borne aux Lions, qui nous rappellera l'histoire humaine - et parfois dramatique - du massif, avant de faire escale au refuge du Berbois pour y déguster une boisson chaude bien méritée !

13 km // 500 mètres D+

JOUR 5 : Un sommet jurassien emblématique : la Dôle

Pour cette quatrième journée, nous retournerons à nouveau en Suisse, après un transfert d'une quinzaine de minutes. Cette fois-ci, nous partons faire l'ascension de la Dôle, sommet bien connu et ô combien emblématique, coiffé de son observatoire et de sa station météo en forme de boule, qui surplombe le Léman Genevois et offre un époustouflant belvédère sur les Alpes du Nord. Au fil de notre itinéraire en boucle, vous traverserez de vastes alpages et des combes enneigées jalonnées de leur chapelet de fermes d'altitude. Une seule certitude donc : cela devrait être une bien belle journée !

11 km // 600 mètres D+

JOUR 6 : Le grand tour du Lac de l'Embouteilleux

Pour ce dernier jour, nous chausserons les raquettes au hameau de l'Embossieux (15 minutes de trajet), puis nous nous dirigerons plein Nord pour atteindre, à travers une succession de clairières et de séquences forestières, le lieu-dit de Pré Grandvaux. De là, nous rejoindrons le hameau ruiné de la Grande Molune par la combe rousse, avant de descendre vers le lac de l'Embouteilleux, qui devrait nous offrir un beau spectacle hivernal ! Une dernière montée d'une demi-heure environ nous séparera alors de nos véhicules. Si le groupe le souhaite, nous pourrons nous réchauffer et boire un verre sur place après cette dernière journée de raquettes !

10,5 km // 300 mètres D+

IMPORTANT : nous nous réservons le droit de modifier le programme, même une fois arrêté avec le groupe, 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

Le **Jour 1 à partir de 18h à l'hôtel le Trappeur**, situé à Le Manon - 39310 - Les Molunes. Un pot d'accueil vous sera offert une fois installé dans vos chambres, l'occasion pour votre accompagnateur de vous parler plus en détail du déroulement du séjour mais aussi de se rencontrer et de partager un moment de convivialité.

Arrivée en train :

Gare SNCF de DIJON (avec navette gratuite aller-retour – voir ci-après) :

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

Depuis Lyon Part Dieu : TGV (1h40) ou TER (2h10)

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

Depuis Besançon Viotte : TGV ou TER (55 minutes dans les deux cas)

Arrivée en voiture :

Depuis le nord, par l'A31 ou l'A38 (ou depuis Dijon) : prendre l'A39 à Dijon jusqu'à la sortie 7 (Poligny), puis emprunter la N5 et passer par Champagnole, Saint-Laurent-en-Grandvaux et Morez. Lorsque vous dépassez Morez, prenez à droite sur la D25 en direction de Prémanon, puis de Lamoura. Quittez la D25 pour la D292 au niveau de Combe-du-Lac jusqu'à Lajoux. Traversez Lajoux, par la D436, et tournez à droite avant la sortie du village en empruntant la D292 en direction de les Moussières / les Molunes / le Manon. Au hameau le Manon, prenez à droite sur la D292E4 (direction Septmoncel),

puis une nouvelle fois à gauche devant l'hôtel restaurant Gruet le Manon. Encore quelques centaines de mètres, et vous serez arrivés à notre hôtel !

Depuis l'est par l'A36 (ou depuis Besançon) : depuis Besançon, rejoindre Arbois par la N83, avant de vous diriger vers Champagnole par la D469 puis la N5 que vous trouverez à Montrond. Poursuivez sur la N5 et passez Saint-Laurent-en-Grandvaux puis Morez. A la sortie de Morez, prenez à droite sur la D25 en direction de Prémanon, puis de Lamoura. Quittez la D25 pour la D292 au niveau de Combe-du-Lac jusqu'à Lajoux. Traversez Lajoux, par la D436, et tournez à droite avant la sortie du village en empruntant la D292 en direction de les Moussières / les Molunes / le Manon. Au hameau le Manon, prenez à droite sur la D292E4 (direction Septmoncel), puis une nouvelle fois à gauche devant l'hôtel restaurant Gruet le Manon. Encore quelques centaines de mètres, et vous serez arrivés à notre hôtel !

Depuis le sud par l'A42 (ou depuis Lyon) : prendre l'A42 jusqu'à Pont d'Ain, puis l'A40 jusqu'à Nantua, puis empruntez l'A404 jusqu'à Oyonnax. Il faudra ensuite passer par Arbent (D106d), Viry (D85), la Pesse et Les Moussières (D25). A les Moussières, prenez à droite sur la D292 (direction Lajoux) pendant un peu plus de 8km. Dans le hameau du Manon, tournez à gauche sur la D292E4 (direction Septmoncel), puis une nouvelle fois à gauche devant l'hôtel restaurant Gruet le Manon. Encore quelques centaines de mètres, et vous serez arrivés à notre hôtel !

