

AVANT DE PARTIR

⇒ L'INSCRIPTION EST OBLIGATOIRE.

Voir le détail dans le programme (page 2 et 3) Adressez-vous au bureau d'accueil de la Maison du Tourisme des MONTS JURA : Tél. 04. 50. 20. 91. 43 .

⇒ TARIFS DES RANDONNEES

Les tarifs comprennent la prestation d'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, et le cas échéant, encas et montée en télécabine.

Le tarif « enfant » s'applique pour tous les enfants de 0 à 12 ans inclus.

Les chèques vacances sont acceptés sans rendu de monnaie.

⇒ RECOMMANDATIONS

Le programme et les itinéraires peuvent être modifiés pour raison de sécurité

Les randonnées ne présentent pas de difficultés majeures, elles sont abordables pour tout public.

Niveau très facile : dénivelé positif : de 100 à 150 mètres maximum

Niveau facile : dénivelé positif : de 200 à 300 mètres maximum

Niveau moyen : de 400 à 600 mètres maximum

Le choix des chaussures est important : préférez des chaussures à tige montante.

Munissez-vous d'un sac à dos, d'un vêtement imperméable, d'un vêtement chaud (les conditions météo changent vite en montagne), d'une gourde ainsi que d'un petit encas.

La casquette, ou le chapeau est indispensable, ainsi que les lunettes de soleil et la crème solaire. Les chiens au cours des randonnées même tenus en laisse ne sont pas admis (réglementation de la Réserve Naturelle)

⇒ CONTACT

LES ACCOMPAGNATEURS DE LA HAUTE CHAINE :

Didier Marinot 04.50.48.84.72 ou 06.72.15.80.68

Pierre Magnin 04.50.48.35.99 ou 06.81.89.55.58

Francis André 04.50.20.35.70 ou 06.74.67.79.94

Il est possible de réserver vos randonnées en ligne ou auprès des Accompagnateurs et de retrouver l'ensemble de nos coordonnées (web, mail et adresse postale) sur le site : www.airedevent.com/monts-jura.htm

ou sur le site de la station des Monts Jura : www.monts-jura.com



*Profitez des randos d'été
Avec les Accompagnateurs en Montagne
De la Station Monts Jura*



	MATIN	APRES-MIDI
LUNDI	Nordic Walking (Didier)	Rando dégustation en chalet d'alpage (Pierre)
MARDI	Les animaux de la Forêt (Pierre)	L'alpage du Crêt d'Eau (Didier)
JEUDI	Les chamois dès l'aube (Francis)	En descendant la Valserine (Pierre)
DIMANCHE		Escapade au Crêt de la Neige (Didier)

LUNDI Matin avec Didier

LA MARCHÉ NORDIQUE (Lélex)

Objectif : marche tonique et vivifiante le long de la Valserine

Niveau facile, montée 100 m

Le Nordic Walking grâce à l'utilisation appropriée de bâtons en fibre de carbone permet le renforcement musculaire ainsi que l'amélioration de l'endurance.

Pratiqué en groupe de 12 personnes maximum le Nordic Walking, véritable séance de fitness en pleine nature, vous procurera de nombreux instants de plaisir de rencontre et de convivialité. Séance de 2 heures.

Inscription : obligatoire : maison du tourisme ou accompagnateur

Tarif séance : séance 10 € bâtons fournis

RDV à Lélex devant la maison du tourisme à 10h

Dates : Lundi 6, 13, 20 et 27 juillet et lundi 3, 10, 17, 24 et 31 août

LUNDI Après midi avec Pierre

GOUTER EN ALPAGE (Chézery)

Objectif : les pâturages en famille

Niveau moyen, public familial, enfant à partir de 7 ans, 350m de dénivelé

Une excursion dans le site des Roches Franches pour accéder à un chalet d'alpage où nous goûterons fromages et charcuterie locales.

Inscription : obligatoire : maison du tourisme ou accompagnateur

Tarifs : Adulte 15€, Enfants 12€ (- 12 ans), dégustation comprise

RDV 14h à Lélex devant la maison du tourisme ou 14h15 au hameau de La Rivière (Chézery)

Dates : Lundi 27 Juillet et lundi 3, 10 et 17 Août

MARDI matin avec Pierre (rando PNR Ht Jura)

LES ANIMAUX DE LA FORÊT (col de la faucille)

Objectif : A la découverte de la Faune sauvage

Niveau facile, Public familial enfant à partir de 5 ans

RDV 9h30 au col de la Faucille, sur le parking de la RN5 près de l'ancienne douane.

