CARNET DE VOYAGE EN VALROMEY – RETORD – GRAND COLOMBIER

☺ Cet hiver, je change de décor à une heure de Lyon et de Genève et je donne carte blanche à mes envies en Valromey – Retord – Grand Colombier…

Au sud des Montagnes du Jura, l'hiver en Valromey-Retord, c'est la grande évasion ! Les immensités sauvages du Plateau de Retord, du Plateau de Lachat, les crêtes majestueuses du Massif du Grand Colombier vous offrent un voyage tout en blanc, aux allures de Grand Nord !!!

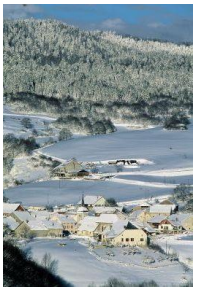
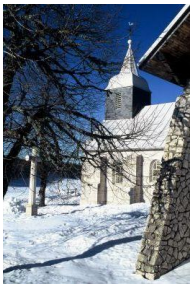
PLATEAU DE RETORD

Les Montagnes du Jura dans leur partie la plus méridionale sont dignement représentées **par l'immensité du Plateau de Retord au décor finement dessiné** par clairières, combes et forêts. Les fermes d'altitude disséminées sur l'ensemble du plateau sont caractéristiques des fermes de montagne : massives, de grand volume, associant lieu de vie, d'élevage et de stockage. **A vous d'imaginer la vie des ruraux d'antan** ou de la découvrir en participant à une randonnée à ski ou raquettes avec un professionnel qui saura vous passionner. Dans la nature, tous s'organisent et s'adaptent pour survivre à l'hiver : les arbres se défeuillent et concentrent leur sève au plus profond d'eux-mêmes ; les tritons et les reptiles se cachent ; les oiseaux migrent ou descendent vers la vallée ; l'hermine change de pelage… Les naturalistes et les curieux observateurs trouvent et identifient plus facilement les traces des animaux…La neige est une aubaine pour les touristes !

Le Plateau de Retord se décline en 3 portes :

- **Porte des Plans d'Hotonnes sur la commune d'Hotonnes** : ski alpin, ski nordique, biathlon, raquettes, à vous de choisir !
- **Porte de la Chapelle de Retord sur la commune du Grand Abergement** : ski nordique et raquettes.
- **Porte de Cuvéry sur la commune de Châtillon en Michaille** : ski nordique, raquettes et chiens de traîneaux.

Les 3 portes sont reliées par les pistes de ski de fond et de raquettes : un domaine grandiose à explorer comportant une centaine de kilomètres de traces nordiques et une cinquantaine de kilomètres de sentiers raquettes à laquelle il faut ajouter la boucle G.TJ (Grande Traversée du Jura).

ESPACE NORDIQUE DE LACHAT

Le site de Lachat sur la commune du Petit Abergement, à quelques encablures du Plateau de Retord, présente les mêmes particularités en un peu plus sauvage : les traces de nordique s'échappent dans la Forêt des Moussières, dans la combe de la Chandeleuse, dans celle du Mortier…La cinquantaine de kilomètres de pistes offre un beau terrain de jeux au départ du **Centre montagnard de Lachat**. Les vingt- cinq kilomètres consacrés à la pratique des raquettes à neige se faufilent dans les golets et les forêts de résineux et feuillus. Les différents itinéraires permettent observations et découvertes notamment de fermes et granges à l'architecture de montagne typique.

MASSIF DU GRAND COLOMBIER

Le sommet du Grand Colombier à 1534 mètres d'altitude offre une vue plongeante sur l'ensemble du Valromey et bien plus loin encore : 360 ° de panoramas par temps clair pour découvrir entre autres, le Mont Blanc, les Alpes…Au sud du massif jurassien, prolongement naturel des unes et des autres, les trois entités (Valromey, Plateau de Retord et Massif du Grand Colombier) dévoilent des richesses connues ou insoupçonnées. Tous les villages du Valromey paisible et tranquille sont imprégnés du Grand Colombier : soit ils le regardent d'en face, soit ils sont accrochés à ses flancs ! Ici tous ont gravi les sentiers pour rejoindre Richemond, la corniche du Valromey, le golet de la Biche, les crêtes d'Hergues, le chalet refuge d'Arvières, les crêtes du Grand Colombier…En hiver, plusieurs s'adonnent à la randonnée hors trace skis ou raquettes au pied ; c'est sportif mais pas impossible ! Le Grand Colombier, c'est l'immanquable promontoire aux pentes couvertes de forêts et aux crêtes escarpées.

