

Eté 2019

7 Jours / 6 Nuits

FICHE TECHNIQUE



SÉJOUR Randonnées **Montagnes et cascades jurassiennes**

Du dimanche 21 Juillet au samedi 17 Août 2019

Individuels – Petits groupes

Hébergement au Chalet de la Haute-Joux ou Chalet de l'Alliance *

♥ **SÉJOUR : en pension-, agrémenté d'un programme de randonnées.**

Vous avez choisi de vous laisser séduire par le Massif du Jura lors de vos prochaines vacances d'été ! Situé à Cerniébaud, petit village du plateau de Nozeroy, au pied du Massif de la Haute-Joux, entre 1000 et 1200 mètres d'altitude, le Chalet de la Haute-Joux vous attend avec sa dynamique et chaleureuse équipe. Nous vous accueillerons dans notre chalet rénové. Venez découvrir le Jura sous toutes ses formes, à travers un large panel d'activités adaptées à tout public. Nous vous proposons

Un hébergement en chambre familiale de 3 à 5 lits, sanitaires complets dans chaque chambre. Les lits sont faits à l'arrivée, draps et couettes fournies ainsi qu'une serviette de toilette. Ménage quotidien. Le chalet dispose d'un ascenseur, d'une bibliothèque, d'une salle TV...

Mise à disposition des chambres du 1^{er} jour à 16h30 jusqu'au dernier jour à 9h.

Un séjour en pension complète du 1^{er} jour, le dimanche pour le repas du soir jusqu'au huitième jour, le dimanche suivant, après le repas du midi, pour la pension complète ou jusqu'au petit-déjeuner en demi-pension.

Repas équilibrés, variés et menus régionaux. Service à table. 1/4 vin par personne.

Café offert le midi.

LES PLUS DE VOTRE SÉJOUR SELON LES SEMAINES EN ÉTÉ 2019

- **Semaine du dimanche 21 Juillet 2019 : découverte Qi Gong**

L'ACTIVITE : Randonnée Accompagnée en Moyenne Montagne

- **Matériel** : Voir fin de fiche technique
- **Objectif : Découvrir le milieu préservé de notre moyenne montagne** : Des parcours à la journée et à la demi-journée variés afin de découvrir des paysages avec des points de vue sur la majestueuse chaîne des Alpes, avec une faune et une flore surprenantes par leur beauté et diversité.
- **Encadrement** : Les activités sont encadrées par nos Accompagnateurs en Montagne (environ 1 moniteur pour 10 personnes)

Jour 1 : Arrivée et installation au village vacances. Mise à disposition des chambres aux environs de 16h. Installation, réunion d'information de séjour et pot de bienvenue.

Jour 2 : Rando à la demi-journée : La Haute Joux, entre Doubs et Jura

Une randonnée au départ de l'hébergement pour appréhender la géologie locale. Vous partirez du plateau de la Baroche avant d'aborder les premiers plissements du « Jura plissé » : d'abord le massif de la Haute Joux avec sa forêt d'altitude et ses épicéas centenaires, puis les combes occupées par un élevage de vaches laitières dédié à la production du Comté. Déjeuner au Chalet Haute-Joux. Après-midi libre

Heures de marche : 3h Distance : 8 km Dénivelé +/- 150 m

Jour 3 : Randonnée à la journée : entre Suisse et France – Les crêtes du Mont d'Or

Une randonnée pour découvrir le point culminant du département du Doubs, avec son versant ouest débonnaire, propice au pastoralisme et au ski alpin, et son versant dominant la plaine suisse depuis une impressionnante falaise de 150 mètres accueillant entre autres le faucon pèlerin. Vue sur la chaîne des Alpes et les lacs Léman, de Neuchâtel, de Joux et du Jura français... Le repas sera pris dans une auberge authentique.

Heures de marche : 5h Distance : 15 km Dénivelé +/- : 530m

Eté 2019

7 Jours / 6 Nuits

FICHE TECHNIQUE



Jour 4 : Rando à la demi-journée : La région des lacs et les Cascades du Hérisson

Matinée libre. Déjeuner au Chalet Haute-Joux. L'après-midi, randonnée pédestre où vous découvrirez les Cascades du Hérisson par un itinéraire préservé, à l'abri de la foule, avant de remonter le sentier le long de la rivière 'Le Hérisson' pour découvrir les 7 cascades et comprendre l'histoire de ce site. Le retour se fera le long des lacs, juste en bord de rive, au pied des parois calcaires.

Heures de marche : 3h Distance 8 km Dénivelé +/- 450 m

Jour 5 : Randonnée à la journée : Itinérance au Pays des Helvètes

Cette randonnée vous conduira en Suisse voisine pour découvrir le Creux du Croue : paysage de combes et reculées qui vous réservent un spectacle majestueux. Déjeuner sous forme de panier-repas. Prévoir un petit sac à dos et vos gourdes.

