



**VOYAGES EN
TERRES LOCALES**
Au cœur du pays

Fiche technique - Itinérance dans le Jura

Un séjour itinérant en ski de randonnée nordique à travers le Jura suisse
- prix ttc : 660€/pers - Du Rendez-vous en 2023

Description

Un séjour itinérant de 7 jours sur les crêtes vallonnées du Jura. Ce voyage en itinérance permet de s'immerger dans le massif de manière douce et ludique. Le séjour permet de traverser l'ensemble du massif de la Joux. Après un départ depuis le Brassus, nous nous dirigeons vers le Mont Tendre et ces paysages sauvages. Les deux jours sur place nous permettent de profiter pleinement du lieu. Nous rejoignons ensuite la partie sud à l'aide de nos pulkas. Les monts qui entourent la cabane de Rochefort sont alors notre terrain de jeux : le Noiremont, les mont Pelée, le mont Sala et même la Dôle. Dépaysement garanti pour cette itinérance à l'assaut des crêtes, bois et mont du massif du Jura suisse.

Les plus :

- Une traversée au cœur du massif
- Des hébergements nature (Auberge, gîte et refuges non gardés)
- L'itinérance et l'autonomie qui permettent l'immersion
- Un groupe limité à 8 participants

Jour par jour

J1. Les Rousses

Le rendez-vous est donné aux Rousses (ou à la gare ferroviaire de la Cure pour ceux qui arrivent en train) en début d'après-midi. Nous passons chez le loueur pour ceux qui souhaitent récupérer du matériel. Nous partons sur les pentes qui bordent le village afin d'expérimenter les différentes techniques auxquelles font appel le ski de randonnée nordique.

Nuit dans l'auberge Nuit à l'auberge et préparation à l'itinérance.

D+ : - D- : - Kilomètres : - Temps : 1 - 2h

J2. Le Brassus - Refuge de Cunay

Nous attaquons notre itinérance à partir des hauteurs de la vallée de Joux, au dessus de la Brassus. Le chemin extrêmement sauvage, composé de pré bois et de magnifiques crêtes : le dépaysement est garanti ! C'est une entrée en matière magnifique. Le terrain est vallonnée et il est vraiment plaisant de naviguer dans cet environnement.

L'abri du soir est un refuge non gardé plein de charme. Nous nous installons pour deux nuits dans cette ambiance nature. Le dîner est confectionné par nos soins.

D+ : 450 D- : 150 Kilomètres : 13km Temps : 4 - 5h



VTL.EQUIPE@GMAIL.COM



06 52 12 60 67 - LOTIC BELLE

J3. Refuge de Cunay

Depuis le refuge, nous naviguons autour du Mont tendre. Le ski est ludique sur ce terrains composé de milliers de microreliefs et une alternance de bois et de clairières. Il n'est pas rare d'observer une faune dense : renards, chamois, lièvres, écureuils ou lapin de garenne. Nous terminons la journée par l'ascension du Mont tendre qui se trouve tout proche du refuge.

Retour dans notre logement pour une seconde soirée conviviale.

D+ : 400 D- : 400 Distance : 9 - 13 km Temps : 4 - 6h

J4. Refuge du Cunay - Refuge de Rochefort

Au matin de cette 4ème journée nous empaquetons nos sacs et pulkas afin de changer de lieu d'hébergement. Avec toute nos affaires, nous partons en direction du sud du massif. Une première belle descente nous permet de rejoindre le col du Marchairuz. A la suite du col, nous empruntons la belle combe d'Amburnex, qui offre une pente douce. Cette dernière nous fais passer par la cabane des Praley dans laquelle nous avons la possibilité de nous arrêter manger le repas du midi. L'itinéraire continue dans la foret jusqu'à notre refuge : la cabane de Rochefort.

Le repas du soir est réconfortant après cette belle et longue étape. La cabane non gardé dans laquelle nous logeons est le lieu idéal pour cela.

D+ : 600 D- : 800 Distance : 18 km Temps : 6 - 8h

J5. Refuge de Rochefort

Nous établissons notre repère dans le refuge de Rochefort. La journée est propice à la découverte des lieux environnants. Nous naviguons à travers les terres sauvages et les nombreux monts qui entourent le chalet : Noiremont, les mont Pelée ou encore le mont Sala. Il s'agit d'une bonne journée de ski. Nous rentrons au chalet en fin d'après-midi afin de savourer un gouter et une tisane.

