

# Première sur les crêtes

**Activité :** Randonnée en raquettes

**Période :** décembre à mars

**Profil :** 5,3km ↑ 150m ↓ 150m

**Niveau physique :** 🐾🐾🐾🐾

**Niveau technique :** 🐾🐾🐾

**Rendez-vous :** milieu de matinée sur le parking du Col du retrouver - ou découvrir ! - les sensations de la marche en raquettes à neige et se donner envie, pourquoi pas, de s'enfoncer plus loin la prochaine fois, dans ce monde éthéré de l'hiver...

**Prise de congé :** milieu d'après-midi au même endroit



## Description :

Enfin l'hiver est là et le Jura immaculé retrouve ses airs de petite Scandinavie ! Le col du Marchairuz endosse alors l'un des rôles que je lui préfère : la porte scintillante d'une Laponie à deux pas de chez nous. Une fois passé ce seuil, les possibles hivernaux n'ont pour limite que l'imagination et la forme physique. Quoi de mieux dès lors que de partir pour une première sortie de quelques heures au travers des forêts et des pâturages pour

## Programme :

La journée commence en douceur avec une prise de contact sur le parking du restaurant du Marchairuz. Nous nous ménageons ainsi la possibilité de nous équiper et d'ajuster le matériel devant une bonne boisson chaude en cas de besoin.

Dans l'air vivifiant de la matinée, nous reprenons nos voitures pour quelques centaines de mètres avant de chausser aux portes de la forêt engourdie. En nous enfonçant entre les épicéas clairsemés, nous nous laissons happer par l'ambiance feutrée des sous-bois pour déboucher dans un pâturage qui élargit soudain notre perspective. Tout en déchiffrant au passage les histoires secrètes



que nos compagnons sauvages ont inscrit dans la neige, nous atteignons finalement une cabane au coeur des bois où nous refaisons nos forces autour d'un feu et d'une soupe.

Revigorés, nous prenons le chemin du retour par forêts et Conseils :

clairières jusqu'à notre point de départ. Nous aurons alors le choix de retrouver nos nids respectifs au plus vite ou de prolonger un peu ces moments autour d'une dernière boisson...

### Matériel :

- raquettes déjà réglées à la taille de vos chaussures
- bâtons de marche ou de ski équipés de rondelles larges
- chaussures chaudes, étanches et montantes
- veste et pantalon imperméables
- veste polaire ou doudoune dans le sac
- gants chauds, bonnet, écharpe ou tour de cou
- lunettes de soleil et crème solaire
- pique-nique pour le repas de midi
- au minimum un litre de boisson par personne



En conditions hivernales, des chaussures montant au-dessus de la cheville sont absolument indispensables pour éviter que la neige n'y pénètre.

Plusieurs couches de vêtements superposées permettent une meilleure adaptation à la température qu'une seule couche très chaude.

En hiver, prévoir une partie de boisson chaude et sucrée dans un thermos peut se révéler très agréable.

En altitude, le rayonnement solaire peut être important. Veillez à appliquer une première couche de crème solaire au moins une heure avant de se mettre en route.

Un souper riche en féculents la veille au soir permet au corps de partir avec les réserves suffisantes.

Conditions : 240 CHF jusqu'à 4 personnes puis 60 CHF par personne supplémentaire. Le prix comprend l'accompagnement et l'animation de la sortie et une petite surprise gustative.

Annonce d'intérêt ou demande d'aménagements sur <https://peregrinatures.ch>. Inscription validée après règlement effectué sur le compte IBAN CH13 0900 0000 1244 2802 0 ou par TWINT. Merci de bien mentionner vos nom et prénom dans la rubrique communications.

Contact : Mathieu Hänni

079.481.97.47.

[mathieu@peregrinatures.ch](mailto:mathieu@peregrinatures.ch)