

## LE JURA SUD EN RAQUETTES, DE GÎTE EN GÎTE

randonnée guidée - 6 jours dont 5 jours et demi de raquettes



Bienvenue pour découvrir **le bonheur de la raquette à neige** dans les doux reliefs du pays du Haut-Bugey, dernier chaînon des Montagnes du Jura. Après avoir pris pied sur le Plateau du Retord, magnifique espace pour la pratique du ski de fond, nous explorons un paysage de prés-bois caractéristique du Jura, et partons à la découverte des fermes jurassiennes à l'architecture très imposante. Sur les crêtes, le panorama s'ouvre sur **toute la chaîne des Alpes, et le Mont-Blanc** trône en maître. Nous achevons notre **traversée du Jura en raquettes** sur le Grand Colombier, promontoire incroyable sur le lac du Bourget, le Rhône, les massif des Bauges, Chartreuse et Belledonne !

## Les +

- des grands espaces synonymes d'évasion, de calme, de ressourcement, de contemplation...
- les panoramas 360 ° avec des vues inoubliables sur les Alpes et le Massif du Mont-Blanc
- l'hébergement en gîtes d'étape typiques et chaleureux, situés en pleine nature

## Dates

4 janvier au 9 janvier - 11 au 16 janvier  
18 au 23 janvier - 25 au 30 janvier  
1er au 6 février - 8 au 13 février  
15 au 20 février - 22 au 27 février  
1er au 6 mars - 8 au 13 mars 2021

## Itinéraire

### **J1/ De Lalleyriat (840 m) à La Ferme Bertrand (1140 m)**

Rendez-vous en gare de Bellegarde / Valserine TGV (sortie principale) à **14 h**. Soyez au rendez-vous en tenue de randonnée : sac à dos prêt, gourde remplie et chaussures de randonnée à portée de main (vous devrez aussi avoir mangé). Transfert en minibus jusqu'à **Lalleyriat** (840 m). Départ de notre première randonnée en raquettes : nous nous élevons progressivement dans un décor de prés-bois, typique du massif jurassien. Un promontoire (1184 m) nous offre une belle vue sur la Cluse de Nantua et le Jura Nord. Le relief s'adoucit en atteignant la **Ferme Bertrand** (1140 m), nichée au creux d'une clairière.

Nuit en gîte à la Ferme Bertrand

Dénivelée : + 380 m, - 70 m Longueur : 6 km 2h30 de randonnée raquettes

### **J2/ De La Ferme Bertrand (1140 m) à Plans d'Hotonnes (1100 m)**

Une étape toute en douceur nous attend. Nous quittons bientôt la partie forestière et le paysage s'ouvre pour notre traversée du Plateau du Retord. Premier pique-nique en commun ! En plus de nos préparations, il est de tradition que chacun des participants apporte une spécialité de sa région, un bon prétexte pour des échanges culturels fructueux ! Nous gagnons la **Chapelle du Retord** (1200 m) et la **Ferme du Retord** (1270 m), perdue sur son plateau. L'ascension de la **Croix de Montlhéry** (1320 m) ouvre sur un fabuleux panorama avec la vue sur le Mont-Blanc et toutes les Alpes. Poursuite de notre parcours de clairière en clairière qui nous éloigne de la crête, puis nous atteignons notre chaleureux gîte (1100 m), situé au-dessus des Plans d'Hotonnes.

Nuit en gîte à Plans d'Hotonnes

Dénivelée : + 250 m, - 290 m Longueur : 13 km 4h30 de randonnée raquettes

### **J3/ Boucle raquettes au départ de Plans d'Hotonnes (1100 m)**

Départ de Plans d'Hotonnes pour une randonnée en boucle. Nous explorons le Plateau du Retord dans ses moindres recoins, de ferme en ferme. Le point d'orgue de notre journée est l'ascension facile du **Crêt du Nu** (1351 m) qui nous fait basculer sur le flanc Est et nous offre de belles vues. Nous retrouvons notre hébergement.–

Nuit en gîte à Plans d'Hotonnes

Dénivelée : + 370 m, - 370 m Longueur : 14 km 4h30 de randonnée raquettes

### **J4/ De Plans d'Hotonnes (1100 m) au Chalet d'Arvières (1180 m)**



Comme les bagages vont être montés au Chalet d'Arvières en moto-neige (**limités à 7 kg par personne**), nous entamons la journée par la confection de notre sac! Nous relient aujourd'hui le Plateau du Retord au massif du Grand Colombier. Une grande et belle traversée nous attend ! Nous longeons une douce crête, entre clairières et forêts, de grange en grange en empruntant la **Corniche du Valromey**. La randonnée est longue mais le profil reste très doux. Nous faisons étape au très confortable **Chalet d'Arvières** (1180 m), inaccessible en hiver. Nous voilà en pleine montagne pour deux jours d'immersion nature. Nous retrouvons nos bagages réduits.