Heures de marche : 6h Distance 15 km Dénivelé + 150 m – 750 m

Jour 6 : Visite et rando à la demi-journée : Les Gorges et Cascades de la Langouette

Randonnée et visite de la fruitière à Comté locale. Déjeuner au Chalet Haute-Joux. L'après-midi, balade aux gorges et cascades de la Langouette : l'un des sites naturels les plus spectaculaires du Jura.

Heures de marche : 2h30 Distance : 7 km Dénivelé +/- 230 m

Jour 7 : Départ après le petit-déjeuner.

L'encadrement sera assuré suivant le planning ci-dessous :

	<i>P-Déj</i>	<i>Encadrement</i>	<i>RM</i>	<i>Encadrement</i>	<i>RS</i>	
1	<i>Dimanche</i>			Arrivée – installation	X	
2	<i>Lundi</i>	X	Rando entre Doubs et Jura, la forêt du Prince 3 h (8 km)	X	<i>Libre, balade autour du village. Libre accès piscine couverte et chauffée et espace détente (spa, sauna et hammam)</i>	X
3	<i>Mardi</i>	X	Rando entre Suisse et France : Les crêtes du Mont d'Or 6 h (15 km ; +/- 530 m) Déjeuner terroir en refuge d'alpage		X	
4	<i>Mercredi</i>	X	<i>Libre, balade autour du village. Libre accès piscine couverte et chauffée et espace détente (spa, sauna et hammam)</i>	X	La région des lacs et des cascades du Hérisson 6h (18km)	X
5	<i>Jeudi</i>	X	Rando au pays des Helvètes : le Creux du Croue 6h (+ 700 m / - 100 m) Panier-repas du randonneur		X	
6	<i>Vendredi</i>	X	Rando au pied du massif de la Haute-Joux, pour la visite d'une fruitière à Comté , suivie d'une dégustation. Achats possibles. 3 h (7 km)	X	Les gorges de Malvaux et les cascades de la Langouette 2h30 (7 km)	X
7	<i>Samedi</i>	X	Départ			

♥ DÉTENTE :

Lors de votre séjour pendant les créneaux « libre » vous disposerez d'une totale liberté pour découvrir les environs ou vous promener en famille, à travers forêts, lacs et rivières (Documentation touristique disponible au Chalet de la Haute-Joux)

L'accès libre, aux heures d'ouverture définies par le Chalet de la Haute-Joux : de 10h à 12h et de 15h à 19h et sous votre propre responsabilité, à la pataugeoire, à la **piscine** avec baies vitrées, permettant l'accès à la terrasse équipée de baignoires de soleil et à l'espace bien-être (sauna, hammam et spa)

A votre disposition également : salon avec cheminée, bar, bibliothèque, salon TV-vidéo, espace Wifi, salle de jeux, aire de jeux pour enfants, plate-forme sportive...

Le chalet propose également des massages de relaxation et de bien-être (Environ 30 € la séance d'une 1/2h en supplément et sur réservation préalable)

Eté 2019

7 Jours / 6 Nuits

FICHE TECHNIQUE



♥ **ANIMATIONS** : Après le repas du soir, des animations seront programmées au cours de la semaine : soirées contes et légendes, découverte de la région à travers des films, balade nocturne, loto jurassien, soirée dansante, barbecue...

TARIFS :

	Chalet Hte Joux en Chambre double ou chalet alliance 2 personnes	Chalet Hte Joux ou Alliance en Chambre à 3 / 4 personnes
Adultes	482 €	458 €
Enfant 12/15 ans	434 €	412 €

- Offre promotionnelle : - 5 % sur le tarif de séjour pour toute réservation confirmée avant le 31 / 05 / 19
- Non cumulable avec d'autres remises

♥ SUPPLÉMENT :

Chambre single : prévoir 11.20 € par personne et par nuitée (Sur la base tarif chambre familiale)

Navette Frasnè-Cerniébaud si vous arrivez par le train : prévoir 10 € par personne pour l'aller-retour

♥ SUPPLÉMENTS OBLIGATOIRES :

Carte annuelle ANCEF : (adhésion à notre association, assurance en RC des activités proposées)
19 € / adulte 10.50 € / enfant – 16 ans 39 € / famille

Taxe de séjour : 0.66 € par nuitée par personne de 10 ans et plus.

* Au Chalet de l'Alliance, les animaux sont admis.

** Offres promotionnelles non cumulables.



Le Chalet de l'Alliance



Eté 2019

7 Jours / 6 Nuits

FICHE TECHNIQUE



PROPOSITION DE LISTE DU MATERIEL A PRÉVOIR

Vêtements

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard ou bandeau
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc...
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de trekking
- 1 veste style Gore-tex, simple et légère
- 1 cape de pluie
- 1 sur-pantalon imperméable (facultatif)
- 1 maillot de bain
- Des sous-vêtements / Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
- 1 paire de sandales ou paire de chaussures détente pour le soir

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

Equipement

- 1 gourde (1,5 litre minimum)
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants.
- 1 lampe frontale (facultatif)
- 1 couteau de poche
- Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence (il existe du savon liquide biodégradable de marque CAO).
- Crème solaire + stick à lèvres.