



## RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE, LE PLAISIR PARTAGÉ

### RAQUETTES & DETENTE DANS LE JURA



Les Monts du Jura sont formés d'une succession de plateaux qui montent progressivement depuis la plaine de la Saône. Ils sont recouverts de forêt et parsemés de lacs autour desquels l'homme a défriché pour y installer des villages et y faire de l'élevage laitier.

Sur les crêtes, à 1600 m d'altitude, le relief est vallonné et une végétation résiste sous forme de Bonzaï ! Le dernier plateau, abrite des villages nichés au creux de combes dans lesquels on trouve de petits lacs gelés et une végétation de tourbière (bouleaux) qui donne un aspect nordique.

C'est là que nous vous accueillons dans un chalet hotel\*\*\* équipé d'une piscine intérieure et d'un spa. Cinq jours de randonnées pour découvrir les combes typiques du Haut Jura ou rejoindre les différents sommets qui ponctuent la crête sommitale du massif.

Depuis les crêtes on contemple l'ensemble de la chaîne des Alpes, c'est alors le moment d'essayer d'identifier la multitude de sommets : Eiger, Cervin, Grandes Jorasses, Mont-blanc, Ecrins ...



6 jours - 5 nuits - 5 jours de marche

## JOUR 1 : ACCUEIL

Et installation à l'hôtel situé à 5 km des Rousses. Rendez vous en gare de la Cure pour les personnes en train.

## JOUR 2 : LA COMBE A LA CHEVRE (1374 m)

Départ du parking de la Frasse pour parcourir la forêt du Massacre, et ses anecdotes historiques, pour rejoindre la Combe à la Chèvre. Un parcours plein de charme et de jolis points de vue sur la chaîne des Monts Jura. S'il fallait donner un thème à cette journée ce serait celui du patrimoine bâti : de magnifiques fermes et des surprenants greniers forts ponctuent le parcours !

Retour avec les ski-bus de la station.

Dénivelée : + 300 m / - 300 m Longueur : 12 kms

## JOUR 3 : LE NOIRMONT (1533 m)

Départ de la Cure, côté Suisse, pour remonter la combe aux Tassons jusqu'au Noirmont (1533 m). Sympathique petit sommet d'où l'on voit le Mont-blanc, et qui la particularité de dominer le Creux du Croue, une vaste dépression de plus d'un kilomètre de long qui a la forme d'un cirque romain. Son origine géologique est incertaine, mais sa symétrie est surprenante. Et puis ce sera le moment de redescendre sur La Cure, petit hameau frontalier, et revenir à notre hébergement.

Dénivelée : + 500m / - 500 m Longueur : 15 kms

## JOUR 4 : LA DÔLE (1677 m).

Départ de Bois d'Amont. Au programme une randonnée dans la majestueuse forêt du Risoux. Ses arbres plusieurs fois centenaires, ses vastes clairières, ses murets en pierre qui marquent la frontière. Nous rejoignons la Roche Bernard, belvédère sur le plateau de Chapelle des Bois avec ses lacs et ses tourbières, ambiance grand nord !

Dénivelée : + 600 m / - 600 m Longueur : 12 kms



## JOUR 5 : LA ROCHE BERNARD (1290 m)

Départ de Bois d'Amont. Au programme une randonnée dans la majestueuse foret du Risoux. Ses arbres plusieurs fois centenaires, ses vastes clairières, ses murets en pierre qui marque la frontière. Nous rejoignons la Roche Bernard, belvédère sur le plateau de Chapelle des Bois avec ses lacs et ses tourbières, ambiance grand nord !

**Dénivelée : + 450 m / - 450 m Longueur : 15 kms**

## JOUR 6 : LES FRUITIERES DE NYON (1419 m)

Départ de l'hôtel à raquettes pour rejoindre le col de la Givrine (Suisse), la randonnée se poursuit dans les paysages typiques du Haut Jura constitués de grandes clairières disséminées dans la forêt, que l'on nomme les Prés-bois. L'histoire est simple c'est celle d'un partage de la terre entre celui qui exploite la forêt et celui qui élève des vaches pour fabriquer du fromage. Depuis les fruitières de Nyon belle vue sur le lac en contrebas et les Alpes en face.

**Dénivelée : + 400 m / - 400 m Longueur : 15 kms**



- Un hébergement permettant de partir à raquettes directement
- Une vue panoramique sur les Alpes depuis les crêtes du Jura
- un espace bien être au sein de l'hôtel
- La connaissance du massif de votre accompagnateur

## › ENNEIGEMENT

La randonnée hivernale est en pleine mutation ! On peut toujours parler de randonnée à raquettes mais il est peu probable que vous les gardiez au pied toute la semaine ! Certaines étapes sont en général bien enneigées et nécessitent les raquettes pour progresser, mais d'autres sont très souvent déneigées car trop bien exposées, nous marcherons alors à pied. Nous sommes avant tout des randonneurs donc si la neige est absente nous assurons tout de même le départ de nos séjours. L'ambiance et la luminosité hivernale seront au rendez-vous même si nous ne pouvons pas chauffer les raquettes.