Nuit en gîte au Chalet d'Arvières

Dénivelée : + 430 m, - 390 m Longueur : 18 km 5h de randonnée raquettes

#### **J5/ Boucle raquettes au départ du Chalet d'Arvières (1180 m)**

Journée de belle randonnée raquettes en boucle. Nous gagnons les grandes étendues dégagées du **Plateau de Sur Lyand** puis une crête dégagée nous conduit ensuite en haut de la **Griffe du Diable** (1419 m) par un itinéraire assez débonnaire. Un agréable parcours amène au **Col de Charbemènes** (1317 m) au pied du **Grand Colombier** (1525 m). Il est temps de regagner par la forêt notre havre de quiétude au **Chalet d'Arvières** (1140 m).

Nuit en gîte au Chalet d'Arvières

Dénivelée : + 450 m, - 450 m Longueur : 14 km 4h30 de randonnée raquettes

#### **J6/Chalet d'Arvières (1180 m) - Virieu Le Petit**

Dernière journée de notre traversée du Jura Sud en raquettes, une étape de toute beauté ! Après un parcours en forêt, nous gagnons les **Granges du Colombier** (1387 m). Le **Roc Passin** (1425 m) est un objectif proche, mais si les conditions sont bonnes nous pouvons atteindre le sommet du **Grand Colombier** (1525 m). La vue à 360 degrés est des plus spectaculaires depuis le Jura, le Massif du Mont-Blanc qui nous est maintenant familier, mais aussi Aravis, Bauges, Chartreuse et même le Massif Central. Une descente paisible nous ramène aux environs de Virieu Le Petit où nous retrouvons nos bagages. L'arrivée en gare de Culoz est prévue pour **17 h 30 mn**.

Dénivelée : + 500 m, - 900 m Longueur : 13 km 5h de randonnée raquettes





## Niveau

3 / 5. Entre 400 et 500m de dénivelé par jour et 4h30 à 5h de rando raquettes. Rythme de marche lent et régulier, l'aspect découverte est privilégié sur l'aspect sportif.



## Prix

à partir de **648 €**

Groupe de 6 à 14 personnes

Chambre double ou triple : **+ 98 € par personne** (6 places disponibles, 2 places pendant les vacances scolaires).

Les réservations de **prestations supplémentaires** doivent se faire **à l'inscription** et être spécifiées dans le champs commentaire à l'inscription.



## Compris

- Les frais d'organisation et d'encadrement
- La nourriture et l'hébergement en pension complète
- Le transport des bagages à chaque étape (notamment au Chalet d'Arvières en motoneige)
- Le prêt des raquettes et des bâtons
- Les transferts prévus au programme



## Non compris

- Le pique-nique du premier jour
- Les boissons et dépenses personnelles
- L'équipement individuel.
- Les trajets jusqu'au lieu d'accueil et à partir du lieu de dispersion
- L'assurance multirisques Annulation - Frais de recherche et secours - Assistance Rapatriement – Interruption de séjour
- Tout ce qui n'est pas dans "Compris".





## Carnet de voyage

### ACCUEIL

**Rendez-vous à 14 heures devant la Gare de Bellegarde sur Valserine TGV.**

**Si vous arrivez en retard**, laissez un message au premier hébergement, à la Ferme Bertrand (04 79 81 48 10).

**Accès train** : gare de Bellegarde sur Valserine TGV, horaires sur [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)

**Accès bus** : gare de Bellegarde sur Valserine TGV

**Accès voiture** : gare de Bellegarde sur Valserine TGV ou de Culoz. Nous vous conseillons de laisser votre véhicule à Culoz et

Bellegarde par le train pour le rendez-vous. Vous le récupérez ainsi à l'arrivée de la randonnée. Itinéraire : [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

**Covoiturage** : nous vous invitons, conducteur ou passager, à consulter le site suivant : [www.blablacar.fr](http://www.blablacar.fr)

Parking : à Bellegarde, parking P2 longue durée de la gare (0825 888 826 ou [www.resaplace.com](http://www.resaplace.com)), non gardé, 18 € par jour  
Beauséjour.