Nouvelle nuit au chalet de Rochefort.

D+ : 300 D- : 300 Distance : 9 - 12 km Temps : 4 - 6h

J6. Refuge de Rochefort - Les Rousses

En fin de matinée nous quittons le refuge de Rochefort. C'est une étape facile qui nous attend durant laquelle nous nous laissons glisser jusqu'à la bordure du village des Rousses. L'étape coule toute seule tant nous maitrisons maintenant notre matériel de ski de randonnée nordique. Nous atteignons le col de la Grivine puis nous continuons à la lisière de la forêt jusqu'à traverser la frontière et revenir dans le jura, côté français. Nous retrouvons nos affaires laissés en début de séjour et en profitons pour prendre une douche bien mérité. Nuit et repas en Auberge.

D+ : 150 D- : 350 Distance : 7 km Temps : 2 - 3h

J7. La Cure - La Dole - La Cure

Il s'agit de vaincre le plus haut sommet du Jura Suisse : la Dole, qui culmine à 1677 mètres. La pente se prête bien à cet exercice. La vue qui domine depuis la Dôle est tout à fait splendide : à 360° elle permet d'admirer une grande partie du plateau du Jura, ainsi que les massifs des Alpes, de l'Oberland au Mont-Blanc. La descente nous permet d'améliorer notre technique et de prendre confiance dans notre matériel. Après un repas de midi convivial et partagé, il est temps de se quitter afin de prendre le chemin du retour.

D+ : 450 D- : 450 Distance : 12 km Temps : 5h



Modification de l'itinéraire

L'itinéraire indiqué peut être sujet à des modifications. Ces modifications peuvent être induites par des problèmes d'organisation (surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), ou une décision du guide (météo, niveau du groupe, etc.). Ces modifications sont toujours effectuées dans votre intérêt, afin de garantir votre sécurité et/ou votre confort.

L'organisation

Niveau

La participation au séjour requiert un bon niveau en ski (ski nordique ou ski de randonnée). Il est demandé de maîtriser le chasse-neige et/ou demi chasse neige. Le séjour nécessite une bonne condition physique générale car nous enchaînons 7 journées de ski de randonnée dans du hors-piste, avec un temps effectif sur les skis compris entre 2 et 7h.

Le transport

L'organisation prend en charge le déplacement. Le départ et l'arrivée se feront depuis les Rousses ou la gare de Cure.

Les hébergements

- Deux nuits sont effectuées en auberge : l'auberge de la Grenotte (J1 et J6)
- Quatre nuits sont effectués en refuges non gardés : le Cunay (J2 - J3) et Rochefort (J4 - J5)

Dans ces derniers, l'hébergement est rustique mais chaleureux. Les refuges de Cunay et de Rochefort sont équipés de toilettes sèches. Il est possible de chauffer ces refuges grâce au poêles et aux buches à disposition.

Les repas

L'ensemble des repas est compris par l'organisation à l'exception du déjeuner J1. Le diner et le petit déjeuner sont servis chaud. Le midi est composé d'un pique-nique.

- Dans les refuges gardés, nous sommes en demi-pension.
- Dans les refuges non gardés, les repas sont préparés par le groupe et le guide.

Les bagages

Le jour n°1 permettra de constituer les sacs nécessaires à l'itinérance (voir la liste de matériel présentée dans la fiche technique). Sur les jours J3 - J4 - J5 - J6 et J7, nous porterons notre propre matériel. Nous disposerons de pulkas pour transporter le matériel (une pulka pour 3-4 personnes). Nous porterons également un sac à dos. Vous retrouverez vos bagages aux Rousses J-6, à l'arrivée. Les bagages laissés au départ seront laissés dans une salle sécurisée.

Le matériel

Le prix ne comprend pas l'achat et/ou la location du matériel individuel et notamment le matériel relatif au ski. Le premier jour du voyage nous passons dans un magasin de location afin que ceux qui souhaitent louer des skis de randonnées nordiques, des bâtons, des peaux de phoques et des



chaussures puissent le faire (environ 110€ (prix à vérifier)). Nous repassons à ce même magasin à la fin de notre séjour afin de rendre les locations.

Une liste de matériel, avec l'essentiel du matériel destiné à l'itinérance est détaillé en fin de la fiche technique. Le jour n°1 du voyage, nous ferons ensemble le point sur ce matériel afin de partir avec l'essentiel.