La montagne est très différente en hiver, les couleurs ne sont pas les mêmes que l'été, et le soleil est plus bas sur l'horizon offrant des lumières de coucher de soleil tout au long de la journée !



## › DATES et TARIFS

Du dimanche au vendredi de Janvier à Mars 2026

Dates de séjour	Prix par personne
Du 18 au 23 janvier 2026	875 €
Du 25 au 30 janvier 2026	895 €
Du 01 au 06 février 2026	895 €
Du 08 au 13 février 2026	975 €
Du 15 au 20 février 2026	975 €
Du 22 au 27 février 2026	975 €
Du 01 au 06 mars 2026	975 €
Du 08 au 13 mars 2026	895 €
Supplément chambre individuelle (selon disponibilité)	150 €
Nuit supplémentaire en ½ pension en chambre de deux : 90 à 100 €/personne	
Nuit supplémentaire en ½ pension en chambre individuelle : 120 à 130 €/personne	
Selon disponibilités. Si vous êtes en train il faudra rajouter le cout d'un transfert entre l'hébergement et la gare de la Cure (environ 25 € le trajet).	

## › LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation et l'encadrement
- La nourriture et l'hébergement en pension complète
- L'accès à l'espace bien être de l'hôtel
- Le prêt des raquettes et des bâtons

## › LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et dépenses personnelles
- L'équipement individuel
- Le transport de votre domicile au point de rendez-vous et dispersion.
- Les frais d'inscription (+15 €/pers.), les frais d'envoi à l'étranger (+20 €/dossier) ainsi que les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45€/dossier).



## › ACCUEIL / DISPERSION

### ACCUEIL

Le Jour 1 à partir de 18h00 à l'hébergement.

Une navette est organisée depuis la gare de la Cure (gare CFF accessible via Genève et Nyon).

Rendez vous à 18h20 devant la Gare (trajet 10 mn). Navette payante (voir rubrique « accès »).

### DISPERSION

Le jour 6 à 16h00 après la rando.

Une navette est organisée vers la gare de la Cure (vous y serez pour 16h30).

## › NIVEAU

 Itinéraire vallonné avec des dénivelées de 400 m de moyenne.

Dénivelée moyenne : 400 m      Maximum : 600 m

Longueur moyenne : 10 km      Maximum : 14 km

Horaire moyen : 5 h 00 mn      Maximum : 6 h 00 mn

## › HEBERGEMENTS

5 nuits en chalet hotel \*\*\* situé à 5 km de la station des Rousses. Il s'agit d'un petit centre de vacances reconverti en hôtel et entièrement rénové en 2024. Il est confortable et convivial.

Hébergement en chambres de 2 ou 3 personnes avec salle de bain. L'hôtel dispose d'une grande piscine intérieure, d'une salle de musculation, d'un sauna, d'un salon bar avec cheminée et d'une salle de télévision, wifi gratuit.

Uniquement 2 chambres individuelles disponibles chaque semaine.

### Repas : Pension Complète.

Les dîners et les petits déjeuners sont pris à l'hôtel. Les pique-niques sont copieux et accompagnés d'une boisson chaude. 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.



## › DETENTE APRES LA RANDONNEE

Accès libre à l'espace Bien Etre de l'hôtel :

Chaque soir en rentrant de randonnée vous pourrez profiter de l'espace "Bien être" de l'hôtel qui comporte une piscine intérieure avec bain à remous et nage à contre courant, un petit sauna, un espace solarium et détente.

## › ACCES



**Accès train** : exemple d'horaires

Paris 12h18 – 15h29 Genève (TGV)

Genève 15h54 – 16h07 Nyon 16h29 – 17h20 La Cure

Pour consulter d'autres horaires : <https://www.sbb.ch/fr/>

Navette A/R depuis la gare de La Cure : 15 €/personne (à réserver à l'inscription)



**Retour train** : exemple d'horaires

La Cure 16h50 – 17h42 Nyon 17h50 – 18h05 Genève

Genève 18h29 – 21h42 Paris (TGV)

Pour consulter d'autres horaires : <https://www.sbb.ch/fr/>

## › LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

**Vêtements :**

**Les principes :**

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 qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, 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 à raquettes, 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 moufles 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 ample.
- 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 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 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 son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Papier toilette + 1 briquet.
- Crème solaire + écran labial.
- Boîte plastique hermétique (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- Appareil-photo, jumelles (facultatif).

### **Pharmacie personnelle**

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- 1 pince à épiler.