A Culoz : parking de la gare, gratuit, non gardé.

Dispersion le Jour 6 vers 17 h 30 à la Gare de Culoz

### Hébergement avant ou après la randonnée :

Si vous arrivez la veille ou repartez le lendemain, voici les coordonnées d'hébergements :

à Bellegarde :

Hôtel Hermance \*\* : 04 50 56 28 04

Hôtel Le Touring \*\* : 04 50 56 08 08

Hôtel Restaurant La Belle Epoque \*\*\* : 04 50 48 14 46

à Culoz : contactez l'Office du Tourisme au 04 79 81 29 06

### FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit l'assurance que nous proposons) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone)
- Carte vitale

### HEBERGEMENT

Hébergement en gîtes d'étape typiques et chaleureux, tous situés en pleine nature.

**Jour 1 : La Ferme Bertrand**, en chambres de 2 à 4 personnes, douche et WC à l'étage. Cette belle et imposante bâtisse, en pleine nature, est une ferme traditionnelle du Retord. La cuisine est montagnarde et campagnarde, où tout est cuisiné maison, y compris le pain. C'est la Jeanne qui vous accueillera.

**Jour 2 et 3 : Gîte Les Pelaz** ou la **Ferme des Bergonnes** en chambres de 2 à 6 personnes, douche et WC à l'étage. Ces gîtes sont situés au-dessus du village des Plans d'Hotonnes. Les gîtes Les Pelaz sont entièrement rénovés et classés gîtes Panda et Ecogîte. La table est dressée par Jean-Jacques pour une cuisine à base de produits bio ou locaux. Bernard et Christine vous accueillent chaleureusement à La Ferme des Bergonnes. Installés depuis longtemps aux Plans d'Hotonnes, ils étaient à l'origine éleveurs de moutons et proposent une cuisine familiale avec des produits locaux.

**Jour 4 et 5 : Chalet d'Arvières**, 6 chambres de 2 à 3 personnes, douche et WC dans 4 chambres. A deux pas des ruines de la chapelle d'Arvières, cet hébergement rénové tout récemment est un gîte tout confort situé en pleine montagne. Dès que la neige tombe, il est inaccessible en voiture. Pascal viendra chercher vos bagages (limités) en moto-neige. Il organise des stages de cuisine et vous propose une cuisine locale, élaborée à partir des produits du terroir bugiste et de ses spécialités traditionnelles.

Vous avez le choix entre deux formules d'hébergement :



### Formule gîte d'étape :

Dortoirs mixtes de 2 à 10 personnes. Les sanitaires sont à l'étage. Les lits sont équipés de couettes ou de couvertures.

### Formule hôtel :

Nous disposons de 3 chambres à 2 ou 3 lits dans les hébergements. A la Ferme Bertrand, les chambres sont séparées par un rideau. Les sanitaires sont généralement à l'étage.

Votre chambre sera équipée de la literie complète ainsi que des serviettes de toilette.

Les **inscriptions individuelles** sont regroupées en chambre non mixte de 2 à 3 personnes.

Chambre individuelle : Pas de possibilité.

### **Repas :**

Le repas et le petit-déjeuner sont préparés par nos hôtes. La restauration servie est équilibrée et variée. La cuisine est copieuse, traditionnelle et adaptée au programme des randonneurs.

Les repas froids pris au cours de la randonnée sont copieux et accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits). Ces pique-niques sont préparés par l'accompagnateur à l'aide des commerces locaux ou bien par l'hébergeur. Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

### **PORTAGE DES BAGAGES**

Bagages transportés par nos soins par véhicule. Vous ne portez que vos affaires pour la journée et le repas de midi fourni, réparti entre tous. Durant la semaine, nous vous demandons d'avoir **un seul bagage par personne**, pas trop volumineux (60 cm maximum), dont le **poids ne dépasse pas 10 kg**.

