

# GTJ Sud - 3ème partie - La Haute-Chaîne du Jura

du vendredi 8 juillet 2022 au vendredi 15 juillet 2022

Organisateurs : <a href="#">Danielle Haenn, Maria Dolores Réal</a>	Niveau : <b>Moyen+ ▲</b>
Avec accord : <b>Oui</b>	Itinérant avec portage
Effectif maximum : <b>10</b>	Refuge et gîte d'étape

Pour achever cette grande traversée du Jura (400 km), commencée il y a deux ans, nous allons aborder la partie méridionale du massif, où se situent les plus hauts sommets du Jura : le Crêt de la Neige (1720m), le Reculet (1719m), le Colomby de Gex (1687 m). La beauté de l'itinéraire alterne entre forêts, pâtures, combes et crêtes. Nous irons jusqu'à l'extrémité sud du massif, dans le Haut Bugey, sur le plateau du Retord ponctué par le Grand Colombier (1534 m). Nous traverserons la Réserve Naturelle avec ses espèces végétales en raréfaction (le sabot de Vénus, le chardon bleu,...) et ses vues magnifiques sur le Mont-Blanc et la chaîne des Alpes.



Photo : Laurence C.

## Niveau et esprit

Attention, ce parcours de la Haute Chaîne du Jura sans grande difficulté, comprend de bons dénivelés ! Nous randonnerons sac léger sur une partie des étapes grâce aux transferts de bagages par nos hébergements, mais sur au moins 2 ou 3 étapes nous devons porter l'ensemble de nos affaires.

Le rythme sera d'allure **M+** compte tenu des distances et du dénivelé, durant 7 jours, cela nécessite un bon entraînement.

## Participation aux frais

### 440 € par personne (fractionné en deux fois)

Le premier paiement de 220€ sera encaissé lors de la validation de votre inscription et le second paiement de 220€ le 08 juin.

**Incluant** : les demi-pensions en gîte et refuge, transports locaux (bus, transferts de bagages), les frais d'organisation, une part des frais des organisatrices (transport, cartes..).

**N'incluant pas** : les repas de midi pris en pique-nique, les en-cas et boissons, le transport depuis Paris..

## Transport

*Les horaires ci-dessous sont à vérifier quand la SNCF ouvrira les réservations*

**Aller** : Départ le vendredi 08/07 à 08h17 de PARIS Gare de Lyon TGV direct pour BELLEGARDE-en-VALSERINE - arrivée à 11h.

**R.V. à l'arrivée à 11h00 au bout du quai TGV en gare de BELLEGARDE** pour prendre le Car N°143 de 11h15 pour Mijoux (billet de groupe)

**Retour** : Départ vendredi 15/07 à partir de 18h - TGV à 18h26 de CULOZ. Arrivée à 22h02 à PARIS GARE DE LYON.

## Hébergement et repas

Auberges - Hôtel - Refuge, dortoirs (lits superposés), pas de draps, mais des couvertures, apporter son drap-sac, sa serviette de toilette, ses chaussons. Nous sommes en demi-pension le soir.

Prévoir les vivres de course et pique-niques pour les midis. Possibilité de ravitaillement à Mijoux, à La Pesse, à Bellegarde, ou de commander des paniers-repas aux hébergements (un point sur les commandes sera fait par mail avant le départ).

## Programme

**J1 : Vendredi > Mijoux à Lajoux - 5 km, dénivelé : + 250 m / - 50 m - environ 1h30 de marche.**

Après le transfert en car jusqu'à Mijoux, petite randonnée pour Lajoux.

Hébergement : gîte et restaurant aux Molunes, près de Lajoux (3km).

**J2 : Samedi > Lajoux à La Pesse - 21 km, dénivelé : + 525 m / - 541 m - environ 6h de marche.**

Étape tout en vallonnement en quittant Lajoux, des prairies et pré-bois des Hautes-Combes : montée aux Platières (1300 m), la Cariche, la Vie Neuve. A pré Coquet, en aller-retour, le belvédère de la Roche Blanche avec vue sur les gorges du Flumen. Puis les Moussières, le lac de l'Embouteilleux, La Pesse.

Hébergement : Auberge à l'Embossieux, près de La Pesse (1,7km).

**J3 : Dimanche > La Pesse au refuge de la Loge - 20 km, dénivelé : + 1000 m / - 706 m - environ 7h de marche.**

De La Pesse première montée à la Borne au Lion, où une page d'histoire s'ouvre : la Borne marque l'ancienne frontière entre la Franche-Comté (possession espagnole), la France et la Savoie. C'est aussi un haut lieu de la résistance, des maquis de l'Ain.

Puis le col et le belvédère du Crêt du Merle (1448 m), la Haute Cernaz, et redescende dans la vallée de la Valserine à Lélex. Par une dernière bonne montée nous arrivons au refuge de La Loge (1430 m).

