



Raquettes à neige 07-RQ05

JURA - Le plateau des Fourgs

Du vendredi 2 au lundi 5 février 2007

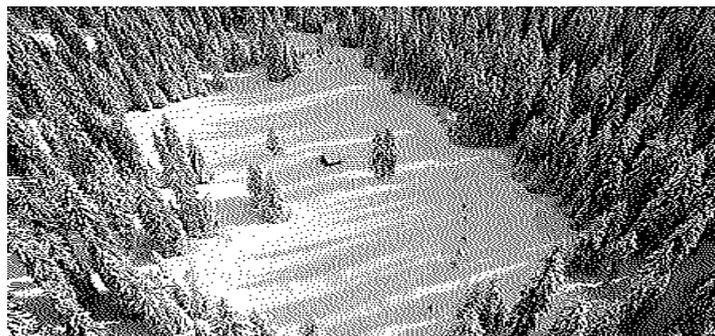
Voici quatre jours pour goûter aux joies des balades en raquettes dans la montagne enneigée. Le séjour se déroulera dans le massif du Jura autour des Fourgs, village situé dans le Haut-Doubs à proximité de Pontarlier.

Dans une géographie douce (plateau d'environ 1 100 m d'altitude), la région offre de jolis itinéraires de balades dans des paysages typiques de pré-bois et de combes. Le relief peu marqué offre malgré tout de belles perspectives.

Les sorties à la journée seront l'occasion de découvrir le milieu montagnard hivernal et de faire d'intéressantes observations naturalistes, notamment avec les traces des animaux (chamois, écureuil, lièvre variable, renard...).

Le séjour est ouvert à tous, notamment aux personnes qui voudraient découvrir ce mode de progression en milieu enneigé qui ne demande aucune compétence technique particulière, seulement d'être en bonne forme physique (capacité à faire une randonnée en Ile-de-France de niveau « Moyen »).

L'animation des balades sera assurée par Philippe Mosnier, animateur professionnel nature et randonnée, titulaire d'un diplôme accompagnateur en montagne, et organisateur au CAF Ile-de-France.



PROGRAMME PREVISIONNEL

Ce programme prévoit une après-midi et trois journées de balades en raquettes consacrées à la découverte du plateau des Fourgs.

Selon les sorties, les distances varieront entre 8 et 15 km avec des dénivelés positifs compris entre 300 et 500 m (niveau Raquette : entre « 2 » et « 3 »).

L'hébergement prévu en point fixe (hôtel dans le village des Fourgs) permettra d'adapter les sorties en fonction de la météo du jour.

- Vendredi 2 février après-midi : belvédère de la Roche Sarrasine et point de vue sur le château de Joux, Montpetot.
- Samedi 3 février : Point de vue sur le lac de Saint-Point, crête des Côtières, village des Fourgs.
- Dimanche 4 février : Les Granges Bernard, chemin du bornage frontalier franco-suisse, Sapin Président, Chapelle du Tourillot.
- Lundi 5 février : La Roche Sarrasine (variante), Les Granges Marguet, Les Granges Bailly.

Niveau physique requis : être capable de réaliser une randonnée classique en Ile-de-France d'au moins 20 km (niveau « Moyen »).

HEBERGEMENT ET REPAS

Village des Fourgs - Auberge du Creux des Pierres (www.creuxdespierres.fr) - Altitude 1 051 mètres.

Hébergement en chambre de deux (lits individuels). Chaque chambre est équipée en douche-lavabo et WC.

Pension complète (hors boissons) avec panier pique-nique pour les déjeuners (prévoir seulement le pique-nique du vendredi).

TRANSPORT

Chaque participant se charge de prendre son billet de train selon les indications suivantes :

Vendredi 2 février	Départ de Paris-Lyon - TGV n° 9281 de 7h44 (*) pour Pontarlier (11h04), puis transfert de la gare de Pontarlier pour Les Fourgs (minibus).
Lundi 5 février	Transfert des Fourgs pour la gare de Pontarlier (minibus) - Départ de Pontarlier (TGV n° 9288 - 18h57) - Arrivée à Paris-Lyon (22h11).

(*) Rendez-vous à 7h30 précises, gare de Lyon, au début du quai du départ de notre train.

