



**Excursiones con raquetas de nieve
en el corazón de Europa**

muntania
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	El destino.....	2
3	Datos básicos	3
3.1	Nivel físico y tipo de terreno	3
4	Programa.....	3
4.1	Programa resumen.....	3
4.2	Programa detallado.....	4
5	Más información	6
5.1	Incluye	6
5.2	No incluye	6
5.3	Ropa y material necesario para realizar este viaje	6
5.4	Observaciones	7
5.5	Enlaces de interés	9
5.6	Puntos fuertes	9
6	Otros viajes similares	9
7	Contacto	9

1 Presentación

El terreno de juego que ofrecen las **Montañas del Jura** para las actividades al aire libre es una de las más interesantes de **Francia** y probablemente de **Europa**. Existen multitud de caminos entrelazados que se adentran en los bellos bosques y alcanzan pequeños pueblos en los departamentos franceses de **Ain, Doubs y Jura** en la región del **Franco Condado**.

Muntania Outdoors te propone 5 magníficas jornadas de **excursiones con raquetas de nieve** alojándonos en un cómodo hospedaje. Déjate guiar por los guías de Muntania, tú solo tienes que disfrutar de este viaje.

En definitiva, en el Jura da igual cómo nos planteemos la estancia, relajada o activamente, porque en cualquier caso disfrutaremos de la **magia** de sus **paisajes** y de sus **pueblos** de montaña. Y claro está, del sabor de la **gastronomía** del Franco Condado, con sus quesos (imposible no mencionar el **Comté** o el **Morbier**), sus ahumados (embutidos, bacón y jamones) sus vinos (con las denominaciones Côtes du Jura, L'Étoile, Arbois et Arbois-Pupillin y Château-Chalon) y sus postres.

2 El destino

Las montañas del Jura se extienden a lo largo de la parte más occidental de la frontera franco-suiza, en los departamentos franceses de **Ain, Doubs y Jura**, en la región con más masa forestal de Francia que es el Franco Condado. Aquí los bosques caducifolios de las zonas más bajas, principalmente de hayas, dan paso a los bosques de coníferas, con las emblemáticas píceas en las zonas más altas. Bosques que se alternan con prados alpinos en una armonía sorprendente



Otro protagonista de estas montañas es el **agua**, que brota en fuentes, esculpe fantásticas gargantas, cae por espectaculares cascadas, se estanca en idílicos lagos y se filtra por la tierra para formar maravillosas cuevas.

Las montañas del Jura es un destino ideal para hacer **senderismo, bicicleta de montaña o cicloturismo**, equitación o raquetas de nieve, pero sobre todo es un territorio excepcional en Francia para hacer **esquí de fondo**.

Dicen que cuando esquías en las montañas del Jura te pasa lo mismo que cuando pruebas sus vinos, los demás te parecen insípidos. Quizá sea por eso que se viene celebrando cada año, desde el 1979, la **Transjurassienne**, una de las pruebas del calendario de la **Worldloppet** (circuito mundial de pruebas de esquí de fondo de larga distancia). Esto no significa que las montañas del Jura sean un territorio vedado a los deportistas de élite. Si lo nuestro no es la alta competición, podremos optar por esquiar a nuestro aire en cualquiera de los 52 dominios de esquí de fondo entrelazados (de los cuales 21 tienen el sello de calidad "Nordique France") o recorrer la totalidad o parte de los casi **200 km** de la **Grande Travesía del Jura (GTJ)**.

Y ya que hablamos de vinos, hablemos de también de licores, embutidos y demás placeres que pocos viajeros querrán desdeñar. En las montañas del Jura encontraremos cuatro denominaciones de origen de vino: Arbois, Château-Chalon, Étoile y Côtes du Jura, además de los peculiares "vino amarillo" y "vino de paja" y de la famosa Absenta. También encontraremos cuatro denominaciones de origen de queso: Morbier, Bleu de Gex, mont d'Or y Comté. Éste último, probablemente el más famoso de los cuatro, hasta tiene una leyenda que dice que las vacas de raza Montbéliarde echaron a los dinosaurios de este paraíso de verdor que son las montañas del Jura y, al sentirse tan a gusto, (las vacas) empezaron a producir una leche con un sabor especial. Con esta leche

es con la que se hace el queso **Comté**. No sabemos si realmente la historia del queso Comté se remonta al período Jurásico pero lo que sí sabemos es que recibió la primera denominación de origen de Francia, en el año.

3 Datos básicos

Destino: Jura. Francia y Suiza.

Actividad: Raquetas de nieve.

Nivel físico: */**. Tipo de terreno: **/**.

Duración: 7 días (5 días de actividad y 2 de viaje).

Época: De diciembre a marzo.