HEBERGEMENTS ET SEJOURS

Chambre d'hôtes, chambre d'hôtel, gite rural, gîte d'étape, gîte de groupe : tous les hébergements en Valromey-Retord sont sur le site www.valromey-retord.fr accessibles depuis la page d'accueil, rubrique « se loger ».

Les offres de séjour tout compris sont sur le site rubriques « séjours touristiques ».

RESTAURATION

Aux Plans d'Hotonnes : Restaurant Berthet 04 79 87 68 16 ; Pizzéria Au Bon Plan 04 79 87 28 09 ; Restaurant cafétéria le Refuge 04 79 42 28 75 ; Crêperie Snack « Oh pourquoi pas » 04 79 87 54 28

Sur le Retord : Ferme de Retord 04 50 56 57 02

A Hotonnes : Restaurant le Coq'Ain 04 79 87 72 03

A Belmont Luthézieu : Restaurant le Vieux tilleul 04 79 87 64 51

A Virieu le Petit : 04 79 42 05 84

Au Poizat : Restaurant les Clairmontelles 04 74 75 67 67

+33 (0)479 87 51 04

officedutourisme@valromeyretord.com

www.valromey-retord.fr

☺ Tout schuss…je débute, je ride (se prononce avec l'accent anglais !) sur le snow park… aux Plans d'Hotonnes

Dans un environnement naturel dédié aux plaisirs des sports d'hiver, les Plans d'Hotonnes proposent **un bel ensemble de pistes de ski alpin**. Ici, le ski c'est pour les tous petits qui apprennent avec les moniteurs de l'Ecole du Ski Français ESF des Plans d'Hotonnes dans le cadre du Club enfants spécialement aménagé pour un apprentissage ludique de la discipline. Les premières montées sont facilitées par des téléskis adaptés, faible dénivelé et vitesse ralentie : tout pour rester serein. Les pistes vertes du Cabri et des Tours sont très accessibles aux débutants jeunes et moins jeunes. Les pistes bleues du Bordet, du Refuge, du Détour, du Retour, du Petit Bois, de la Culaz et de la Combe requièrent un peu plus de techniques : en les enchaînant, vous découvrez toute la station ! Ici, le ski c'est aussi pour les mordus à une heure de Lyon, un grand bol d'air vite déstressant ! Les pistes rouges de la Chèvre et du Bulloz offrent le plaisir de la grande glisse : les pentes sont plus marquées et la vitesse vous gagne !

Pour les riders : « **Le snowpark des** Plans d'Hotonnes a été créé à l'initiative des riders du TC01. Il a vu le jour l'hiver 2003/2004, date de la création du TC01. En trois années il n'a eu de cesse de s'améliorer et de devenir un vrai snowpark, ridable et où l'on peut envoyer du gros et du moins gros! On a de nombreux projets comme créer un forfait spécial park ou organiser des démos. Cela dépend de notre capacité à mettre cela en oeuvre et aussi de l'écoute de la direction des Plans d'Hotonnes. Il faut en effet avouer que réussir à créer ce snowpark ne fut pas une mince affaire, notamment pour convaincre du bien - fondé du projet et de l'image positive qu'il peut apporter. Toutefois nous avons pu signer une convention avec la station lors de la saison 2005/2006 qui fait du park un élément à part entière de la station et qui nous permet de le gérer conjointement avec le service des pistes qui s'assure surtout de la sécurité des modules et met une dameuse à disposition. La popularité du park ne cesse de s'accroitre et permet de donner une image plus jeune et dynamique de la station. Les disciplines newschool comme le snowboard ou le ski freestyle ont justement besoin d'espace adapté pour pouvoir s'épanouir. Surtout dans une petite station. Nous accueillons ainsi de plus en plus de monde sur ce park. Il est disposé sur une surface assez grande ce qui nous laisse envisager plein de développement futur. .. **Le snowpark n'est pas une piste de ski :** seul doivent venir ceux qui pratiquent la discipline ou les photographes/caméraman. Vous pouvez regarder les sauts depuis le bas du snowpark ou alors en vous mettant sur les bords du park. Voici une liste des modules que vous pourrez trouver sur le park, du plus probable au moins probable, la morphologie du park changeant en fonction des années et des conditions climatiques : 3 Big Air, un gros, un moyen et un petit avec réception faites à la dameuse, un quarter en terre qui peut se transformer en spin, un rail, type barrière de CRS, un rail fait maison, d'environ 2 mètres de long, sur le haut du park, un big gap, des big airs sur le haut du park, une table à slider, un step up qui retombe derrière le quarter. » Extrait de http://tartiflettecrew01.free.fr/station/park.html

En pratique: la station est ouverte de décembre (juste au début des vacances scolaires) à mi-mars environ selon l'enneigement. Toutes les informations sur les plans des pistes et les forfaits sur http://www.plateauderetord.fr/hiver-sport.php

CARNET DE VOYAGE EN VALROMEY – RETORD – GRAND COLOMBIER

☺ Ainsi fond fond fond…la nordique attitude se décline du débutant au pratiquant confirmé sur les pistes du Retord…

D'un pas de patineur vif et rapide, vous glissez sur la blancheur immaculée de vos rêves.
Tous vos muscles se contractent, votre corps se dynamise et votre esprit se détend, s'évadant au-delà des sommets enneigés. Heureux, vous l'êtes !

Chacun à votre rythme, vous alternez vos mouvements pour vous échapper, durant quelques heures, dans une nature étincelante de beauté. C'est sûr, vous glissez sur la ligne du bonheur !

Au sud des Montagnes du Jura, l'hiver en Valromey - Retord – Grand Colombier, c'est la grande évasion ! Les immensités sauvages du Plateau de Retord, du Plateau de Lachat, les crêtes majestueuses du Massif du Grand Colombier vous offrent un voyage tout en blanc, aux allures de Grand Nord !!!

Bons plans au départ des Plans d'Hotonnes :

10 kilomètres de traces sur la piste du Balcon des Plans / piste bleue: traversée de la grande combe, ski au cœur de la forêt composée de feuillus et de résineux, passage au Gros Frêne en direction des Bergonnes, passage derrière le Chalet le Guéroz, Croix des Terments ; là vous êtes tout près du belvédère de Beauregard qui offre un panorama incroyable sur les Alpes mais il faut faire ses traces. Au loin se profile le Mont Blanc et ses 4808 mètres, majestueux ! Une belle combe typique du Plateau, la Côtière se dévoile dans un cadre sauvage ; vous voilà seul au monde ! Avant le retour sur la station par le stade international de biathlon.

23 kilomètres de traces sur le Tour du Retord / piste noire: pour les amateurs au long cours, ça monte, ça descend ! ….se succèdent combes et forêts…les paysages prennent un caractère Grand Nord offrant de vastes perspectives et un côté sauvage….vous serez seul au monde ou presque ! Profitez d'une pause réconfort à la Ferme de Retord ! Une belle journée de ski plaisir qui laissera de belles traces !

Bon plan au départ de la Chapelle de Retord :

4 kilomètres de traces sur la Vèzeronce / piste verte : moitié dans la forêt, moitié dans les combes, une piste verte tranquille à faire en famille, à associer à une halte à la Chapelle de Retord, originale avec son mobilier en sapin.

Bon plan au départ de Cuvéry :

10 kilomètres de traces sur le Balcon du Mont-Blanc / piste bleue : un grand classique sur lequel vos spatules vont apprécier la qualité de la neige, le tracé, l'itinéraire et les panoramas ; de plus vous découvrez les fermes typiques du Retord et vous imaginerez la vie d'antan dans ces blanches immensités éloignées.

Bon plan au départ du Centre Montagnard de Lachat :

12 kilomètres de traces sur le Mortier / piste rouge : là-aussi, combes et forêts se succèdent, montées et descentes également ! D'ailleurs 2/3 descentes techniques sont à appréhender avec précaution ! Mais le plaisir est entier car les paysages sont splendides et offrent un beau moment de détente.

En pratique : à une heure de Lyon par l'autoroute A 42 – sortie n°8 direction Plateau de Retord ; les domaines nordiques sont ouverts de décembre (juste au début des vacances scolaires) à mi-mars environ selon l'enneigement. Toutes les informations sur les plans des pistes et les forfaits sur http://www.plateauderetord.fr/hiver-sport.php

CARNET DE VOYAGE EN VALROMEY – RETORD – GRAND COLOMBIER

☺cet hiver, j'essaie le biathlon dans les traces des Championnes olympiques…

BIATHLON // PETIT HISTORIQUE

Le mot d'origine grecque "biathlon" signifie " deux épreuves ".

La combinaison de ski de fond et de tir que l'on retrouve aujourd'hui dans ce sport provient d'une tradition de chasse qui remonte à plus de quatre mille ans. Des pétroglyphes découverts en Norvège illustrent des chasseurs, munis de lances, se déplaçant à skis à la recherche de gibier. On a également trouvé des descriptions écrites de chasse sur skis datant environ à 400 av. J.-C. et à l'époque du poète romain Virgile.

Il n'y avait pas de compétition plus naturelle entre les chasseurs des forêts scandinaves qu'une épreuve combinant l'adresse au tir et le ski de fond.

1767: La première compétition homologuée oppose les patrouilles militaires suédoises aux patrouilles militaires norvégiennes.

1924: Lors des premiers Jeux Olympiques d'hiver, à Chamonix (Haute-Savoie; France), le biathlon est en démonstration par les patrouilles militaires.

1960: Pour la première fois le Biathlon est aux Jeux Olympiques ce qui est l'événement lors des J.O. de Squaw Valley (Etats-Unis) avec comme seule épreuve l'individuel homme de 20 km.

Sven Thofelt (Suède) est le président du congrès de l'UIPMB à Rome (Italie).

1992: Le Biathlon féminin prend un nouveau grade avec l'arrivée des épreuves féminines aux Jeux Olympiques d'hiver d'Albertville (Savoie; France).

BIATHLON // LES CHAMPIONNES DU VALROMEY RETORD

Corinne Niogret a ouvert la trace :

« En 1992, les équipes de France n'ont qu'un seul rêve : briller sur leurs pistes olympiques mais la route est longue et les sélections impitoyables, seulement 4 filles et 5 garçons auront l'honneur de représenter la France.

Après un bon début de saison aussi bien en relais qu'en individuel, l'élément déclencheur pour les filles sera le dernier relais préolympique gagné à Anterselva. On pouvait maintenant y croire… Le biathlon féminin fait son apparition aux J.O en cette année 1992 et l'objectif est de se faire plaisir et d'emmagasiner de l'expérience, si bien sûr il y a des résultats ce ne sera que mieux. **La quinzaine olympique sera donc marquée par notre médaille, le 14 février 1992, première médaille olympique, première médaille d'or, pour ce « petit sport » que la France découvre ce jour - là.** Trois relayeuses et un entraineur en pleurs dans l'aire d'arrivée pour ce jour historique pour le biathlon français : Véro (Véronique Claudel), Nanou (Anne Briand) et Coco (Moi), sont **Championnes Olympiques.** »

….Delphine Burlet, Sandrine Bailly sont, elles- aussi issues des clubs locaux ; en particulier du Club Sportif Valromey- Retord qui entraînent dès le plus jeune âge les athlètes, bi-athlètes et fondeurs de demain.

BIATHLON // L'ESPACE SPORTIF DES PLANS D'HOTONNES // STADE INTERNATIONAL

Chacun bénéficie ici des infrastructures : un complexe multi activités de plein air, dans un cadre exceptionnel niché au cœur du Plateau de Retord avec piste de ski nordique en hiver, et hors neige piste de rollers, ski-roues et vélo de 3000m ; pas de tir homologué ; terrain multi sport goudronné. Accueil des initiés (clubs, équipes) et des novices pour joindre le plaisir de la glisse à la précision du tir en hiver: des initiations sont proposées à partir de 12 ans avec un encadrement par des moniteurs de l'ESF. A la belle saison, équipés de vos rollers, vélos, trottinettes ou tout simplement en course à pied, vous associez parcours sportifs et passages au stand de tir à la carabine à plombs. Contact : 04 79 87 59 67

CARNET DE VOYAGE EN VALROMEY – RETORD – GRAND COLOMBIER

☺ Bon pied, bonheur…dans l'écrin brillant de la poudreuse, seuls les crissements des raquettes retentissent sur les sentiers du Retord…

Au sud des Montagnes du Jura, l'hiver en Valromey – Retord – Grand Colombier, c'est la grande évasion ! Les immensités sauvages du Plateau de Retord, du Plateau de Lachat, les crêtes majestueuses du Massif du Grand Colombier vous offrent un voyage tout en blanc, aux allures de Grand Nord !!!

