



JURA

Jura : immersion active dans le Grand Nord

À partir de
990 €

EN RÉSUMÉ

	DURÉE	6 jours
	NIVEAU	Découverte
	PÉRIODE IDÉALE	Décembre à février

LES SPORTS



VOTRE AGENCE LOCALE
Altai France

EN QUELQUES MOTS

Programme complet pour s'immerger dans l'ambiance du Grand Nord dans les espaces naturels sauvages du Jura. Au départ de votre logement confortable situé dans un cadre de forêts et de monts boisés, vous reconnectez avec la nature à travers de nombreuses activités. Au programme de votre semaine : balades en raquettes, cani randonnée, découverte du traîneau à chiens, découverte des techniques des trappeurs et de survie. Mais aussi la construction d'igloo pour une nuit à la manière des Inuits d'autrefois... Un séjour varié qui devrait vous ravir.

LES POINTS FORTS

- ✓ La pratique de nombreuses activités variées
- ✓ La découverte d'un territoire sauvage, loin de tout
- ✓ La nuit insolite dans un igloo

BUDGET

Période réalisable : **décembre à février**

990 € : Prix par personne, sur la base d'un groupe de 4 personnes minimum.

Départs programmés tous les samedis de janvier à mars : consultez-nous pour connaître les disponibilités.

Dates de départ:

03/01/2022: 990 €

24/01/2022: 990 €

07/02/2022: 1 100 €

21/02/2022: 1 100 €

07/03/2022: 990€

Sur ce voyage vous rejoignez un groupe constitué d'individuels comme vous, accompagné par un guide francophone altaï : c'est une bonne façon de découvrir le pays encadré par un professionnel de l'équipe altaï, d'y rencontrer d'autres voyageurs comme vous pour partager vos émotions, de vous laisser porter par le programme, et accessoirement de partager les frais de transport et d'encadrement !

Si vous souhaitez être seul lors de votre voyage et en choisir les contours et les options, vous pouvez nous faire part de cette demande via l'option "demande de devis".

LE PRIX COMPREND

- ✓ L'accueil et les transferts depuis la gare de Bellegarde sur Valserine
- ✓ Hébergement : 5 nuits en gîte ou chalet
- ✓ Pension complète du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 6
- ✓ Transport des bagages
- ✓ Encadrement par des guides francophones spécialistes de la région
- ✓ Les activités prévues dans le programme
- ✓ Le prêt du matériel spécifique (sac de couchage grand froid et matelas pour la nuit en igloo)

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et les dépenses personnelles
- Les activités optionnelles (voir ci dessous)

À PAYER SUR PLACE

- Les boissons et les dépenses personnelles

OPTIONS

- Nuits supplémentaires : nous consulter
- Activités optionnelles (espace détente, visites diverses... : nous consulter

JOUR PAR JOUR

JOUR 1 **Arrivée dans le Jura** **et cani rando dans la** **forêt**



TRANSPORT (1h)	Transfert privé
ACTIVITÉ	2h
HÉBERGEMENT	Auberge ou chalet
PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre

Transfert en minibus depuis la gare de Bellegarde vers la région du Haut jura (environ 1 heure de route).

Brief d'accueil et installation dans votre hébergement. L'après midi, nous partons en raquettes pour une découverte de la cani-rando. Comme les esquimaux autrefois, un chien de traîneau nous tracte à la ceinture. Une expérience unique de confiance et de partage entre l'homme et le chien ! La randonnée dans la forêt nous offrira le cadre idéal pour profiter au mieux de cette activité riche en émotions.

Retour à l'hébergement et dîner au coin du poêle à bois.

JOUR 2 **Découverte des** **combes et lacs du** **Jura en raquettes**



TRANSPORT	Transfert privé
MARCHE	4h30
HÉBERGEMENT	Auberge ou chalet

Après un court transfert, vous partez à la journée avec vos raquettes à travers les combes enneigées du Jura. Votre guide vous fera découvrir les mystères de ce territoire sauvage. Après avoir traversé un paysage forestier, vous arrivez sur les hauteurs et dominez plusieurs lacs pour profiter de ces paysages typiques de la région.