Un parcours facile au coeur de la forêt d'altitude, on y découvre un joli canyon, pour parler des animaux qui y vivent et chercher les indices de leur présence.

Nous pourrions échanger nos découvertes autour d'une boisson chaude et d'un cake maison offert lors d'une pause.

Inscription obligatoire : maison du tourisme ou accompagnateur

Tarif : Adulte 7 €, Enfant (jusqu'à 12 ans) 3 €

RDV 9h30 au col de la Faucille, sur le parking de la RN5 près de l'ancienne douane.

Dates : Mardi 28 Juillet et mardi 4, 11 et 18 Août

MARDI après-midi avec Didier (rando PNR du Ht Jura)

L'ALPAGE DU CRÊT D'EAU (Menthières)

Objectif : A la découverte de la vie de l'alpage et de son histoire

Niveau moyen, enfant à partir de 10 ans

Une après midi de convivialité pour découvrir l'alpage sur la partie méridionale de la Haute Chaîne du Jura. Après l'ascension du Crêt de Goutte, vous profiterez d'un magnifique panorama sur les alpes et le Pays de Gex

Inscription : obligatoire : maison du tourisme ou accompagnateur

Tarif : Adulte 7 €, Enfant (jusqu'à 12 ans) 3 €

RDV sur le parking de la station de Menthières, devant le Rrelais des Crêts à 13h30

Dates : Mardi 7, 14, 21 et 28 juillet et mardi 4, 11, 18 et 25 août



JEUDI matin avec Francis (rando labellisée PNR Ht Jura)

LES CHAMOIS DES L'AUBE (Col de la Faucille)

Objectif : Observer dès l'aube les chamois

Niveau facile, montée 200 m, enfant à partir de 7 ans

Cette rando matinale permet de prendre le temps d'observer les chamois et de comprendre leur mode de vie avant qu'ils ne quittent la ligne de crêtes pour se mettre à l'ombre. *Nous abordons la gestion des populations et leur prédateur.* Utilisation d'une longue vue. *Encas avec boisson chaude servi sur les crêtes face au Mont Blanc.* Prévoir l'équipement adapté à la météo et aux t°f raîches. Retour vers 8H30.

Inscription obligatoire : maison du tourisme ou accompagnateur

Tarif (l'encas compris) : Adulte 8 €, Enfant (jusqu'à 12 ans) 5 €

RDV près de l'Hôtel La Petite Chaumière au Col de la Faucille dans la Station Monts Jura, chaque mardi à 5 h 30 en juillet et 6 H en Août, puis 6H15 après le 15 Août.

Dates : Jeudi 9, 16, 23 et 30 juillet et jeudi 6, 13, 20 et 27 août



JEUDI Après midi avec Pierre (rando PNR Ht Jura)

EN DESCENDANT LA VALSERINE (Lelex)

Objectif : Découvrir le cœur de la vallée

Niveau facile, Public familial, enfant à partir de 6 ans,

Une randonnée tout en contraste en suivant la rivière Valserine d'abord au fond de gorges sauvages et boisées pour ensuite déboucher sur une vallée lumineuse et poursuivre jusqu'à Chézery-Forens et sa fromagerie que nous visiterons et où nous attend une petite dégustation de fromages locaux (offerte par la fromagerie).

Durant la balade, nous parlerons de la Valserine et de son utilisation par l'Homme.

Inscription obligatoire : maison du tourisme ou accompagnateur

Tarif : Adulte 7€, Enfant (jusqu'à 12 ans) 3€

RDV 13h45 à Lélex devant la maison du tourisme, de là nous covoiterons jusqu'au départ de la rando.

Date : Jeudi 16, 23 et 30 juillet et jeudi 6, 13, 20 et août



DIMANCHE après-midi avec Didier (avec montée en télécabine)

ESCAPADE AU CRÊT DE LA NEIGE (Lélex)

Objectif : Découvrir le point culminant des montagnes du Jura

Niveau Moyen, enfant à partir de 10 ans.

Randonnée 3/4 de journée (3 heures à 4 heures) prévoir le pique nique

Départ assuré à partir de 5 participants minimum

Visitez la haute Chaîne du Jura et son point culminant, découvrez

l'histoire de son l'alpage, son canyon, sa curieuse forêt de pins à crochets ainsi que sa végétation et sa faune subalpine.

Inscription obligatoire : maison du tourisme ou accompagnateur

Tarifs : (avec frais télécabine) : Adulte 17,80 €, Enfant 14,20 € (jusqu'à 12 ans).

RDV à Lélex devant la Maison du tourisme à 11h30

Dates : Dimanche 12, 19 et 26 juillet et Dimanche 2, 9, 16 et 23 août