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 700 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km)

Tipo de terreno	Descripción
*	Progresión en terreno llano o con suave pendiente
**	Terreno con pendiente moderada que permite progresar de forma cómoda con las raquetas puestas
***	Terreno con pendiente más acusado que puede requerir en algún tramo cambiar las raquetas por crampones para progresar con mayor comodidad y seguridad

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Vuelo España - Ginebra (Suiza).

Desplazamiento en transporte privado al alojamiento (menos de 2 horas).

Día 2. Circular en el **bosque de Lamoura**.

Distancia 12,5 km Desnivel + 350 m Desnivel – 350 m Tiempo aproximado 4-5 horas.

Día 3. **Ascenso al Dôle** (Jura suizo).

Distancia 12,5 km Desnivel + 470 m Desnivel – 470 m Tiempo aproximado 4 horas.

Día 4. **El bosque de Risoux.**

Distancia 16 km Desnivel + 400 m Desnivel – 150 m Tiempo aproximado 5-6 horas.

Día 5. **Ascenso al Crêt de la Neige.**

Distancia 11 km Desnivel + 800 m Desnivel – 800 m Tiempo aproximado 4 horas.

Día 6. **Montañas y bosques del Mont Noir y Risoux.**

Distancia 14 km Desnivel + 300 m Desnivel – 300 m Tiempo aproximado 5-6 horas.

Día 7. Vuelo Ginebra - España. Visita de la ciudad en caso de que los horarios de aviones así lo permitan.

4.2 Programa detallado

Día 1. Vuelo España - Ginebra (Suiza).

Desplazamiento en transporte privado al alojamiento (menos de 2 horas).

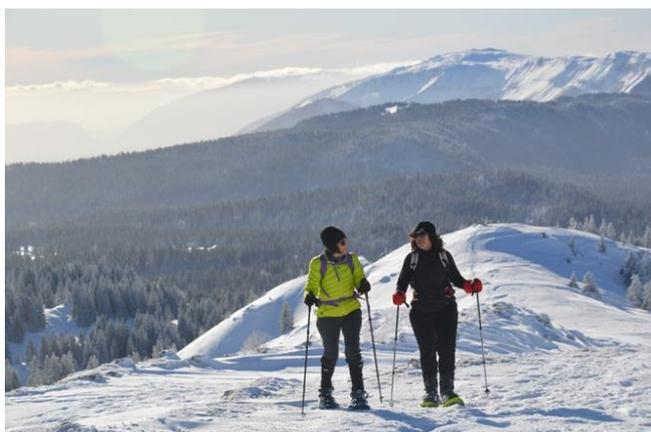
Día 2. Circular en el **bosque de Lamoura.**

En esta jornada caminaremos prácticamente en su totalidad por terreno boscoso realizando un interesante recorrido circular, algo rompe piernas, con varios ascensos y descensos pero con un desnivel moderado.

Partiremos de **Lamoura** (1.170 m) y en el sentido de las aguas del reloj alcanzaremos a los pocos kilómetros la cota más alta del recorrido que no supera los 1.340 metros de altitud. Desde aquí en un terreno más favorable pero interrumpido por algunos cortos ascensos completaremos nuestro itinerario.

Distancia 12,5 km Desnivel + 350 m Desnivel – 350 m Tiempo aproximado 4-5 horas.

Día 3. **Ascenso al Dôle** (Jura suizo).



En la frontera entre Francia y Suiza se alza esta cima. Muy cerca de **La Vattay** emprenderemos la ascensión por un terreno bastante abierto para lo que es la densa masa boscosa que puebla buena parte del **Jura**. La cumbre es un magnífico mirador sobre el lago **Lemand** y si la suerte nos acompaña, tendremos maravillosas vistas sobre la cadena principal alpina, destacando frente a nosotros el macizo del **Mont Blanc**.

Distancia 12,5 km Desnivel + 470 m Desnivel – 470 m Tiempo aproximado 4 horas.

Día 4. El bosque de Risoux.

La excursión en el **bosque de Risoux** se encuentra muy cerca de la población de **Morbier**. Nos desplazaremos en vehículo hasta **Bellefontaine** para realizar un itinerario lineal que finaliza en **Chapelle-des-Bois**. Gran parte del itinerario transcurrirá dentro de esta masa forestal de gran belleza.

La primera parte del itinerario salva el desnivel más importante de la jornada y transcurre por un sendero de gran recorrido que es común a la "GTJ" que es el gran recorrido de varias jornadas que atraviesa el Jura.

Durante varios kilómetros caminaremos por la frontera entre Francia y Suiza para finalizar en **Chapelle-des-Bois** donde podremos disfrutar de un café caliente tras la jornada.

Distancia 16 km Desnivel + 400 m Desnivel – 150 m Tiempo aproximado 5-6 horas.

Día 5. Ascenso al Crêt de la Neige.

Bastante al sur y sobre la ciudad de **Ginebra**, el ascenso al **Crêt de la Neige** nos ofrece una buena actividad y un buen regalo en su cima con buenas vistas sobre **Ginebra** y los **Alpes**. Tendremos la oportunidad de alargar la jornada alcanzando otra cima cercana completando un recorrido circular.

Distancia 11 km Desnivel + 800 m Desnivel – 800 m Tiempo aproximado 4 horas.

Día 6. Montañas y bosques del Mont Noir y Risoux.



En esta jornada realizaremos un itinerario circular partiendo de **Chapelle-des-Bois**. Podemos dividir la etapa en dos partes. La primera discurre hasta **Le Pré d' Haut** y es donde salvaremos el mayor desnivel de la jornada con 250 metros positivos y poco descenso (unos 80 metros). La segunda parte discurre en un terreno más favorable con 225 metros de desnivel negativo y prácticamente sin ascensos.

Le excursión nos permitirá atravesar masas boscosas y caminar en zonas abiertas con amplias vistas .

Distancia 14 km Desnivel + 300 m Desnivel – 300 m Tiempo aproximado 5-6 horas.

Día 7. Vuelo Ginebra - España. Visita de la ciudad en caso de que los horarios de aviones así lo permitan.

5 Más información

Precio.

- 850 € por persona si el grupo alcanza los 4 participantes.
- 970 € por persona si el grupo alcanza los 5-8 participantes.

5.1 Incluye

- Guía de montaña de Muntania Outdoors.
- Transporte privado durante todo el viaje.
- 6 noches de alojamiento con desayuno.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas.

5.2 No incluye

- Vuelo (a partir de 200 euros). Muntania Outdoors gestiona el mismo cobrando 25 euros por gastos de gestión.
- Alquiler de raquetas (consultar).
- Almuerzos. Posibilidad de picnic diario o tomar algo en algún punto del camino.
- Cenas.

5.3 Ropa y material necesario para realizar este viaje

Es importante llevar poco peso en la mochila para esquiar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo material ligero e imprescindible. Si no dispone de todo el material puede alquilarlo, consúltanos.

- Mochila (entre 25-35 litros).
- Material de seguridad: DVA (con pilas de repuesto), pala y sonda.
- Botas de montaña y polainas.
- Raquetas y bastones.
- Ropa técnica para la travesía:
 - Calcetines.
 - Pantalón de invierno.
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Braga para el cuello.
 - Guantes finos tipo forro polar y guantes gordos.
 - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Botiquín y neceser personal.

- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Cantimplora y/o termo.

5.4 Observaciones

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Billete de avión en caso de ser necesario

Si está interesado en que gestionemos su billete rogamos nos lo comunique, informando del **aeropuerto de salida y regreso y si quiere facturar una maleta en la bodega del avión**. Si puede meter las raquetas y bastones telescópicos dentro de su maleta no tendrá que facturar una segunda maleta. Antes de comprar el mismo le informaremos de su precio. Con nuestros buscadores intentamos localizar el precio más bajo posible. En caso de que usted gestione el billete, debe preguntarnos el lugar de encuentro (aeropuerto u hotel) y hora antes de comprarlo, al igual que el regreso, para coordinar el encuentro del grupo y del guía del viaje.

Recomendamos que en la mochila de cabina lleve lo indispensable para que si no llega su maleta pueda realizar las excursiones. En el caso de que no llegara la maleta y por tanto no llegaran las raquetas y bastones, se buscaría en destino un sitio de alquiler de raquetas y bastones.

Muntania Outdoors cobra 30 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que hagamos los trámites de compra del mismo. Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted). Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea. Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar. En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 30 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por

tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Alojamiento

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que esté interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación doble. Dependerá de que otra persona también estén interesado en compartir tomando como orden la fecha en la que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

Seguro de accidentes/viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

También tiene la opción de contratar únicamente un **seguro de cancelación**.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Galia** y Intermundial. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones <https://www.muntania.com/seguros>

Seguro de accidentes y rescate incluido

* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº PÓLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

*** Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

**** El seguro de accidentes y rescate tiene una cobertura ilimitada en centros concertados en actividades de ámbito nacional y hasta 12.000 euros en el extranjero, siendo el pago contra reembolso.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

5.5 Enlaces de interés

- <https://www.paysdegex-montsjura.com>

5.6 Puntos fuertes

- Terreno ideal para excursiones con raquetas de nieve.
- Vuelo económico desde España a Ginebra.
- Proximidad de la zona con el aeropuerto de Ginebra.
- Región con bonitos pueblos.
- Sabrosa gastronomía.

6 Otros viajes similares

- Auroras Boreales y excursiones con raquetas. Lofoten, Noruega
- Noruega, Alpes de Lyngen. Raquetas en el círculo polar ártico
- Vercors, Francia. Excursiones con raquetas en los Alpes
- Raquetas de nieve en el Valle de Aosta. Alpes italianos
- Raquetas de nieve en Dolomitas. Excursiones por las montañas más bellas del mundo
- Eslovenia, Alpes Julianos. Montañas, bosques y lagos

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).