



Itinérance à travers le Jura franco-suisse

Du 6 au 12 février 2013

Organisation : Alain CHANGENET

niveau M Λ Λ : 8 places

Terrain nordique

13-RQ15

Nous traversons le Jura sur la frontière entre Vallorbe et Bellegarde. Le parcours sur les crêtes qui dominent le lac Léman nous réservent des vues exceptionnelles non seulement sur le massif du Mont Blanc mais aussi sur l'ensemble des Alpes, de l'Oberland à l'Oisans. Nos étapes nous permettront de bien profiter des villages et hameaux qui ont su garder leur caractère authentique.

Nous serons hébergés en hôtels et en gîtes.

Nous évoluons en terrain nordique.

Cartographie :

IGN Top 25 : 3327ET – 3328ET- 3426OT

carte nationale suisse 1221 LE SENTIER

Départ mercredi 6 février 2013 et retour mardi 12 février 2013

Rendez-vous en gare SNCF de Vallorbe à l'arrivée du train

Programme prévu :

Le programme n'est pas contractuel. Les itinéraires pourront être ajustés en fonction des conditions nivo/météo et de la forme des participants.

jour 1 – 6 février 2013 : Vallorbe – L'Abbaye

+650/-400 8km - 04h30

Nous ne chausserons peut-être pas les raquettes pour rejoindre notre auberge au bord du Lac de Joux ! Cette première journée sera pour nous consacrée à l'échauffement !

jour 2 – 7 février 2013: L'Abbaye – Col du Marchairuz

+850/-450 15km -

L'ascension du Mont Tendre (1679m) nous plonge dans le vif du sujet. Le parcours sur la longue échine nous offrira de magnifiques vues sur la Vallée de Joux et sur les Alpes bernoises. Nous rejoignons notre hotel au Col du Marchairuz.

Jour 3 – 8 février 2013 : Col du Marchairuz - Bois-d'Amont

+300/-650 11km -

Nous traversons le parc naturel Vaudois pour rejoindre la France à Bois-d'Amont par la combe des Amburnex. Ce soir nous dormirons dans notre gîte perdu au fond des bois.

Jour 4 – 9 février 2013 : Bois-d'Amont - Prémanon

+720/-710 13km -

Cette étape nous donnera la dimension « sauvage » du Jura. A travers les « petits plats », des pâturages français en territoire suisse, nous rejoignons le Noirmont (1533m). De là nous pourrons profiter du panorama sur le massif du Mont Blanc et sur les Alpes Valaisanes. A Prémanon, nous nous installons pour deux nuits.

jour 5 – 10 février 2013 : La Dôle

+750/-750 13km -

Plusieurs itinéraires permettent de regagner le sommet de la Dôle d'où là encore la vue sera somptueuse sur les Alpes et le Chablais en particulier, ce qui devrait nous rappeler quelque chose !

jour 6 – 11 février 2013 : Prémanon - Lelex

+450/-720 12km -

Nous emprunterons peut-être un bus pour raccourcir l'étape, on verra... A travers les « prés bois » et les « Hautes Combes », nous sommes ici au cœur du Parc Naturel du Haut Jura.

jour 7 – 12 février 2013 : Le Crêt de la neige

+400/-400 7km -

La cerise sur le gâteau : l'ascension du Crêt de la neige (1717m), le point culminant du Jura. Après la première longueur en télécabine, nous chemineront jusqu'au sommet par la crête d'où nous dominerons Genève et le lac. A l'issue de la descente, nous prendrons le car pour Bellegarde où nous retrouverons notre TGV pour Paris.

Voyage :

Aller le mercredi 6 février 2013 :

TGV de Paris Gare de Lyon à 08h03 arrivée à Vallorbe à 10h59

Retour le mardi 12 février 2013 :

TGV de Bellegarde à 18h10 arrivée à Paris à 20h49

Dispersion en gare de BELLEGARDE.

Equipement :

Tout en restant conscient du fait que l'ennemi, c'est le poids vous pourrez préparer votre sac en vous inspirant de cette liste type :

MATERIEL ET ACCESSOIRES

- Sac à dos permettant d'y fixer les raquettes
- Couvre-sac (ou cape de pluie)
- Raquettes à neige avec fixation à plaque articulée
- Paire de bâtons de marche avec rondelles neige
- Ensemble ARVA (piles neuves+rechange), pelle, sonde
- Couverture de survie (modèle plastifié)
- Sifflet
- Lunettes de soleil (cat. 3) avec protections latérales
- Masque de ski
- Gourde et/ou thermos
- Canif
- Lampe frontale

VÊTEMENTS ET CHAUSSURES

- Sous-vêtements chauds haut et bas
- T-shirt manches longues et/ou chemise
- Pantalon
- Ceinture
- Chaussettes chaudes
- Chaussures de montagne (très bonne imperméabilité)
- Guêtres
- Recharges pour le soir
- Chaussons (pour le refuge)

SE PROTÉGER DES INTEMPÉRIES, DU FROID, DU SOLEIL

- Veste imperméable
- Surpantalon imperméable
- Polaire ou doudoune

DIVERS

- Crème solaire
- Stick lèvres
- Pharmacie personnelle
- Drap-sac (sac à viande)
- Serviette, gant de toilette
- Trousse de toilette
- Papier hygiénique
- Mouchoirs
- Boules Quiès

VIVRES

- Pique-nique du jour et en-cas
- Gâteries personnelles

PAPIERS

- Carte nationale d'identité
- Carte CAF
- Quelques espèces (dépenses perso, ~10€ / jour pour pique-nique, pot, gâteries...)
- Quelques chèques
- Carte Bleue Visa
- Billets de train

ET ...

- Appareil photo
- Carnet, crayon
- Lecture
- Lunettes de vue
- Téléphone portable

Carte CAF obligatoire.

PARTICIPATION AUX FRAIS et INSCRIPTION : 380€ à régler lors de l'inscription

La participation financière ne comprend pas les voyages en train
Paris – Vallorbe - Bellegarde - Paris

Inscription en déposant un bulletin d'inscription accompagné du règlement à l'ordre du Club Alpin Français d'Ile de France.

Par courrier : 5 rue Campagne Première, 75 014 Paris

Ou sur place : 12 rue Boissonade 75 014 Paris (Métro Vavin ou Raspail, RER Port-Royal).

Demandez des renseignements si vous souhaitez souscrire une assurance annulation.

Au plaisir de vous rencontrer !

N'hésitez pas à me demander des précisions :

En m'écrivant : alain.changenet@orange.fr

En m'appelant (tel : 06 89 15 03 02)