



## Week-end ski nordique les crêtes du Jura suisse du 9 au 11 février 2024

Nous vous proposons 3 jours de ski nordique itinérant dans le Jura Suisse.

Du col de la Givrine, nous rejoindrons rapidement les crêtes par une douce montée avant de redescendre sur la vallée de Joux et son lac. L'accès se fait par Genève et le retour par Vallorbe,

**Ce Week-end est ouvert aux personnes ayant déjà pratiqué la randonnée nordique avec port d'un sac à dos sur plusieurs jours (skieurs confirmés).**

**Cartographie** : cartes suisses 250T et 260T

**Organisateurs**: Ariane Savouret 06 28 09 89 67 [ariane.savouret@gmail.com](mailto:ariane.savouret@gmail.com)  
Sylvie Forteaux 06 63 05 99 79 [sforteaux@orange.fr](mailto:sforteaux@orange.fr)  
Pascal Etiève 06 09 16 34 44 [etieve.cihm@yahoo.fr](mailto:etieve.cihm@yahoo.fr)

### Programme :

Vendredi 9 février : Départ de Paris à 8h18. Arrivée Genève à 11h29. Correspondance à 11h50 en train à crémaillère pour la Givrine via Nyon. Arrivée à 13h05

On chausse les skis en sortant du train et on se dirige vers le refuge des Pralets à 1270m 10km environ.

Samedi 10 février : nous poursuivons notre traversée jusqu'au col du Marchairuz à 1447m où nous ferons étape en 1/2P à l'hôtel du col du Marchairuz.

Dimanche 11 février : Après l'ascension incontournable du Mont Tendre 1679m avec la vallée de Joux en panorama ainsi que les Alpes, nous nous dirigeons vers le lac de Joux où nous reprendrons le petit train à Le Pont à 17h58 pour Vallorbe à 18h18 pour prendre le TGV à Lausanne 18h40, arrivée Paris 23h42

**Transport** : Le participant achète lui-même son billet de train. Les trains suisses pourront être achetés à Genève ou sur le site de la SBB

Voir détail page suivante

**Hébergements** : (taux de change : 1CHF~1,06€)

**Refuge des Pralets** : rustique sans douche mais très propre !,

Tarifs nuitée : 21CHF, (à régler sur place en espèce)

Petit déjeuner : chacun apporte son petit déjeuner suivant sa convenance,

Dîner : celui-ci sera partagé entre nous (un menu sera proposé lors de la réunion de préparation)

### Hôtel du Marchairuz :

Demi-pension en dortoir à 98 CHF,

Pique-nique possible à 15 CHF,

Drap sac et serviette de toilette obligatoires.

**Équipement** : Skis de randonnée nordique + peaux, éventuellement petits crampons de neige.

Possibilité de louer les peaux au CIHM. Chaussures de randonnée en cas d'absence de neige.

**Dans le sac (non exhaustif)** : équipement de sécurité (sifflet, couverture de survie, frontale), lunettes de soleil, vêtements chauds, gants et bonnet de secours, thermos, pharmacie personnelle, les pique-niques, "vivres de courses et/ou encas", serviette de toilette, drap de sac, crème solaire. Prévoir les chaussons pour les hébergements  
Prévoir 3 pique-niques.

**Prix du week-end** : ~130€ + train + boissons + dîner partagé au Pralet.

**Documents** : Carte d'adhérent CIHM 2024, attestation d'assurance, Carte d'identité et carte de Sécu européenne, euros, francs suisses et carte bancaire.

## Transport

Le participant achète lui-même son billet de train.

Les trains suisses pourront être achetés à Genève ou sur le site de la SBB

### - **Vendredi 9 février 2024:**

Train Paris-Genève-La Cure (arrêt La Givrine)

Départ de Paris à 8h18 arrivée à Genève à 11h29 (TGV Lyria)

Puis train Genève – La Cure (arrêt sur demande à la Givrine) avec correspondance à Nyon.

