

### Contenu du sac de voyage :

Maxi 10 kg **impératif**

Sac de sport  
ou sac à dos



**Couchage :** duvet de montagne confort jusqu'à -5° (environ 1.5 Kg), tapis de sol, couverture de survie, drap sac (pour nuits en refuge), lampe frontale.

**Vêtements :** se référer à la rubrique « séjours » du site HCE.

**Pharmacie :** médicaments personnels, pansements, protections ampoules...

**Divers :** petits jeux, carnet de chants, instruments de musique...

Tente 2/3 places (**facultatif**).

Chaussures de rando **indispensables**.

### ET Contenu du sac à la journée :

#### **Pour tous**

gants et bonnet, cape de pluie, coupe-vent, lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres. Gourde ou poche à eau 2 l.

#### **Pour les Passagers Joëlette**

(2 sacoches latérales mises à disposition sur la joëlette)  
Équipement adapté : casque type cycliste (facultatif), bassin ou urinal (en cas de besoin la nuit), matériel de maintien sur la joëlette (coque, sangles spécifiques), fauteuil manuel **si nécessaire**.

#### **Pour les marcheurs**

Sac à dos 40 à 50 l pour transporter vos affaires de bivouac (duvet, tapis de sol...). Gants de cycliste conseillés.

#### Matériel collectif fourni

4 Joëlettes, 2 grandes tentes Marabout, matériel de cuisine et couverts complets, tables et bancs, pharmacie de premiers secours, abri et chaise WC, véhicule pour le transport des bagages (d'une étape à l'autre), un âne de bât pour porter le pique-nique et le matériel du bivouac.



## *Jura les lacs*

*La région du Frasnois se situe entre Lons-le-Saunier et les grands Crêts jurassiens. Elle fait partie de ces régions rudes où la vie est rythmée par des saisons très marquées. L'homme y vit depuis le néolithique en harmonie avec la nature.*

Ce séjour alternera entre forêt mystérieuses et belvédères sur des lacs glaciaires aux couleurs turquoise. Nous visiterons les cascades du Hérisson, la source de la Saine et découvrirons quelques curiosités géologiques tels que la Roche Fendue ainsi que les gorges de la Langouette.

## Descriptif du séjour :

- Séjour en étoile.
- Hébergement : 6 nuits en camping et 1 nuit en camping sauvage (1) = **véhicule HCE sur place, pas de portage de sac.**
- Difficulté : séjour de moyenne montagne avec beaucoup de sections longues et techniques. Racines, pierres et boue seront au rendez-vous, **bonne condition physique** indispensable, expérience de la montagne souhaitée.

### Rendez-vous :



**Localisation :** Jura (39),  
à 45 min de Lons-le-Saunier

**Début du séjour :** samedi 6 juillet 2019 à 17h

au camping sur Narlay – lieu dit le Narlay (à côté du lac) 39130 Le Frasnois

**Fin du séjour :** samedi 13 juillet 2019 à 10h, même adresse

### Accès : Merci de **respecter l'heure de Rdv** sur place ou en gare



En venant de Lyon prendre l'autoroute A42 direction Genève, puis A40 direction Oyonnax. De là, prendre la direction Clairvaux-les-lacs puis Le Frasnois par la D678 et la D75.



Covoiturage possible en gare SNCF de Lons-le-Saunier, située à 45 mn du début du séjour, samedi 6 juillet à 16 h. Retour par la même gare.

### • **Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train) :**

Jean-Yves BEAU ☎ 04 78 45 98 02 ou 06 15 62 43 31

✉ jean-yves.beau@ac-lyon.fr

- **Organisation du transport :** <http://hce.asso.fr/covoiturage>
- **Encadrant(e) du séjour :** Frédérique ZEIDLER ☎ 06 63 08 66 30, à joindre en cas d'extrême nécessité.

**Tarif A : se référer au site sous la rubrique « séjours »**

## *Jura les lacs*

### **Programme indicatif :**

**1<sup>er</sup> jour :** Accueil au camping sur Narlay à Le Frasnois (780m d'altitude). Installation pour 6 nuits.

**2<sup>ème</sup> jour :** Journée d'initiation aux cascades du Hérisson ! Le saut Girard, le saut de la Forge, Château Garnier, le Gour bleu n'auront plus de secrets pour vous. Nuit au camping. (D+ 350 m, D- 350 m).

**3<sup>ème</sup> jour :** Nous partons pour 2 jours avec une nuit en camping sauvage. Transfert direction Les Planches-en-Montagne et les gorges de la Langouette. Nous monterons en direction du lac à la Dame et découvrirons la vallée de Foncine-le-Bas et Foncine-le-Haut. Nuit en camping sauvage (1). (D+ 560 m, D- 180 m).

**4<sup>ème</sup> jour :** Petit déjeuner au son des cloches des vaches montbéliardes voisines ! Aujourd'hui nous découvrirons 3 lieux caractéristiques d'un massif calcaire : le Creux Maldru, la source de la Saine et la Roche Fendue. Pensez à emporter vos lampes frontales : la journée se terminera en traversant le tunnel de l'ancienne voie du Tram des gorges de Malvaux. Frissons assurés ! Nuit au camping. (D+ 340 m, D- 715 m).

**5<sup>ème</sup> jour :** L'un des temps forts de la semaine avec l'ascension du Pic de l'Aigle (994 m) ! De là, on peut voir les Monts du Jura, la Dôle et admirer les 4 lacs : d'Illay, le Petit et Grand Maclu et Narlay. Etape longue, caillouteuse et sentiers très peu roulants. Nuit au camping. (D+ 480m, D- 480m).

**6<sup>ème</sup> jour :** Nous partons à la découverte du lac de Bonlieu dans lequel la falaise calcaire toute proche se reflète. Très beaux points de vue et joli pique-nique au bord de l'eau. Nuit au camping. (D+ 350m, D- 350m).

**7<sup>ème</sup> jour :** Transfert jusqu'au bord du lac de Chalain, magnifique lac lové dans un ancien cirque glaciaire. Belvédères sur la Roche, de la Frate, sur le Château, sur la Grande Côte. Racines et cailloux ponctueront la matinée ! Découverte du petit village de Fontenu. Baignade possible dans le lac. Nuit au camping. (D+ 300 m, D- 300 m).

**8<sup>ème</sup> jour :** Séparation du groupe aux environs de 10h.