

Neige craquante aux pieds du Crêt de Chalam (Jura)

17 au 19 janvier 2025

Niveau : Moyen - ▲ ▲ - Gîte - En étoile – Portage 1^{er} jour

8 places - Ouverture des inscriptions: 7/11/2024

Raquettes aux pieds, partez !!

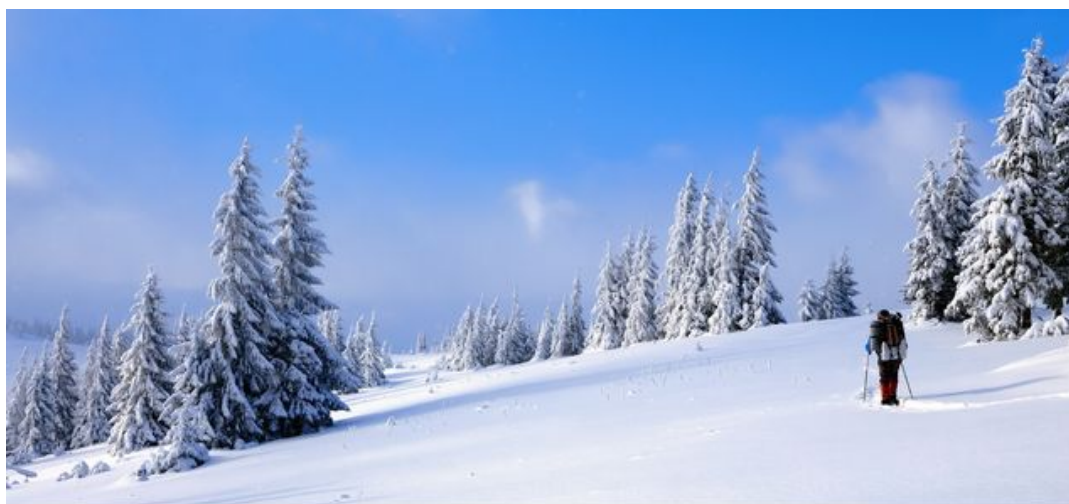
Balades à partir de Giron et La Pesse, villages de moyenne montagne situés à plus de 1000 mètres d'altitude, dans le Parc Naturel Régional du Haut Jura..

Perché sur la montagne, ancré au cœur de majestueuses forêts jurassiennes, ce site nordique nous offre une vue imprenable sur les alentours et notamment le Crêt de Chalam (1545m).

PROGRAMME :

Rendez-vous samedi matin sur le quai d'arrivée du train à la gare de Bellegarde-sur-Valserine à 11h. Un taxi nous conduira au site nordique de la commune de Giron, renommé pour sa vaste forêt de sapins sur les Hautes-Combes du Jura.

→ Mémo : Prenez soin de votre dos et sélectionnez l'indispensable seulement lors du remplissage de votre sac à dos ;-).



J1 : Tour de Pré Galet par la ligne de crête

Départ direct (portage sac à dos) pour un superbe escapade sur les sentes virevoltantes du bois, qui nous permettront de rejoindre les contreforts de l'Auger et le Pas du Boeuf aux abords d'une belle ligne de crête.

Demi-pension au Relais Nordique.

Distance étape : 8,1km, 3h30 de marche environ, dénivelée cumulée +250m / -330m.

J2 : Traversée de la montagne de Giron

Départ (sac pour la journée) de La Pesse après un court trajet en taxi, avec le Crêt de la Neige et les Monts du Jura dans notre paysage. Une longue traversée nous attend le long de la Semine, pour gagner ensuite les hauteurs de la forêt de Champfromier.

Demi-pension au Relais Nordique.

Distance étape: 15km, 6h45 de marche environ, dénivelée cumulée +500m / -600m.

J3 : Falaises de la Roche-Fauconnière

Grande traversée de la forêt de Champfromier (sac pour la journée) pour rejoindre le Chalet Cottin, puis le Gouffre des Lades et finir notre séjour avec le site classé de la Roche-Fauconnière, un magnifique belvédère qui domine le cirque d'Orvaz et la vallée de la Semine 450m plus bas.

Taxi au relais Nordique pour le retour sur Bellegarde-sur-Valserine.

Distance étape: 13,5km, 5h45 de marche environ, dénivelée cumulée +360m / -360m.

Le long de notre itinéraire, nous allons traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce (le grand tétras par exemple) ou d'un milieu particulier. Nous devons donc rester discrets...