**Pour accéder au Chalet d'Arvières** : vous devrez préparer un sac dont le poids ne **dépasse pas 7 kg**, car transporté en moto neige. Nous vous fournissons des sacs étanches dans lesquels vous pourrez le glisser. Vous retrouverez le reste de vos bagages le dernier jour.

Nous nous déchargeons absolument de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).

**Par respect pour les personnes transportant vos bagages**, pensez que vous êtes en montagne, que les abords des hébergements peuvent être malaisés (escaliers, neige ou glace en hiver, etc...), que la place dans les véhicules est limitée et qu'il faut quelquefois parcourir quelques centaines de mètres entre le véhicule et l'hébergement.

Avec un peu d'habitude, votre bagage ne devrait pas dépasser 8 – 10 kg, en effet :

- Les journées sont bien remplies, inutile d'amener une bibliothèque ! Il est plutôt exceptionnel d'arriver à lire un livre complet durant la semaine.

- Les vêtements mouillés pouvant quasiment sécher tous les soirs à l'hébergement, inutile de prévoir un change complet pour chaque jour.

- Prévoyez une paire de chaussures très légères pour le soir.

- Votre trousse de pharmacie doit être réduite au maximum. Dans votre sac à dos, vos médicaments personnels, quelques pansements, élastoplaste, etc... Votre accompagnateur est équipé d'une trousse de pharmacie complète avec **MATÉRIEL FOURNI**. Raquettes PSL 225, bâtons rigides, plus solides que les bâtons télescopiques.

Nous vous fournissons gracieusement ces raquettes robustes et légères, avec fixations à plaques et pointes antidérapantes, adaptables aux chaussures de trekking, des bâtons, ainsi que le matériel de sécurité spécifique à la randonnée.

### **ENCADREMENT**

Si vous êtes déjà équipés, utilisez votre propre matériel s'il est parfaitement fiable. Dans ce cas, merci de nous le signaler à l'inscription. **Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, qualification raquettes, connaissant parfaitement le massif.**

Professionnel de la montagne, il s'engage à :  
- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, choix de raquettes adaptées à votre morphologie. De même, si vous mesurez plus de 1,80 m et pesez plus de 80 kg, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie.

- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe.

- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.

Être disponible et à votre écoute.

### **Vêtements :**

Pour le haut du corps, le **principe des 3 couches** permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse)

- une veste en fourrure polaire chaude

- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex



En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des **vêtements séchant rapidement** et donc proscrire le coton. Préférez la laine (les sous-vêtements en laine mérinos sont confortables et génèrent peu de mauvaises odeurs), la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous **couvrir avant d'avoir froid**, mais surtout à **vous découvrir avant d'avoir trop chaud**. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

Eviter les anoraks et **proscrire les combinaisons de ski**, trop chauds et encombrants.

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- 1 bonnet
- 1 paire de mouffles avec éventuellement des gants en soie et une paire de gants supplémentaire
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche)
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus
- 1 pantalon de trekking
- 1 surpantalon imperméable et respirant type gore-tex (si votre budget vous le permet)
- 1 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape)
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée, attention au coton pour les ampoules
- 1 paire de chaussures de randonnée montantes tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps. **Proscrire absolument les bottes et après-skis.**
- 1 paire de guêtres
- Des sous-vêtements
- 1 maillot de bain (facultatif)
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir

Equipement :

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale et de sangles permettant d'accrocher les raquettes
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum)
- 1 couteau de poche type Opinel
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable) et serviette séchant rapidement
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif)
- Papier toilette + 1 briquet
- Crème solaire + écran labial
- Boite plastique hermétique (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie
- Un drap-sac pour la formule gîte (duvets inutiles).
- Appareil-photo, jumelles (facultatif).

**Petite pharmacie (validée avec votre médecin) :**

Elle comprend : un antalgique, un anti-inflammatoire (comprimés et gel), un antispasmodique, un antidiarréique, un désinfectant, des pansements (tailles variées) et double peau, des compresses stériles, de la bande adhésive, du Steri-strip, du tulle gras, une bande de contention, un collyre, pince à épiler, bouchons d'oreilles, vos médicaments personnels.

**Et puis...** une dose de bonne humeur et pourquoi pas une petite spécialité de chez vous à partager lors d'un pique-nique ou d'une soirée !