Départ de Genève à 11h50 pour arriver à La Givrine à 13h05

*Il est possible de prendre de suite un billet Paris-La Cure sur le site SNCF (l'arrêt Givrine n'est pas mentionné), ou de l'acheter sur le site de la SBB ou en gare de Genève ou d'acheter un billet Paris Genève (même train horaire) puis le complément Genève la Givrine même horaire)*

### - **Dimanche 11 février 2024 :**

Retour par le train de Le Pont- Vallorbe (17h58) -puis Vallorbe Paris (18h40) (via lausanne)

Arrivée à Paris à 23h42

Prendre un billet Le Pont – Vallorbe sur le site de la SBB ou en gare de Le Pont mais il est plus prudent de le prendre d'avance.

Départ le Pont 17h58 arrivée Vallorbe 18h18

Train Vallorbe Paris (a prendre sur le site SNCF)

Départ Vallorbe 18h40 arrivée à Paris 23h42 (Via Lausanne)

## Bulletin d'inscription

Crêtes du Jura Suisse (9 au 11 février 2024)

**Inscription auprès des organisateurs après accord téléphonique. L'inscription ne sera validée qu'après réception d'un chèque de 100€ à l'ordre de Ariane Savouret accompagné du bulletin d'inscription rempli.**

**Attention** : l'adhésion au CIHM pour la saison 2023/2024 doit être obligatoirement faite avant inscription au week-end.

**Indispensable** : Être titulaire d'une attestation d'assurance valide.

Chaque participant s'occupe lui-même de son billet de train après avoir obtenu l'accord des organisateurs.

**NOTE COVID : lors des déplacements, le port du masque est recommandé (train, taxi, etc...). Prévoir du gel hydroalcoolique.**

A remplir en lettres capitales (une fiche par participant):

Nom et prénom : .....

N° adhérent CIHM 2023-2024 **obligatoire** .....

Adresse : .....

Code postal, ville: .....

Tél mobile: ..... E-mail: .....

Personne à contacter en cas d'accident : Nom Prénom .....

Parenté : ..... Tél : .....

Je déclare être assuré (e) pour la couverture de l'activité choisie :

Assureur : ..... N° affiliation : ..... Tél urgence .....

Une assurance facultative, couvrant les accidents corporels (assurance individuelle accident) ainsi que les frais de recherche, de secours, d'évacuation et de rapatriement est vivement conseillée.

Location peaux : OUI / NON : ..... (8€ pour le week-end)

Activité : Ski rando nordique :  Niveau :  moyen  confirmé

Conditions d'annulation: Voir les clauses détaillées sur le site du CIHM

- *Si vous devez annuler votre inscription, tout désistement doit être signalé au plus tôt et par écrit à l'organisateur et fera l'objet de frais d'annulation : la retenue couvrira l'intégralité des frais engagés non récupérables avec un montant minimal forfaitaire de 15€. Quelles que soient les modalités d'inscription, aucun report sur une autre sortie n'est possible.  
Les inscriptions sur liste d'attente ne font l'objet d'aucun frais d'annulation, excepté cas particulier dûment précisé.*

Loi Informatique et Libertés du 6 Janvier 1978 : voir notice dans la brochure du CIHM.

J'accepte les conditions d'inscription et de participation contenues dans la brochure et dans la fiche technique du week-end.

Je suis conscient que les organisateurs CIHM ne sont ni guides, ni moniteurs professionnels et que je suis avant tout responsable de ma propre sécurité. Néanmoins, adhérant à un groupe, je m'engage à ne pas m'isoler seul hors des pistes.

J'accepte les conditions sanitaires à appliquer lors des déplacements et à l'hébergement

Date : ..... Signature .....

Association CIHM

Site Internet : [www.cihm.info](http://www.cihm.info) – Email : [association@cihm.info](mailto:association@cihm.info)