IMPORTANT : quel que soit l'itinéraire que vous empruntez, il est obligatoire d'être équipé de pneus neige ou de chaînes (entraînez-vous à les mettre avant de partir !).

Parking :

Vous pourrez stationner le temps du séjour sur le parking gratuit de l'hôtel.

Navette :

Notre accompagnateur part de Dijon en minibus et vous propose **une navette gratuite, aller et retour, limitée à 8 places et depuis Dijon uniquement.**

Deux rendez-vous possibles sont proposés le J1 :

- A **15h sur le parking** situé Rue des Valendons à Dijon, directement à l'entrée du chemin des violettes (en face de la Chaufferie des Valendons) ;
- A **15h20 à la gare de Dijon Ville**, pour les randonneurs arrivés la veille ou le matin en train, au niveau de l'arrêt minute situé à sortie du passage Henri Vincenot (boulevard Albert 1er, en face du jardin de l'Arquebuse).

DISPERSION

Le séjour se terminera le Jour 6**, autour de 16h**, une fois revenu à nos véhicules. Nous devrions normalement pouvoir boire le verre de l'amitié sur place avant de nous quitter !

Retour en train :

Notre navette gratuite vous déposera le **J6 en gare de Dijon pour 19h30 au plus tard**.

Derniers trains au départ de Dijon :

- **pour Paris Gare de Lyon :** 20h27 ou 21h15
- **pour Lyon Part Dieu :** 19h43 ou 20h47
- **pour Strasbourg :** 4 trains possibles (le premier à 19h50)
- **pour Besançon :** 5 trains possibles (le premier à 19h50)

HÉBERGEMENT AVANT OU APRES LE SEJOUR

Aux Molunes (Commune de Septmoncel - les Molunes) :

- Hôtel le Trappeur - 03 84 41 21 26
  https://www.hoteltrappeur.com/fr/

- Hôtel le Manon - 03 84 41 22 16
  http://www.hotel-lemanon.com/

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 ▲▲

Nous gravirons de 350 à 600 mètres de dénivelé et marcherons de 5h à 7h quotidiennement. Les itinéraires prévus ne comportent pas de passages délicats.

Votre accompagnateur s'adaptera au niveau et à l'ambiance du groupe pour proposer des itinéraires plus tranquilles ou, au contraire, plus sportifs. Les premiers de cordée encouragent les suivants dans une ambiance toujours bon enfant.

Si vous vous sentez plus proche d’Homer Simpson que de Kylian M’Bappé, 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 pas faire de mal !

Important : n’oubliez pas que vous devez avoir la capacité à participer à ce séjour. Vous pouvez nous contacter (geoffroy@fuguesenmontagne.com) pour nous poser vos

questions sur le déroulement du séjour et le niveau requis. Toute information vous concernant et pouvant avoir une influence sur ce séjour doit nous être communiquée.

HÉBERGEMENT

Vous logerez en demi-pension avec pique-nique à l'hôtel le Trappeur, situé sur la commune de Septmoncel - Les Molunes. Au cœur du Haut-Jura et des Hautes Combes, Lucie et son équipe sauront vous accueilleront avec plaisir dans leur hôtel **.

L'hébergement se fait en chambre double (une possibilité de chambre triple, avec espace séparé pour la troisième personne). Toutes les chambres sont équipées de sanitaires privatifs (wc et salle de bain).

Après les randonnées, vous pourrez profiter du bar de l'hôtel et d'un espace commun qui sera mis à la disposition du groupe. Le WiFi est en accès libre et gratuit. Pour en savoir plus, vous pouvez visionner des photos de l'hôtel en cliquant sur le lien suivant : site web de l'hôtel le Trappeur.

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. Tous les détails liés à l'hébergement sont traités exclusivement entre l'hôtelier et Fugues en Montagne, en lien avec le groupe. Merci de votre compréhension.

RESTAURATION

Vous logerez à l'hôtel le Trappeur en demi-pension avec pique-nique, ce qui inclue donc l'ensemble des repas :

- Le dîner : le dîner se déroulera dans la salle du restaurant de l'hôtel et variera selon les inspirations du chef ! Mais rassurez-vous, la montagne, les produits du terroir et les spécialités locales ne seront jamais bien loin de vos papilles !
- Le petit déjeuner : il vous sera présenté en buffet et sera adapté à la journée de randonnée qui s'annonce (pain, viennoiseries, beurre, miel et confitures, yaourts, céréales, fruits, chocolat ou café ou thé, jus de fruit...).
- Les pique-niques : le pique-nique variera chaque jour. Il comprendra une soupe chaude, une salade froide à base de féculents, et des aliments « collectifs » comme du pain, du fromage, de la charcuterie, un cake… le tout accompagné d'un fruit. Une boisson chaude (thé ou café) viendra ponctuer ce délicieux moment. Vous devriez tenir jusqu'au goûter !