Hébergement : Refuge. Montée sac léger pour une nuit. (Le refuge n'étant pas accessible par véhicule, nous retrouverons l'ensemble de nos bagages à Menthnières).

**J4 : Lundi > Refuge de la Loge à Menthnières - 20 km, dénivelé : + 612 m / - 945 m - environ 6h30 de marche.**

Nous cheminons sur les crêtes des Monts-Jura face aux Alpes et à la plaine du Léman, passage au Crêt de la Neige (1718 m) point culminant de la chaîne du Jura, vue exceptionnelle sur les Alpes, Genève, la cluse du Rhône, le Jura franco-suisse. Le relief est plus accentué, plus alpin. La crête est large et vallonnée, la roche calcaire affleure. Puis le Reculet, la Pierre de la Lune, passage du Gralet, la Poutouille et Menthnières.

Hébergement : chambres d'hôtes.

**J5 : Mardi > Menthnières à Bellegarde-sur-Valserine - 20 km, dénivelé : + 580 m / - 1300 m - environ 6h30 de marche.**

Le parcours des crêtes se poursuit par les Crêts de l'Eguillon, de la Goutte (table d'orientation 1620 m). Il se termine au Sorgia, avec une bonne descente sur Bellegarde par le village de Lancrans. Passage au pont des Oules, où nous rejoignons les Pertes de La Valserine (larges fissures où l'eau s'engouffre) et Bellegarde-sur-Valserine.

Hébergement : hôtel.

**J6 : Mercredi > Bellegarde à Plans d'Hotonnes - 24 km, dénivelé : + 1100 m / - 430 m - environ 7h30 de marche.**

Depuis Bellegarde, nous passons sous le château de Mussel (13ème et 14ème siècles). A Ochiaz nous entamons une rude montée jusqu'à Catray (table d'orientation), puis Crêt du Nu (point de vue 1351m), l'Angoulot et à la Croix des Terments descente vers les Plans d'Hotonnes.

Hébergement : gîte à 3km des Plans d'Hotonnes.

**J7 : Jeudi > Plans d'Hotonnes au gîte d'Arvières - 22 km, dénivelé : + 610 m / - 500 m - environ 6h de marche.**

Plans d'Hotonnes, abri Planvanel, Crêt Dauphin, col de Richemont, combe Merlin, refuge de la Grange d'en Haut (non gardé), forêt d'Arvières. Découverte du jardin botanique du gîte.

Hébergement : gîte.

**J8 : Vendredi > Arvières à Culoz - 19 km, dénivelé : + 380 m / - 1306 m. environ – environ 6h de marche.**

Montée par le col de Charbemènes au sommet du Grand Colombier (1531 m) et sa croix (panorama à 360°). Puis descente le long de la crête par la Pierre Fillola, point de vue du Fenestrez, belvédère de Romagneux (en aller-retour), pont de la Magnine et Culoz.

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.*

## Équipement

Un transfert de bagages sera possible lors de quelques étapes, prévoyez un **petit sac qui ferme**, pouvant s'insérer dans votre sac à dos lorsqu'il faudra porter tout votre bagage.

**Surtout veiller à ne pas trop vous charger.**

*A titre indicatif :*

### Papiers

- Carte CAF, pièce d'identité, carte vitale.
- Carte bancaire, chèque ou espèces.

### Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche.
- Bâtons recommandés.
- Sac à dos de 30 à 40 litres.
- Petit sac pour bagages transférés (3 ou 4 kg)
- Poche à eau ou gourde de 2 litres.

### Alimentation

- 1er pique-nique, eau pour la première journée.
- Couteau, cuillère.

### Hygiène

- Savon, brosse à dents, serviette, mouchoir, papier toilette.

### Vêtements

- Chaussettes et sous-vêtements.
- Chemisette ou tee-shirt
- Pantalon, short

### Pluie, température

- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant, sur-pantalon.
- Housse de pluie du sac à dos.

### Sécurité

- Pharmacie personnelle.
- Sifflet, couverture de survie.
- Chapeau, crème et lunettes de soleil.
- Lampe frontale.

### Nuitées

- Drap-sac, bouchons d'oreille, sandales.

## Modalités sanitaires

Selon les règles en vigueur du moment, chacun(e) devra être en mesure de présenter son pass sanitaire au transporteur (terrestre ou aérien) et aux différents prestataires (hébergements, restaurants,...) qui sont susceptibles de le demander

## Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **jeudi 03 mars 2022** selon les [règles de priorité](#) du club.

Une priorité d'inscription sera accordée aux participant-e-s des étapes précédentes de la G.T.J., cela jusqu'à la date de validation des premières inscriptions.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.

**Pour en savoir plus**, cartes IGN : 1/25 000 : n° 3328 OT (Crêt de la Neige), 3330 OT (Bellegarde - Valserine) et 3331 OT (Rumilly -Seyssel -le Grand Colombier).