MATERIEL SPECIFIQUE ET HABILLEMENT

- ☛ Location de raquettes et de bâtons au village des Fourgs pour ceux qui ne disposent pas de matériel.
- ☛ Chaussures de randonnée : si elles ne sont pas très imperméables, prévoir une protection autour de la chaussure par des sortes de petits « pochons » dans lesquels on glisse les pieds avant d'enfiler les raquettes [à titre indicatif, en vente au magasin « Au Vieux Campeur » situé rue des Ecoles au carrefour avec la rue Saint-Jacques Paris 6^{ème} - Métro : Odéon].
- ☛ Eventuellement, une paire de guêtre pour éviter que la neige entre dans les chaussures.
- ☛ Habillement spécifique : Parka imperméable, pantalon de ski ou (collant et sur-pantalon imperméable), bonnet, gants, lunettes de soleil, crème solaire pour le visage et les lèvres
- ☛ Equipement classique du randonneur, notamment : petit sac à dos, gourde (1 litre minimum), bouteille thermos (éventuellement) avec dosettes, couteau, fourchette ou cuillère, boîte tupperware (pour la préparation de salades pour les paniers pique-nique), couverture de survie ou grand sac plastique (pour s'asseoir dans la neige).
- ☛ Un Arva (Appareil pour la Recherche de Victimes d'Avalanches) n'est pas nécessaire.

INFORMATIONS SUR LA REGION

- ➔ Sites internet : www.creuxdespierres.fr, www.franche-comte.org, www.doubs.org
- ➔ Cartes de la région de Pontarlier: IGN n° 38 (échelle 1/100 000^{ème}) ou Top 25 n° 34325 OT (échelle 1/25 000^{ème})
- ➔ Météo locale : 08 92 68 02 25

BUDGET PREVISIONNEL (par personne) hors SNCF

☛ Transferts Pontarlier-Les Fourgs A/R (minibus)	=	10,50 €
☛ Hébergement (pension complète 3 nuits - hors boissons)	=	225,00 €
☛ Raquettes et bâtons (location 4 jours)	=	40,00 €
☛ Prestation Philippe Mosnier (4 jours)	=	72,50 €
☛ Contribution 2007 à la formation raquette des organisateurs du club (4 jours)	=	10,00 €
☛ Frais administratifs du club (4 jours)	=	12,00 €
TOTAL		= 370,00 €

Versement d'un acompte de 200 € à joindre au bulletin d'inscription. Le solde sera dû à la fin du séjour (prévoir un chèque).

PARTICIPANTS

12 personnes (y compris Annie Chevalier et Philippe Mosnier).

BULLETIN D' INSCRIPTION

À remplir intégralement pour chaque collective.

COLLECTIVE:

Activité: Référence: Nom de l' encadrant (randonnée seulement):
Dates: **Dépense totale à prévoir:**E

Participation aux frais à verser au CAF d' Île-de-France à l' inscription:E	
Facultatif:	() je souscris l' assurance annulation: Option 3: motifs d' annul. ++ nbrx, interruption de séjour, vol bagages 1500 E (2,50 % du montant de la dépense totale à prévoir, minimum 8,00 E).....E
TOTAL:E	
Mode de paiement:.....Chèque à l' ordre du Club Alpin Français d' Île-de-France () Espèces () CB ()	

Facultatif: Référence d' un 2e choix:..... Référence d' un 3e choix:.....
J' ai la F.T. correspondante oui () non () J' ai la F.T. correspondante oui () non ()
(F.T.= fiche technique, ou programme)

PARTICIPANT:

Nom: Prénom:
Téléphone (domicile): (travail):
Télécopie (domicile): (travail):

<i>Date de l' accord de l' encadrant (s' il y a lieu):/...../.....</i>
--

Adresse:

Numéro d' adhérent: _ _ _ _ / _ _ _ _ / _ _ _ _

CAF d' appartenance: (joindre photocopie de votre carte CAF si vous n' êtes pas
membre du CAF d' Île-de-France).

PERSONNE À PRÉVENIR EN CAS D' ACCIDENT:

Nom: Prénom: Lien de parenté:
Adresse: Téléphone:

Je certifie que j' ai pris connaissance de la F.T. (fiche technique, ou programme) relative à la sortie à laquelle je m' inscris, que je me conformerai à toutes ses indications, notamment en ce qui concerne le matériel et l' équipement, et que ma condition physique et mon niveau technique sont ceux requis.

Date:
Signature: