

Grande Traversée du Jura Sud

Massif	Jura	Niveau technique	● ● ○ ○
Département	Jura, Ain	Niveau physique	● ● ○ ○
Commune	De Prémanon à Bellegarde s/ Valserine	Dénivelé positif / jour	300 > 600 m
		Distance / jour	8 > 18 km
RDV	La veille du premier jour à 18h au gîte la Grenotte	Durée	6 jours
Nuitées	En gîtes d'étapes Option transfert des bagages	Saison	Mai à septembre

Descriptif

J1 : arrivée dans le Jura, nuitée au gîte de la Grenotte

J2 : Forêt du Massacre, Crêt Pela et vue sur le Mont Blanc, descente par la combe de la chèvre, nuitée au gîte de la Chandoline

J3 : Pré-bois, vallons et combes typiques du haut Jura, nuitée au gîte de la Guienne,

J4 : Cheminement dans les pré-bois du plateau entre forêts et pâtures, nuitée au gîte de Berbois,

J5 : Randonnée optionnelle : Boucle jusqu'au Crêt de Chalam (panorama), nuitée au gîte de Berbois,

J6 : Descente dans la vallée de la Valserine, passage à Chezery (ancienne abbaye), nuitée au gîte de la Biolaz,

J7 : Grand Crêt d'eau et vue sur toutes les Alpes, pertes de la Valserine, transfert de Bellegarde vers Prémanon.



Côté technique

- Être en bonne condition physique (pratiquer une activité physique au moins une fois par semaine)

- pas de difficultés techniques sur ce parcours



Informations

Encadrement : Accompagnatrice en Montagne, groupe de 12 personnes max

Merci de signaler tout soucis de santé ou allergies particulières à l'accompagnatrice avant le début du séjour.

Tarif

Prestation encadrement : 150€ / personne

Hébergements, transferts : environ 430€ / personne

- Le prix comprend : l'hébergement en pension complète dans des gîtes (en dortoirs), les taxes de séjour, le transfert des bagages, le transfert Bellegarde – Prémanon, l'encadrement par une accompagnatrice en montagne

- Le prix ne comprend pas : le transport jusqu'au gîte du premier soir, les boissons, les dépenses personnelles

Équipement à prévoir

- Des sous-vêtements respirant
- Une veste chaude (type polaire)
- Une veste imperméable et respirante (type Goretex)
- Une cape de pluie
- Un pantalon de rando
- Des vêtements de rechange pour le soir
- Des chaussettes de marche
- Un bonnet
- Un chapeau
- Des lunettes de soleil
- De la crème solaire
- Une paire de gants
- Des chaussures montantes crantées
- Une gourde (ou poche à eau ou bouteille plastique)
- Une boîte hermétique plastique et une cuillère (pique-nique le midi)
- Un couteau de poche
- Un sac à viande (pour les nuitées en gîte)
- Un sac à dos 30 à 40 L + sac voyage souple 12 kg max
- Une frontale
- Des bâtons de marche (selon habitudes)
- Une pharmacie individuelle adaptée
- Une trousse et une serviette de toilettes
- Du papier toilette (+ briquet)