Important : pour que les éventuelles demandes des participants relatives aux menus et allergies soient transmises à l'hôtel le Trappeur suffisamment tôt, **elles devront nous parvenir au plus tard deux semaines avant le début du séjour.**

ENCADREMENT

Par Geoffroy, accompagnateur en montagne professionnel diplômé d'état, passionné et fin connaisseur des lieux. Il sera systématiquement équipé d'une trousse de premiers soins, d'une paire de jumelles, et des moyens adéquats pour déclencher les secours.

GROUPE

Ce séjour est exclusivement réservé aux groupes composés de 5 à 14 personnes.

TRANSFERTS INTERNES

Les transferts pour se rendre au départ des randonnées seront toujours les plus limités et courts possible, afin de réduire notre impact et de privilégier les temps d'activité. A cette fin, nous covoiturerons au maximum pour réduire le nombre de véhicules utilisés. Notre accompagnateur sera équipé d'un minibus permettant de transporter 8 personnes.

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 les pique-niques nous fournissons à chaque participant un sac en tissu, avec un gobelet, ainsi que le contenant et les couverts nécessaires au repas. Les thermos pour la soupe et les boissons chaudes sont également fournies par Fugues en Montagne, et seront répartis dans le groupe chaque matin.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Pour se prémunir des frimas hivernaux, la bonne méthode est celle de l'oignon, à savoir ajuster sa température grâce à des couches de vêtements pas trop chauds, afin de ne pas trop transpirer. En cas d'investissement à l'occasion d'un séjour avec nous, nous vous conseillons d'adopter les vêtements en fibre naturelle mérinos, chaude, respirante et sans mauvaises odeurs en cas de transpiration.

Pour la randonnée :

- un sac à dos de taille moyenne (30 à 40 litres) pour les affaires de la journée et de la nuitée (gourde/thermos, vêtements chauds, jumelles, appareil photo, vêtements secs…) et le pique-nique. Des sangles pour pouvoir accrocher les raquettes sont souvent bienvenues ;
- un sur-sac pour protéger les affaires en cas de chute de neige ;
- un pantalon chaud et imperméable ou un pantalon plus léger et un collant ;
- un coupe-vent type Gore Tex ;
- une doudoune pour se prémunir des froids les plus mordants ;
- un pull pas trop épais éventuellement en polaire ou mérinos ;
- des sous-vêtements (collants, t-shirt manches longues...) chauds et séchant rapidement (pourquoi pas en mérinos !) ;
- des chaussures de randonnées montantes et imperméables ;
- un bonnet chaud protégeant bien les oreilles ;
- deux paires de gants, des fins et des gants (ou moufles) chaud(e)s et imperméables
- des guêtres si le pantalon de neige ne possède pas de bons élastiques et/ou crochets pour se maintenir sur la chaussure ;
- une gourde isotherme de préférence (1,5 litres minimum) ;
- une paire de lunettes de soleil très protectrice ;
- un tube de crème solaire et un stick à lèvres, tous deux très protecteurs ;
- une pochette étanche pour transporter vos documents importants ;
- facultatif : un appareil photo, une paire de jumelles...

Pour la soirée :

- vos vêtements et vos affaires personnelles (instruments de musique, jeux, livres…) pour passer de belles soirées conviviales au cœur du Haut-Jura enneigé ;
- une paire de chaussons légers pour l'intérieur ;
- une petite trousse de toilette (l'auberge fournit à chaque client du linge de toilette et un petit savon) ;
- 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.

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 « faire » vos éventuelles chaussures neuves avant le séjour (deux à trois demi-journées 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 du mois de janvier à la fin mars.

775 euros / personne

Ce tarif est donné à titre indicatif, pour un groupe de 10 personnes, avec les prestations mentionnées ci-dessous. Il est susceptible d'évoluer, à la baisse comme à la hausse, en fonction des caractéristiques propres à votre séjour : nombre de participants, durée, jours de repos, nuit en refuge, dates du séjour…

LE PRIX COMPREND

- La demi-pension avec pique-nique, à partir du dîner du jour 1 février jusqu'au pique-nique du jour 6
- La taxe de séjour
- 5 journées d'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'état

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 : 3328OT – Crêt de la Neige – Oyonnax – Lélex – PNR du Haut Jura
- IGN Top 25 : 3327ET – Morez – Les Rousses – Col de la Faucille

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 : en cours d'immatriculation
Association de tourismeAffiliée 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/