JOUR 3 **Journée trappeur et** **construction d'igloo**



MARCHE	4h30
HÉBERGEMENT	Auberge ou chalet

Lors de cette journée, nous partirons à la découverte du mode de vie des trappeurs et vous initierons aux techniques de survie. En fonction des désirs de votre groupe et de la météo, vous pourrez découvrir les techniques indispensables à tout explorateur polaire : le postage des traces d'animaux, la réalisation d'un feu mais également la construction d'un igloo dans lequel les plus téméraires pourront passer la nuit pour une expérience mémorable en pleine nature.

JOUR 4
Initiation au traîneau

ACTIVITÉ	1h30
HÉBERGEMENT	Auberge ou chalet

Matinée libre consacrée aux activités optionnelles (initiation au ski de fond, bain norvégien, visite du musée des expéditions polaires, visite du parc polaire avec les animaux du Grand Nord...)

L'après midi, vous partez à la rencontre des chiens de traîneau pour une expérience magique à leurs côtés.

Les mushers vous présentent vos attelages. Vous vous verrez confier un attelage pour deux. En début d'après midi, départ pour une randonnée traîneau à travers les pistes forestières. Retour en fin d'après-midi au gîte où vous pourrez vous détendre et, en option, profiter du sauna pour vous relaxer après cette belle découverte.

JOUR 5
Raquettes sur les cimes entre Suisse et Mont Blanc

ACTIVITÉ	4h-5h
HÉBERGEMENT	Auberge ou chalet

Cette journée de randonnée nous emmène sur les hauteurs vers les crêtes enneigées du Haut Jura. Les arbres enneigés disparaissent peu à peu nous laissant profiter d'une vue magistrale sur le Jura, la Suisse avec le lac Léman et le Mont Blanc au loin.

Pour terminer cette journée, nous ferons un stop dans une fruitière, fromagerie locale, en vue de préparer notre dernier dîner ensemble!

JOUR 6
Transfert retour

TRANSPORT	1h
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Dernier petit déjeuner sur place.

Transfert vers la gare de Bellegarde qui marque la fin d'une belle semaine riche en émotions et souvenirs.

À NOTER

Suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, l'accompagnateur se réserve le droit de modifier cet itinéraire, pour votre sécurité et celle du groupe.

De même, l'ordre des activités n'est pas garanti et dépendra de la disponibilité des traîneaux lors de la confirmation du séjour.

DÉTAIL DU VOYAGE

NIVEAU

Ce voyage s'inscrit dans un esprit de découverte de la nature et des activités sportives traditionnelles du Grand Nord. Il ne présente pas de difficulté technique mais il faut avoir une soif de découverte et aimer la vie en extérieur quelque soit les conditions climatiques. Les activités sont accessibles à toute personne en bonne condition physique.

Il n'est pas nécessaire d'avoir une première expérience dans la conduite d'attelage de chien de traîneau ou en randonnée en raquettes. Ce séjour "en étoile" vous permet de découvrir une nouvelle activité chaque jour, avec des temps de pratique de 4h à 5h. Vous effectuerez chaque activité dans un milieu naturel sauvage et protégé. Chaque soir, vous retrouvez le confort de l'hébergement.

Ce terrain d'aventure non aseptisé demande de votre part une bonne capacité d'adaptation aux conditions climatiques. Les températures peuvent descendre jusqu'à -15°C, et la neige peut également rendre les journées plus difficile physiquement. Ce voyage au niveau facile est participatif au sens où vous serez initié à la manière de préparer votre attelage de chien de traîneau et de le conduire, vous serez également sollicités par votre guide pour aider à la préparation des repas et des piques niques.

Nous vous conseillons ce voyage si vous êtes avide de découverte et voulez tester des activités hivernales insolites, sans vous mettre en difficulté technique. Une semaine de coupure totale au bout du monde, sans luxe matériel mais au cœur d'un paradis naturel !

ENCADREMENT

Ce séjour est encadré par un accompagnateur de moyenne montagne sur la partie raquette et un musher pour la partie en traîneau.

Il a été choisi pour son expérience de terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, ainsi que pour sa passion à faire découvrir sa région.

ALIMENTATION

Le repas sont préparés par nos soins chaque soir. Vous profitez d'une cuisine cuisine généreuse et variée utilisant des produits locaux et de saison dans la mesure du possible.

Les repas froids pris au cours de la randonnée sont complets et composés de salade, viande ou charcuterie, fromage, fruit, biscuit. Ces pique niques sont préparés par l'accompagnateur.

Les petits déjeuners sont copieux pour affronter le froid et avoir de l'énergie pour les activités de la journée.