Eblouis par le scintillement du soleil sur les branches des sapins blancs, vous vous arrêtez pour vous ressourcer à la vue d'une telle majesté. Seul ou à plusieurs, entre amis ou en famille, en quête d'oisiveté dans des paysages époustouflants, **raquettes au pied vous vous aventurez sur des itinéraires dédiés et aménagés ou hors traces…**Heureux de vous promener à la découverte de la faune et de la flore de montagne, à la recherche d'un patrimoine naturel remarquable.

Technique : il s'agit de marcher raquettes au pied, avec ou sans bâton pour pousser dans les montées et s'équilibrer dans les descentes et sur le plat. La taille et la forme des raquettes dépendent du poids du pratiquant, pour une portance et une facilité de marche maximales. Plus la raquette est large, moins il est facile de marcher normalement ; plus la surface du tamis est grande, plus la portance l'est.

Avant que les humains ne construisent des raquettes, la nature a fourni quelques exemples. Certains animaux, tel le lièvre variable, ont évolué au long des années vers des pattes postérieures plus larges leur permettant de se déplacer plus rapidement dans la neige profonde. **L'origine et l'âge exact des raquettes à neige est inconnu**, même si les historiens pensent qu'elles ont été inventées il y a entre 4 000 et 6 000 ans, probablement à partir de l'Asie centrale.

L'Accompagnateur en Moyenne Montagne, professionnel de la randonnée sous toutes ses formes en raquettes, en orientation… peut organiser pour vous **une randonnée sur mesure** et vous proposer son programme détaillé : une découverte approfondie et passionnante de notre montagne jurassienne aux multiples facettes. **Alors au choix :**

- ☆ randonnée trappeur, plantes, orientation, VTT, grandes traversées… : www.sylvain-guide-rando.com
- ☆ cueillette et cuisine des plantes sauvages, marche nordique : www.enpleinenature.fr
- ☆ découverte sensorielle de la nature, grimpe dans les arbres: www.ressourcesbugey.fr
- ☆ découverte de la faune sauvage, de météorologie : www.airedevent.com

☆ découverte du Jura – faune, flore, habitat : http://naturesportaventure.blog4ever.com

☆ orientation, tir à l'arc, roller, découverte de sites naturels et culturels : www.activpleinair.com

☆ orientation, fermes et histoire du Retord, survie, plantes culinaires : http://hautbugeydecouvertes.blog4ever.com

☆ découverte faune, flore : www.natureaventure.blog4ever.com

☆ découverte été, hiver, trappeur, orientation, tir à l'arc : http://www.marche-nordique.nw-evolution.com

En pratique :

Depuis les 3 portes du Plateau de Retord – les Plans d'Hotonnes à Hotonnes, la Chapelle de Retord au Grand Abergement et Cuvéry à Châtillon en Michaille : plusieurs itinéraires balisés pour les raquettes permettent des randonnées de différentes durées et difficultés, de la balade de 2,5 kilomètres à celle de 14 kilomètres. Chacun trouve ainsi le sentier adapté à sa forme du moment…

Depuis le centre montagnard de Lachat au Petit Abergement : 4 itinéraires de 2,5km, 6km, 8 km et 10 kilomètres se faufilent dans les combes et forêts.

La GTJ raquettes – Grande Traversée du Jura : la boucle du Retord offre l'opportunité de réaliser un beau séjour sur le thème de la raquette à neige :

- Au départ du Poizat, boucle sportive 2 jours/1 nuit : le Poizat, les Plans par la Chapelle (nuit aux Plans) ; Les Plans d'Hotonnes, le Poizat par le Crêt du Nu et Cuvéry.

- Au départ des Plans, boucle sportive en hors traces 2 jours/ 1 nuit : les Plans d'Hotonnes, Arvières (nuit au chalet refuge ouverture prévue en 2013) ; Arvières, les Plans.

Chambre d'hôtes, chambre d'hôtel, gite rural, gîte d'étape, gîte de groupe : tous les hébergements en Valromey-Retord sont sur le site **www.valromeyretord.com** accessibles depuis la page d'accueil, rubrique « se loger ».
Les offres de séjour tout compris sont sur le site rubriques « séjours touristiques ».

Paysage grandeur nature à consommer sans modération !

UNE DESTINATION
Montagnes du Jura