- ✓ **Ce programme indicatif n'est pas contractuel.** L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour toute raison de sécurité. Les participants devront avoir le niveau physique et technique demandé, ainsi que l'entraînement correspondant.
- ✓ **Niveau physique M (Moyen) :** « Randonnée exigeant une bonne condition physique, accessible aux personnes familiarisées avec la randonnée en montagne. Critères indicatifs : 5 à 7h de marche, 400 à 800m de dénivelée, 10 à 15 km de distance (progression limitée par l'enneigement) ».
- ✓ **Niveau technique ▲▲ :** « Randonnée évitant les accidents de terrain importants et les pentes à forte déclivité (sauf peut-être de courts passages un peu plus raides et/ou de courtes traversées de pentes raides). Le terrain peut être partiellement mêlé de rochers. Danger de glissade. Accessible avec un peu d'expérience de la montagne, et à condition d'avoir le niveau physique requis ».

HÉBERGEMENT : Nous serons accueillis en demi-pension au Relais Nordique (995m altitude). Nuitée en chambres partagées de 4. Attention, pas de ravitaillement à proximité.

TRANSPORT : Le transport Paris / Bellegarde-sur-Valserine n'est pas inclus dans les frais de la sortie. Les billets seront, d'après la SNCF, disponibles à partir du 13 novembre.

Suggestion en accord avec les horaires de notre navette privative :

ALLER: vendredi 17 janvier Paris gare de Lyon 8h18 pour Bellegarde-sur-Valserine 10h59.

RETOUR: dimanche 19 janvier 18h43 gare de Bellegarde-sur-Valserine pour Paris gare de Lyon 21h29.

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL À EMPORTER : sa bonne humeur ainsi que quelques petits et gros gâteaux à partager ! Exemple de liste :

MATÉRIEL ET ACCESSOIRES

- Sac à dos permettant d'y fixer les raquettes
- Couvre-sac (ou cape de pluie)
- Raquettes à neige
- Paire de bâtons de marche AVEC RONDELLES À NEIGE
- Ensemble ARVA (piles neuves+rechange),

SE PROTÉGER DES INTEMPÉRIES, DU FROID, DU SOLEIL

- Veste imperméable
- Polaire ou doudoune

DIVERS

- Crème solaire / Stick lèvres

**pelle et sonde NON OBLIGATOIRE /
PROPOSÉ POUR CEUX QUI SOUHAITENT
S'ENTRAÎNER**

- Couverture de survie (modèle plastifié)
- Sifflet
- Lunettes de soleil (cat. 3 minimum) avec protections latérales
- **Gourde et/ou thermos 1,5l**
- Canif / cuillère
- Lampe frontale

VÊTEMENTS ET CHAUSSURES

- Sous-vêtements chauds haut et bas
- T-shirt manches longues et/ou chemise
- Pantalon
- Gants (**pensez à une 2^{de} paire pratique lorsque la première est trempée...**) et bonnet
- Chaussettes chaudes
- Chaussures de montagne (bonne imperméabilité / en cas de doute, prévoir au moins des sacs plastique pour les protéger et des chaussettes de rechange)
- Guêtres, bonnet
- Change pour le soir

- Pharmacie personnelle
- Drap-sac (sac à viande)
- Serviette, gant de toilette
- Trousse de toilette
- Papier hygiénique
- Mouchoirs
- Boules Quiès ?
- Masque et gel hydroalcoolique ?

VIVRES

- Petit-déjeuner du samedi matin, pique-nique des midis, en-cas .

PAPIERS

- Carte nationale d'identité
- Carte CAF
- Quelques espèces / chèques
- Carte Bleue
- Billets de train

Partez léger mais en sécurité !

COÛT PRÉVISIONNEL : 185€ à régler lors de l'inscription. Ce montant inclut les demi-pension au gîte les trajets en taxi, les frais d'organisation du groupe et de l'encadrant (transport, trousse de secours, carte...) et les frais administratifs du club. Restent à votre charge notamment les repas du midi, les en-cas et boissons diverses, ainsi que le transport SNCF.

INSCRIPTION :

La demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de votre règlement ou paiement en ligne. Les places seront attribuées à partir du 7 novembre 2024 selon [les règles de priorité du club](#).

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.

EN CAS D'ACCIDENT GRAVE : Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles au lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.



Pour en savoir plus :

Carte TOP 25 IGN 3328 OT

Au plaisir de vous rencontrer !