HÉBERGEMENT

Très bien situés en pleine nature, vous logerez dans des gites d'étape ou chalets.

Chambres simples type dortoirs avec sanitaires partagés sur le pallier. Vous pourrez encore vous éblouir des paysages tout en vous désaltérant au salon à proximité du poêle et de la vue sur les sommets environnants.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Vous avez rendez vous à la gare de Bellegarde sur Valserine en début d'après midi ou directement sur place à proximité de la station des Rousses.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Accessible en train TGV.

DISPERSION

A la gare de Bellegarde sur Valserine le jour 6 en début d'après midi ou directement à la station des Rousses en fin de matinée.

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Nous consulter.

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Parking possible sur place

DÉPLACEMENT

Vous serez transporté en transport privé ou en transport en commun lorsque c'est plus pratique pour effectuer des boucles en randonnée raquettes.

POURBOIRES

Les voyageurs payent habituellement pour les boissons du guide : vous pourriez trouver pratique de faire une cagnotte en début de séjour (aucune obligation).

BAGAGES

Vous prenez un bagage pouvant contenir l'ensemble de vos affaires (valise, sac souple type duffel bag...). Ce dernier ne devra pas être trop volumineux afin de faciliter ses manipulations lors de votre venue jusqu'au point de départ et en vue de pouvoir facilement le ranger dans votre hébergement.

Pour vos activités à la journée prévoyez un sac à dos 30/35L avec large sangle ventrale et sangle de poitrine. Pensez à prendre un sac poubelle pour isoler le linge de rechange de l'humidité.

Conseil du guide : dans votre sac à dos vous glisserez :

- Vêtements chauds (polaire, pantalon, bonnets et gants)
- Vêtements coupe vent
- Gourde/thermos
- Appareil photos
- Crème solaire
- Et votre pique nique de la journée".

EQUIPEMENT

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

- Raquettes et bâtons.
- Sac de couchage grand froid et matelas autogonflant
- Couvertures chaudes

Le matériel collectif (boussole, altimètre, cartes, pharmacie, ...) est prévu par l'encadrement.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

En randonnée le principe des 3 couches reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité.

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une veste chaude en fourrure polaire
- une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire.

Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit d'ajouter la veste imperméable.

Par grands froids, ou lors des pauses en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent.

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. La sueur est l'ennemie du randonneur, surtout en hiver car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses.

Éviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chaud et encombrant.

L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner en hiver

- 1 bonnet
- 1 paire de gants chauds (prévoir 1 paire de rechange)
- 2 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (en matière respirante)
- 1 sous-pull à manches longues également adapté à l'effort
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex ou équivalent)
- 1 housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sacs)
- 1 pantalon adapté à la marche (pantalon type « jean » interdit car il gèle lorsqu'il est humide !)
- 1 surpantalon imperméable et respirant (type gore-tex ou équivalent)
- 1 caleçon chaud (il également être utilisé pour la soirée en refuge)
- 2 paires de chaussettes de randonnée, hautes et chaudes et adaptées à la marche
- 1 maillot de bain si vous souhaitez profiter d'un sauna durant votre séjour

Pour le soir à l'hébergement

- nécessaire de toilette
- vos affaires de rechange
- 1 lampe frontale ou de poche
- 1 drap sac

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- 1 sac à dos de 30/35 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram (Proscrire absolument les bottes et après-skis qui ne sont pas adaptées aux raquettes)
- 1 paire de guêtres hautes qui couvrent bien vos chaussures et le bas de la jambe
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos- 1 paire de lunettes de soleil catégorie 3 à 4
- 1 thermos pour une boisson chaude obligatoire en hiver
- 1 gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques
- des vivres de course de votre préférence (nous vous en donnons également en complément)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance
- 1 couverture de survie
- papier toilette avec un petit briquet pour le brûler
- crème solaire et écran labial

PHARMACIE

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence. Prévoyez avec votre médecin votre pharmacie personnelle :

- Médicaments personnels
- Anti-douleur (paracétamol de préférence)
- Double-peau
- Elastoplast
- Pansements
- Désinfectant local
- Anti-inflammatoire
- Antispasmodique
- Anti-diarrhéique
- Anti-vomitif
- Antiseptique intestinal
- Collyre• Somnifère léger
- Boules Quies
- Antibiotique à spectre large
- Vitamines C

Liste non exhaustive.