## › TOURISME RESPONSABLE

Dans un monde en constant développement, il peut être pertinent de prendre son temps et de se recentrer sur l'essentiel. La randonnée est une activité proche de la nature et du local, qui invite à la réflexion. Aujourd'hui, le tourisme responsable s'implante dans le paysage, portant des valeurs essentielles pour le monde de demain. La Pèlerine s'engage dans cette démarche en vous rappelant quelques points à garder à l'esprit lors votre séjour de randonnée :

- **Préparez-vous et prévoyez**
  - Informez-vous sur les particularités du lieu visité, la culture, les traditions et respectez la réglementation en vigueur.
  - Explorez en petits groupes de 4 à 6 personnes.
  - Emportez avec vous de l'eau et des collations en quantité suffisante.
  - Evitez les périodes de haute fréquentation



- **Laissez intact ce que vous trouvez**
  - Laissez les pierres, plantes et tout objet naturel, historique ou culturel sur place et dans leur état naturel
- **Respectez la vie sauvage**
  - Observez la faune à distance. Ne suivez pas et n'approchez pas les animaux sauvages.
  - Abstenez-vous toujours de nourrir les animaux sauvages
- **Restez sur les sentiers**
  - Utilisez les sentiers aménagés existants
  - Marchez en file indienne au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé
- **Minimisez vos déchets & Gérez-les de façon responsable**
  - Favorisez les contenants réutilisables
  - Rapportez vos restes et déchets de manière à éliminer les traces de votre passage
- **Respectez les autres usagers**
  - Soyez respectueux des autres visiteurs et soucieux de la qualité de leur expérience
  - Soyez courtois. Laissez le passage aux autres sur le sentier

## › BIBLIOGRAPHIE

- « Le Jura au Cœur » - Jacques Besson - Editions Gap
- « Jura, Montagne en partage » - Gérard Benoit à la Guillaume – Editions Olizane

## › CARTOGRAPHIE

- 1 / 50 000 Didier Richard n°33 "Au coeur du Jura"
- 1/ 25 000 IGN Top 25 - 3327 ET « Morez les Rousses »

## › ASSURANCES

Nos assurances, **Tranquillité CB** et **Tranquillité** sont individuelles et facultatives. Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement l'assureur qui vous garantit pour votre voyage pour déclencher l'assurance. La prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ne sont remboursables ni par La Pèlerine ni par l'assureur. Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en



particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous vous recommandons de lire attentivement les conditions contractuelles complètes ainsi que les documents d'informations produits accessibles sur demande auprès de La Pèlerine ou sur le site [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com) rubrique « Conditions de Vente ». Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

Les assurances proposées doivent être souscrites au moment de l'inscription ou dans les 48h après l'inscription au voyage.

La souscription à nos assurances est accessible à tous, quel que soit votre pays de résidence.

Le Tranquillité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 4.15 % du prix total du voyage.

Le Tranquillité CB (Les garanties et plafonds viendront en complément de ceux de votre carte Visa Premier, Infinite, Master Card Gold, Platinum, après refus de celle-ci) est facturé 3.15% du prix total du voyage.

En cas d'annulation de votre part, et si vous n'avez pas souscrit à notre assurance annulation, des frais d'annulation seront retenus.

Le montant des frais dépend de la date d'annulation :

- 1) plus de 31 jours avant le départ : 15% du montant du voyage.
- 2) entre 30 jours et 21 jours avant le départ : 30% du montant du voyage.
- 3) entre 20 jours et 14 jours avant le départ : 55% du montant du voyage.
- 4) entre 13 jours et le jour du départ : 75% du montant du voyage.

➤➤ En cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager la chambre, le supplément chambre individuelle vous sera facturé. Celui-ci vous sera ensuite remboursé par l'assurance à condition que son supplément soit inférieur au frais d'annulation.

Pour une annulation avant le départ, contactez La Pèlerine au +33 (0)4 71 74 47 40, qui se chargera des procédures.

Durant le séjour, avant toute démarche, contactez **ASSISTANCE MUTUAIDE** au +33 (0)1 45 16 43 47 (que vous ayez souscrit au contrat Tranquillité ou Tranquillité CB).



Si vous avez des questions sur votre contrat, vous pouvez contacter la Hot Line au 05 32 09 21 81.

La non-présentation le jour du départ ou abandon en cours de séjour non justifiés, ne donne droit à aucun remboursement.

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

#### MODIFICATION DE RESERVATION :

##### ATTENTION !

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout changement sur la réservation déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de nuits supplémentaires en début ou en fin de randonnée doivent se faire obligatoirement à l'inscription et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.

Vous aimerez aussi...

- Raquettes et bien-être au pays du Léman
- Raquettes et balnéo dans le Parc de la Chartreuse
- Versors, neige et raquettes et bien-être
- Raquettes détente et balnéo au pays du Mont-Blanc

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -

