



RANDONNÉE PÉDESTRE

5E SEMAINE FÉDÉRALE EN HAUT-JURA

Organisé
par 2FOPEN

Prémanon (Jura)

SAMEDI 17 À SAMEDI 24 AOÛT 2024

8 jours/7 nuits
en pension complète en VVF
Petits-déjeuners et dîners au centre
Pique-niques froids et variés tous les midis

Randonnées encadrées
Trois randonnées différentes tous les jours

Pour nos licenciés 2FOPEN

Inscriptions avant le 18 juin 2024
25 places maximum



FÉDÉRATION FRANÇAISE OMNISPORTS DES PERSONNELS DE L'ÉDUCATION NATIONALE
02 47 40 05 39 - www.2fopen.com

Renseignement et inscription : Benoit DAVID - Tél. 06 13 51 36 45



5^e semaine fédérale de randonnée à Prémanon (Jura)

Samedi 17 (17h) à samedi 24 août (10h) 2024

8 jours/7 nuits pension complète avec accompagnement

Après les Hautes-Pyrénées, le Pays basque, le Caroux, la 2FOPEN vous propose de découvrir le Parc Naturel du Haut-Jura. Petit bourg du Jura aux multiples hameaux, en région Bourgogne-Franche-Comté, Prémanon prend place au pied du Mont Fier, à la frontière franco-suisse. Il abrite l'espace des mondes Polaires - Paul-Emile Victor. Il se situe non loin des Rousses, à la limite du Parc Naturel Régional du Haut-Jura.

Le Haut-Jura est une terre de contrastes aux paysages variés. L'eau ici est partout, elle sculpte la roche et coule dans de très nombreux cours d'eau et cascades. Le Haut-Jura est aussi une terre de forêts qui recouvrent 70% du territoire du Parc naturel ! Les prairies naturelles où pâturent majoritairement des vaches laitières Montbéliarde complètent ce paysage. Le Haut-Jura c'est avant tout une

mosaïque de milieux et d'espèces mais aussi une terre vivante et habitée. Laissez-vous Comté !

Au programme, la 2FOPEN vous propose des randonnées à la journée accompagnées, sur un secteur qui regorge de sentiers de randonnée pédestres de toutes longueurs et difficultés accessibles à partir de 11 ans.

Trois groupes seront constitués afin de proposer un éventail de difficultés bien adaptées à la condition physique de chacun (de 4h à 6h de marche par jour). La plupart des randonnées se feront au départ du gîte, les voitures étant peu utilisées sinon sur de faibles parcours.

HÉBERGEMENT

VVF Jura Les Rousses

780 Chemin des Maquisards

39220 Prémanon

Tél. 03 84 60 78 51

Coordonnées GPS :

Latitude : 46.463004 - Longitude : 6.020785

Situé à 1120 m d'altitude et à 800 m du bourg de Prémanon, le VVF Jura Les Rousses est composé d'un bâtiment de 3 niveaux desservis par ascenseur et comprend 28 appartements de 2 à 5 personnes avec terrasse ou balcon et de 10 chambres de 2 et 3 personnes.

Les serviettes de toilette, draps sont fournis, lits faits à l'arrivée et ménage de fin de séjour inclus.

- Disponibilité des chambres et horaires de la réception

Arrivée entre 17 h et 20 h (Prévenir le VVF en cas d'arrivée après 20 h). Départ avant 10h.

Ouvert du dimanche au vendredi, de 8h à 14h et de 17h à 20h. Le samedi de 8h à 22h.

- **Équipements et services** : Wifi gratuit à l'accueil, parking extérieur gratuit. Bibliothèque, Terrain de pétanque, Tennis de table, Baby-foot, Slackline, Château gonflable, Toboggan gonflable, Terrain multisport, Ludothèque, Piscine gratuite intérieure chauffée et non surveillée, Espace bien-être gratuit (Accès libre, Horaires d'ouverture : Tous les jours de 9 h à 19 h, sauf le hammam : accessible uniquement sur demande et à partir de 16 ans, Salle de musculation).

RESTAURATION

Séjour en pension complète du dîner du premier jour au petit-déjeuner du dernier jour.

Le petit-déjeuner : Un buffet complet où vous retrouverez du sucré et du salé pour attaquer vos journées d'un bon pied !

Déjeuner : Pique-nique

dîner : En buffet ou à l'assiette (selon la période)

dégustez des plats diversifiés et équilibrés, faisant la part belle aux spécialités culinaires de chaque territoire. (vins inclus). Profitez de dîners thématiques en vacances scolaires.

Bar

Rendez-vous au bar du VVF pour découvrir notre carte de boissons et de cocktails avec et sans alcool. Une offre variée pour un moment convivial en famille ou entre amis autour d'un verre.

TRANSPORT

Véhicule indispensable sur place.

Le transport aller-retour domicile/Prémanon et sur place n'est ni organisé, ni inclus dans le prix.

Itinéraire :

Voiture : De Paris : A39->A391->N5 ; Puis à la sortie de Morez D25->Prémanon. A l'entrée de Prémanon, prendre à droite puis la première à droite. Le VVF sera sur la droite à 800 m.

De Lyon : A42->A40->A404->D25. A l'entrée des Moussières, prendre à droite la D292 jusqu'à Lajoux. Là prendre à gauche sur la D436/25. A l'entrée de Prémanon prendre à droite, puis la première à droite. Le VVF sera sur la droite à 800 m.

Train : Gares de Morez (10 km), Bellegarde-sur-Valserine (59 km) ou gare TGV de Dôle (110 km), puis taxi.

Avion : Aéroport de Genève-Cointrin (45 km), puis train jusqu'à La Cure via Nyon, puis taxi.

ENCADREMENT

Serge Capdessus, titulaire du Brevet d'État d'Accompagnateur en moyenne montagne, responsable de la section montagne de la 2FOPEN 65. Véronique PRIM, Maurice TURC et Dominique POUPINET, accompagnateurs fédéraux de randonnée pédestre.

GROUPES – TEMPS DE MARCHÉ & DÉNIVELÉ

Randonnée accessible à toute personne aimant la montagne et la vie au grand air. Pas de passages techniques.



Groupe A. (niveau sportif) : Temps de marche de 6h par jour (environ 700 m de dénivelé)

Groupe B. (niveau aimable) : 5h (environ 500 m de dénivelé) .

Groupe C. (niveau doux) 4h (environ 400 m de dénivelé).

A partir de 11 ans, les enfants peuvent participer aux randonnées après accord de l'accompagnateur.

L'itinéraire emprunte des sentiers réguliers au cœur de panoramas superbes, changeant sans cesse.

ÉQUIPEMENT

Chaussures de randonnée pour la montagne. Sac à dos. Vêtements adaptés à la montagne d'été. Petits gants. Coupe-vent. Vêtement de pluie. Bonnet et chapeau. Crème Rap et crème solaire. Bâtons de marche. 2 contenants pour le pique-nique., couverts et gourde.

LOCALISATION

Haut-Jura

Partie intégrante du Parc naturel régional du Haut-Jura, ce territoire frontalier de la Suisse, se caractérise par des paysages et une culture de montagne (entre 700 m et 1720 m d'altitude). Été comme hiver, le Haut-Jura accueille les touristes avides de grand air, de villages authentiques, d'activités nordiques et de pleine nature.

Coordonnées

Bureau d'information touristique de Prémanon – Office de tourisme de la Station des Rousses

146 Rue de la Croix de la Teppe

39220 PREMANON

03 84 60 02 55

<https://www.lesrousses.com/>

PAPIER D'IDENTITÉ, LICENCE ET CERTIFICAT MÉDICAL

Chaque participant est tenu d'être en possession d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité (Passage en suisse), de sa licence 2FOPEN 2023-2024 à l'inscription et de fournir un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre (ou à défaut l'attestation questionnaire de santé, dans certaines conditions).

ANNULATION

ASSURANCE FACULTATIVE

En cas d'annulation du stage de la part des participants, se référer aux conditions particulières de vente.

Il est possible de souscrire une assurance voyage* :

▪ Annulation (avant le séjour) : 24 €/personne (garanties Groupe MAIF / ASSURINCO) - en souscrivant vous-même à :

<https://unat.assurinco.com/souscrire>

▪ Découverte 2 (avant et pendant le séjour) : 27 €/personne (garanties Groupe MAIF / ASSURINCO) - en souscrivant vous-même à :

<https://unat.assurinco.com/souscrire>

*La souscription doit impérativement être effectuée au moment de l'inscription (code partenaire : 2FOPEN). Pour connaître la procédure cliquez ici.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AVANT

LE 18 JUIN 2024

2FOPEN

Maison des Sports de Touraine

Rue de l'Aviation 37210 PARÇAY-MESLAY

Tél. 06 13 51 36 45

E-mail : benoit.david@2fopen.com

Site : www.2fopen.com

RÈGLEMENT

- Acompte de 30 % à la signature du contrat à recevoir avant le 18 juin 2024

- Le solde au plus tard le 16 juillet 2024

Moyens de paiement : chèque, virement, CB, chèques vacances

TARIF PAR PERSONNE

Logement lit double ou lits séparés : **670 €**

En raison de la saison estivale, l'hébergement en chambre seule n'est pas possible

Enfant : 11-15 ans : **580 €**

3-10 ans : **460 €**

<3 ans : non admis

Attention : ce tarif est établi sur la base d'un groupe de **25 personnes**. Si ce nombre n'est pas atteint, le prix du séjour pourra être revu à la hausse ou le séjour pourra être annulé (information communiquée le 17/06/2024 au plus tard).

Merci aux participants de préciser le nom de la personne avec laquelle ils partageront la chambre.

Ce prix comprend :

- ♦ L'hébergement en chambre double au VVF Jura Les Rousses
- ♦ Pension complète (boisson à table, 1/4 vin), du diner du premier jour au petit-déjeuner du jour de votre départ (8 jours/7 nuits)
- ♦ Le «bar à pasta» : différentes variétés de pâtes vous sont proposées au diner en complément du plat de résistance
- ♦ L'animation dont un groupe musical ou un spectacle de soirée
- ♦ Clubs enfants de 3 à 17 ans (sauf journée familiale)
- ♦ La prise en charge des repas le midi par un animateur pour les 3-10 ans (sauf journée familiale)
- ♦ Les apéritifs de bienvenue et de fin de séjour
- ♦ Le linge de toilette, draps fournis, lits faits à l'arrivée
- ♦ Wifi à l'accueil
- ♦ La taxe de séjour
- ♦ L'encadrement des randonnées

Ce prix ne comprend pas :

- ♦ Le transport aller-retour domicile/Prémanon et sur place
- ♦ Les contenants pour les pique-niques (2 gamelles, gourde, couverts)
- ♦ Le café
- ♦ Les visites ou déplacements éventuellement décidés sur place
- ♦ La licence 2FOPEN 2023/2024
- ♦ L'assurance annulation facultative
- ♦ La prestation hôtelière : Ménage et lit fait 8 €/personne/nuit assuré et linge de toilette changé tous les jours : 10 €/personne/nuit

Crédits photos : 2FOPEN - ©Station des Rousses

La Fédération 2FOPEN est immatriculée au registre des opérateurs de voyages et de séjours sous le N° IM037150001 - RCP : MAIF (200 avenue Salvador Allende - 79038 NIORT cedex 9 - contrat n° 0902908N) - Garantie Financière : FMS-UNAT (8 rue César Franck - 75015 PARIS) - Agrément JS : 11773



PROGRAMME

Ce programme est indicatif. Il est susceptible d'être modifié en fonction des conditions météorologiques ou autres aléas. Les durées de marche indiquées sont approximatives et peuvent varier selon le groupe et les arrêts souhaités (photos, visites, etc.).

Trois randonnées différentes tous les jours. Le massif du Jura que nous visiterons étant peu escarpé, nous avons indiqué pour chaque jour le dénivelé en mètres et la distance en kilomètres. On peut aussi évaluer à 6h environ par jour les randonnées du groupe A, à 5h les randonnées du groupe B et à 4 h les randonnées du groupe C.

Groupe A - Randonnée sportive ≈ 700 m de dénivelé, entre 12 et 20 km

Groupe B - Randonnée aimable ≈ 500 m de dénivelé, entre 10 et 15 km

Groupe C - Randonnée douce - de 400 m de dénivelé, moins de 10 km

Jour 1 – Samedi 17 août 2024

A partir de 17h, installation au centre de vacances.

A 18h, rassemblement du groupe et présentation du séjour.

Jour 2 – Dimanche 18 août 2024

AU DÉPART DE PRÉMANON

Groupe A : MONT FIER ET CROZET - 19 km.

Du centre de vacances, nous montons au sommet du Mont Fier 1282 m par la Combe du Mont Fier puis descendons par le GR9 jusqu'au hameau du Crozet. Nous partons alors vers le sud à travers la Forêt jusqu'au Haut Crêt. Nous continuons jusqu'au Chalet Double et rentrons au centre en suivant le GR de Pays.

Groupe B : MONT FIER ET CROIX DE TEPPE - 14 km.

Du centre 1126 m, nous montons au sommet du Mont Fier en suivant l'itinéraire du GR9 dans la forêt. Au sommet nous le continuons pour une belle traversée de forêt jusqu'à la Croix de Teppe. Nous empruntons alors une petite route pour rentrer au centre.

Groupe C : MONT FIER - 9 km.

Du centre 1126 m, nous prenons une petite route puis une piste forestière qui pénètre dans la forêt. Nous suivons alors le GR9, pénétrons dans la Combe du Mont Fier. A 1252 m le sentier change d'orientation et monte sans encombre au sommet du Mont Fier 1282 m. Nous redescendons par le même itinéraire.

Jour 3 - Lundi 19 août 2024

ASCENSIONS DE LA DOLE

Groupe A : LA DOLE EN TRAVERSEE - 19 km.

Du hameau de Les Dappes, 1282 m, nous franchissons la frontière avec la Suisse, et montons directement au col des Portes 1557 m et suivons la crête jusqu'au sommet de La Dole 1677 m. Nous revenons au col des Portes et suivons alors le GR Balcon du Lemman et nous descendons jusqu'à la petite ville de St Cergue. Nous prenons le sentier du GR5 pour revenir à la voiture.

Groupe B : LA DOLE PAR LE COL DE PORTE - 12 km.

Du parking de la Cabasse 1385 m, nous passons en Suisse par le hameau du Petit Sonnailley. Nous montons au sommet de la Dole 1677 m et nous descendons par la crête Nord et le col de Porte. Nous suivons alors le sentier du Balcon du Lemman pour retrouver les voitures.

Groupe C : LA DOLE DIRECTEMENT - 8km.

Du parking de La Cabasse 1385 m nous prenons une petite route puis un sentier qui passe en Suisse et qui monte directement au sommet de la Dole 1677 m. Retour par le même itinéraire.

Jour 4 - Mardi 20 août 2024

MASSIF DU CRET DE LA NEIGE

Groupe A : M. CRET DE LA NEIGE 1718 m - 14 km.

Nous laissons les voitures au village de Lélex et montons au refuge de Ratou puis à celui de La Loge. Nous suivons alors un sentier qui monte dans la Forêt jusqu'à la crête du Grand Crêt 1702 m. Nous poursuivons dans un espace dégagé jusqu'au sommet du Crêt de la Neige 1718 m. Nous descendons par le même itinéraire.

Groupe B : F. MONTEE A MONTOISEY 1669m - 11 km.

Nous laissons nos voitures au village de Lélex 890 mètres d'altitude et montons au refuge de La Loge 1401 m par un itinéraire facile dans la forêt. Nous dépassons le refuge pour monter au col de Crozet 1485 m puis au sommet du Montoisey 1669 m. Nous faisons une petite boucle et rentrons par le refuge de La Loge.

Groupe C : TF. MONTEE REFUGE DE LA LOGE - 8,5 km.

Nous laissons nos voitures au village de Lélex 890 m d'altitude. Nous empruntons le sentier du GR 509 pour monter tranquillement au refuge de Ratou puis au refuge de la Loge. 1401 m. La descente se fait par le même itinéraire.

Jour 5 - Mercredi 21 août 2024

AU DESSUS DE MIJOUX

Groupe A : M. COLOMBY DE GEX 1688 m - 22 km.

Depuis le village de Mijoux, nous montons au sommet du Grand Montrond 1614 m, suivons la longue crête presque horizontale jusqu'au puis Pas de l'Echine puis au sommet du Colomby de Gex 1688 m. Nous poursuivons vers le sud jusqu'au point coté 1530 de la crête. Nous rentrons alors aux voitures par la Route forestière de la Maréchaude.

Groupe B : F. GRAND MONTROND 1614 m - 12 km.

Depuis le village de Mijoux, nous empruntons le GR9 qui évite par l'ouest les remontées mécaniques et nous sortons de la forêt au lieu-dit Le Crozat 1475 m. Nous montons alors au sommet du Montrond 1596m puis au sommet du Grand Montrond 1614 m.

Groupe C : TF. SOMMET DU PETIT MONTROND 1532 m - 9 km.

Depuis le village de Mijoux 984 m, nous prenons de l'altitude en remontant les pistes de la station de ski de fond. Nous atteignons facilement le sommet du Petit Montrond 1532 m. Nous empruntons le même itinéraire à la descente.

Jour 6 – Jeudi 22 août 2024

AU DEPART DE SAINT CLAUDE

Groupe A : M. LA ROCHE BLANCHE - 14 km.

Nous laissons les voitures au parking au sud de la ville. Nous prenons un sentier qui monte bien dans la forêt. Nous atteignons le sommet de La Roche Blanche 1100 m. Magnifique belvédère. Nous descendons côte Sud par un sentier toujours forestier jusqu'au lit dit des Chayeres. Un autre sentier nous fait retrouver le fond de la vallée du Flumen. Après le saut du Chien, nous remontons jusqu'au Sommet des Grès 1087 m et nous rentrons par le Chemin des Moines.

Groupe B : F. MONT BAYARD - 7km.

Du centre de la ville, au bord de la Brienne, nous montons au-dessus des quartiers les plus hauts, pour atteindre la Grotte St Anne. Nous continuons à monter dans la forêt jusqu'à atteindre la crête du Mont Bayard. Nous la suivons jusqu'au sommet à 890 m. Retour par le même itinéraire.

Groupe C : TF. LE SAUT DU CHIEN - 6 km.

Nous laissons les voitures au parking au sud de la ville et nous remontons la vallée du Flumen en suivant un sentier pittoresque. Le Saut du Chien est un belvédère à 756 m d'altitude.

Jour 7 – Vendredi 23 août 2024

MASSIF DES JOUVENCELLES

Dernier jour, les trois groupes partent ensemble et se divisent au fil de la randonnée si nécessaire.

Groupes A, B et C - 19 km.

Nous quittons le centre à pied et empruntons le GR 9 qui traverse d'abord un vaste pâturage, traverse ensuite le Hameau de Prémanon d'Amont pour arriver à l'Auberge de Jeunesse 1040 m d'altitude... Après la Grenotte, un premier groupe peut rentrer au centre. (Pour une boucle totale de 8 km) ... Nous continuons sur le GR9, dépassons le hameau des Jouvencelles et montons au Belvédère des Dappes (6 km depuis le début) ... Nous poursuivons dans la forêt, dépassons les Tuffes (Boucle possible pour le centre avec un total de 12 km), le Chalet du Massacre et nous montons au Goulet à 1376 mètres (10 km du départ). Nous basculons alors côté Ouest et suivons la route forestière des Logettes. Nous traversons le lieu-dit Les Jacobey et retrouvons le centre de Prémanon.

Le soir : Apéritif de fin de séjour.

Jour 8 – Samedi 24 août 2024

Départ

Libération des chambres avant 10h.

