

FICHE TECHNIQUE

4 Jours en Jura, autour des Rousses

Réf : 14-RQ15

Date : du 12 au 15 février 2014

Niveau physique : Moyen à Moyen + Niveau technique : Δ

Type de terrain : Nordique avec quelques pentes & dénivelés

Nombre de personnes : 9 (y compris l'organisateur)

Ouverture des inscriptions : 10 octobre 2013

Depuis le Chalet CAF des « Tuffes » nous explorerons pendant 4 jours les environs de la station des Rousses. Le sommet de la Dôle avec des vues magnifiques sur le jura suisse et le Mont Blanc devrait être au programme, tout comme le Crêt de la neige (point culminant du Jura) le dernier jour.



Mercredi 12 février :

Rendez-vous à la gare de Bellegarde à 9h47 (départ de Paris- Lyon à 07h07 TGV lyria 9761).

Puis nous prendrons chez le loueur le minibus 9 places qui nous assurera une autonomie complète durant ces 4 jours. Nous aurons une cinquantaine de kms à faire pour rejoindre les Rousses, et nous installer au chalet des Tuffes. En début d'après-midi sortie raquette de la ½ journée

Jeudi 13 et vendredi 14 février

Sorties à la journée en fonction de la météo et de la nivologie (nombreux itinéraires possibles). Chaque fin d'après-midi il sera possible de descendre aux Rousses avec le Minibus pour faire quelques achats

Samedi 15 février

Si la météo est favorable, départ de bon matin du chalet des Tuffes pour Bellegarde par Lélex ou nous ferons au passage le « Crêt de la neige »

En cas de mauvaise météo, nous randonnerons aux Rousses et retournerons à Bellegarde en fin d'après-midi. **Train à 20h10**, arrivée à Paris à 22h49 (TGV Lyria n° 9784)

ATTENTION le déroulement de cette sortie est conditionnel

Afin de ne pas reporter le cout de la location du minibus sur 4 ou 5 personnes seulement, Le départ n'aura effectivement lieu que si les 8 places sont remplies. Si la sortie est annulée, le remboursement sera complet, y compris des frais administratifs.

Date limite d'inscription le jeudi 31 octobre

Niveau technique et physique

Le terrain est normalement nordique. Un sommet comme la Dôle présente quelques pentes mais jamais très raides. Aucun passage technique ni exposé.

Par contre certaines sorties peuvent être assez longues avec des conditions climatiques difficiles. IL faut être en forme. Ce séjour est normalement accessible à tout randonneur pouvant marcher 20 kms par jour sur 7 h environ & 500/700 m de dénivelé avec un sac léger. (Mais les neiges lourdes ou croutées peuvent être fatigantes)

L'organisateur se réserve le droit de modifier le programme pour toutes raisons de sécurité (météo & nivologie en particulier) et selon le niveau des participants

Dépenses à prévoir

Location minibus : environ 450 € pour les 4 jours, soit 50 € par personne

Diesel : environ 60 €, soit 7 € par personne

Chalet des Tuffes : 3 ½ pensions à 33 € : 99 €

Frais de l'organisateur (cartes & divers) : 5 €

Frais administratifs : 13 € + 6 € raquettes = 19 €

Total à payer à l'inscription 180 € (sans le train, chacun est libre de son transport jusqu'à Bellegarde – environ 55 € l'A/R en billet Prem's)

Une régularisation en + ou – sera faite en fin de séjour

Le chalet des Tuffes peut fournir les piqueniques du midi (en plus), mais nous pouvons aussi faire des courses aux Rousses le soir. Il y aura possibilité de prendre une télécabine pour écourter l'ascension du crêt de la neige (en fonction de la forme du groupe et de la météo)

Equipement de sécurité indispensable :

ARVA pelle et sonde obligatoire. Vous pouvez les emprunter au CAF (ne pas oublier les piles pour l'ARVA)

Nous serons normalement en terrain nordique mais il est toujours possible de rencontrer une pente plus raide (même courte) ou de se trouver sous une telle pente. Cela permettra en plus de faire des exercices. + **sifflet (indispensable en cas de brouillard)**

Papiers d'identité

Carte du CAF en cours de validité

Carte Nationale d'Identité indispensable : nous pourrions éventuellement passer en Suisse

Raquettes et vêtements

Ces 4 jours sont « en étoile », nous pourrions donc laisser des affaires au gîte ou dans le minibus pendant la journée. **Attention nous serons dans des régions très froide (Mouthe n'est pas loin !)**

- **raquettes** ajustées aux chaussures & deux bâtons avec rondelle à neige
Se méfier des raquettes de location. Bien vérifier l'état avant de partir
Privilégier des raquettes avec sangles à crémaillère pour la tenue des chaussures
genre « TSL 305 Escape easy »
- **chaussures** de moyenne montagne à tige montante, imperméables et **plusieurs paires de chaussettes de rechange**
- **Vêtements**
D'une manière générale essayez d'éviter les capes de pluie peu pratiques en forêt, ou par grand vent. Privilégier un équipement étanche complet : veste imperméable + pantalon déperlant ou sur pantalon + housse de sac à dos
 - guêtres ou pantalon avec guêtres intégrées (attention à la neige poudreuse !)
 - bonnet
 - gants imperméables + sous gants + **une paire de gants de rechange dans le sac**
 - sous-vêtement chaud (de préférence en fibre évacuant la transpiration)
 - vêtement chaud (type veste polaire)
 - vêtements imperméables et coupe-vent
 - gourde ou thermos
 - Housse de sac à dos
 - frontale ou lampe de poche
 - lunettes de soleil et crème solaire
 - petite pharmacie personnelle
 - chaussures légères pour le gîte et le train
 - couverture de survie (une mince suffit)
 - **Pour le gîte :**
 - drap-sac très léger (il y a des couvertures)
 - nécessaire de toilette avec serviette

Cartes

IGN Top 25 3327 ET pour les Rousses

IGN Top 25 3328 OT pour le crêt de la neige