L'encadrement

Le séjour sera encadré par Loïc Belle, diplômé d'état de ski nordique de fond. Passionné de ski nordique, il encadre cette discipline depuis la saison 2012 à Chamrousse. Également amoureux des séjours itinérants, il encadre depuis plusieurs années des voyages en kayak de mer et randonnées dans les fjords norvégiens.

Le groupe

Le groupe est composé d'un maximum de 8 participants. Cette taille permet de garder un vrai esprit de convivialité et de profiter au mieux de l'immersion. La participation du groupe est appréciée, et notamment pour la réalisation des repas.

Plus d'informations ?

Consultez la fiche technique ou n'hésitez pas à contacter Loïc Belle via vtl.equipe@gmail.com ou au 06 52 12 80 67

Quelques semaines avant le départ, un mail vous sera envoyé afin de récapituler les modalités du séjour.

Les prix

Prix ttc: 660€/personne

Les prix comprennent :

- Le transport depuis les roussets ou la gare de Cure
- L'hébergement
- La nourriture : du diner de J1 au déjeuner de J7.
- L'encadrement
- Les forfaits de ski nécessaires au séjour
- Le matériel collectif (pulkas, réchauds, etc...)

Les prix ne comprennent pas :

- La location du matériel de skis
- Les boissons individuelles
- Les dépenses personnelles
- Les assurances
- Les offres promotionnelles de conditions générales d'inscription
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans "les prix comprennent"



VTL.EQUIPE@GMAIL.COM



06 52 12 80 67 - LOÏC BELLE

Le matériel

Pour J.1 et J.6, J.7

Des affaires confortables pour le soir de J1 et des affaires de rechange pour J6 - J7

Pour l'itinérance

Le jour n°1 du voyage, nous ferons ensemble le point sur ce matériel afin de partir avec l'essentiel et ne pas s'encombrer avec du matériel inutile. Tout le matériel va être transporté (sac à dos + pulkas pour 3-4 personnes).

Matériel de ski nordique (possibilité de louer ce matériel le 1er jour du séjour : nous passerons chez un loueur)

- Skis de randonnée nordique (avec des écailles et des carres)
- Bâtons solides (en métal)
- Chaussures de ski de randonnée nordique
- Peaux de phoques

Bagages

Un sac de 50L pour transporter les affaires durant l'itinérance + un protège sac + des sacs poubelles de 20l-30l (pour protéger les affaires et le duvet et créer des compartiments).

Pour l'activité ski nordique

L'essentiel est de pouvoir faire varier les couches afin de s'adapter aux changements de température. Ainsi, l'objectif est d'apporter plusieurs petites couches, que l'on pourra superposer les unes par dessus les autres.

- 2/3 tee-shirts manches longues, respirant (synthétique ou en mérinos)
- Micro-polaire
- Polaire
- Petite doudoune
- Gore tex
- Collant
- Sur-pantalons
- 4 caleçons / culottes
- 4 paires de chaussettes techniques et chaudes
- Une paire de gants de ski de fond
- Une paire de moufles
- Un bonnet
- Un buff
- Une paire de guêtres (facultatif)
- Lunettes de soleil
- Semelles
- Gourde (1,5l environs)
- Couteau (opinel)



Pour le soir

- 2 tee-shirts de rechange
- Un survêtement
- Serviette de toilette + trousse de toilette
- Mouchoir + Papiers toilette
- Frontale (avec piles de rechange)
- Briquet
- Crème solaire + stick à lèvres
- Duvet léger et/ou drap en soi - sac à viande
- Un sifflet

Electronique :

- Téléphone portable
- (Appareil photo)
- (Batterie externe)

Trousse à pharmacie personnelle

- Couverture de survie
- Petits ciseaux
- Pansements
- Doubles peaux
- Antiseptique
- Collyres en mono dose
- Une bande élastique
- Paracétamol 500 ou Ibuprofène 400 (douleurs et fièvres)
- Spasfon, Loperamide et Smecta (Diarrhées, vomissements et douleurs abdominales)

L'inscription

Inscription

Vous pouvez retrouver le lien d'inscription directement sur le site ou en envoyant un message à Loïc Belle. N'hésitez pas à le contacter par mail vtl.equipe@gmail.com ou par téléphone au 06 52 12 80 67.

50 % d'acompte vous sera demandé lors de l'inscription. La totalité de la somme devra être réglée 35 jours avant le départ.



VTL.EQUIPE@GMAIL.COM



06 52 12 80 67 - LOÏC BELLE