LES RANDONNÉES SAVOYARDES

Programme printemps 2024

CONDITIONS POUR PARTICIPER AUX RANDONNEES :

1 **L'inscription est obligatoire**. Dès que la randonnée est confirmée par l'animateur, les adhérents désirant s'inscrire doivent le prévenir par mail.
(dernier délai : veille de la randonnée midi)
2 **On doit avoir la licence en vigueur sur soi**. Chaque randonneur doit avoir dans son sac un masque et du gel hydro alcoolique pour les lieux et les situations où il est préconisé de les utiliser
3 **Avoir pris connaissance et appliquer les dispositions du règlement intérieur.** Il peut être consulté sur le site https://www.les-randonnees-savoyardes.fr/
Cela concerne en particulier, l'équipement, le choix de randonnées adaptées à sa capacité et le respect des consignes données par l'animateur.

REMARQUES :

1 Merci d'arriver 10' avant le départ pour organiser le covoiturage.
2 La participation aux sorties hivernales avec raquettes se fait obligatoirement avec l'équipement DVA- pelle-sonde, lorsqu'il est prescrit au programme. Pour s'inscrire à une sortie avec DVA, il faudra impérativement être à jour de la formation à l'utilisation du DVA-pelle-sonde organisée en interne par l'association. Chaque détenteur de DVA veille à faire réviser son matériel suivant les informations données par le fabricant.
Aucune dérogation à la décision prise au plus tard la veille, ne sera accordée le jour de la randonnée
3 Pour toute demande d'information complémentaire sur la nature de la randonnée, téléphoner l'avant-veille à l'animateur entre 19 et 20 h.
4 Les sorties peuvent être modifiées ou annulées si les conditions météorologiques sont mauvaises.
5 En cas d'empêchement, l'animateur s'efforcera de trouver une solution de remplacement.
6 L'emplacement des parkings est consultable sur le site Internet (https://www.les-randonnees-savoyardes.fr/espace-adh%C3%A9rents/covoiturage-parkings/)
Il est précisé que les kms indiqués, ci-après, dans le programme sont indicatifs depuis l'Eglise Ste-Bernadette pour TCS retirer 16 km AR.
7 Si des adhérents organisent une sortie parallèle le même jour, cette sortie n'engage en aucune façon la responsabilité de l'Association ni de son Président, conformément à l'article 5 du règlement intérieur.

Le covoiturage

Le prix est calculé par voiture: 0,40 €/km- (péages en plus), chacun paye les frais du total des voitures divisés par le nombre de participants.
Les adhérents proposant leur voiture pour le covoiturage, que ce soit pour les sorties hebdomadaires ou les séjours, s'engagent à être habilités aux plans administratifs (permis de conduire valide, assurance) et technique (aptitude à la conduite, véhicule en état).
Sauf pour les conducteurs qui ne souhaitent pas prendre de passagers, les recommandations sont les suivantes : 4 personnes par voiture avec respect des conditions sanitaires en vigueur au moment du déplacement.

Randos Douces / Rando santé : Les randos douces qui ont le label ® sont éligibles aux spécifications des randonnées santé c'est-à-dire limitées en dénivelé, durée et difficulté. Pour plus de précision vous pouvez consulter la page https://haute-savoie.ffrandonnee.fr/html/7172/rando-sante

Randonnées signalées en vert :

Cela signifie que 2 propositions de randonnées sont proposées le même jour, généralement avec deux niveaux de difficulté différents.

Niveaux de difficulté et cotations :

Attention : Les valeurs indiquées ci-dessous correspondent à des randonnées d'été. En milieu enneigé (raquettes) elles doivent être diminuées d'au moins 20% suivant les conditions.

Randos Santé	1/2 Journée le Jeudi	Maxi : 2h de marche effective, 200m de dénivelé, pente < 15% IBP index <50	
Randos douces	1/2 Journée le Jeudi	Maxi : 3h de marche effective, 300m de dénivelé, pente < 15%	
PT	Pour Tous	0 - 350 m	Mardi – Dimanche jeudi ½ journée
M	Moyen	350 - 700 m	Mardi - Dimanche
BM	Bons Marcheurs	700 - 1000 m	Dimanche - Jeudi
TBM	Très Bons Marcheurs	> 1000 m ou Distance > 15 km	Jeudi
TBMA	Très Bons Marcheurs Alpins	> 1000 m Passages techniques ou aériens	Jeudi

Le système de cotation de la fédération ci-dessous permet une évaluation de l'effort, de la technicité et du risque sur une échelle de 1 à 5

A titre d'exemple les randos douces ne dépasseront pas 2 alors que les randos du jeudi à la journée pourront aller jusqu'à 5

Cette évaluation sera mentionnée progressivement dans la colonne 'Cote' en supplément des mentions existantes PT, M … afin d'apporter une information plus précise.

Un indice appelé IBP index est également évalué. L'IBP index est calculé sur la base de la trace de la randonnée. Il donne une évaluation de l'effort cumulé en fonction de la dénivelée et de ses variations.

Indice E (Effort) :

IBP 0 à 25, randonnée facile, sans difficulté physique particulière (Rando Santé)
IBP 26 à 50, randonnée assez facile, peu de difficultés physiques (Rando Santé)
IBP 51 à 75, randonnée peu difficile, nécessite un engagement physique mesuré
IBP 76 à 100, randonnée assez difficile, nécessite un engagement physique certain
IBP > 100, randonnée difficile, présente des difficultés et nécessite un engagement physique important

Indice T (Technicité) :

Pas d'obstacle particulier, aucune difficulté de progression (ex : parcours urbain). La pose du pied s'effectue à plat.

Présence d'obstacles d'une taille inférieure ou égale à la hauteur de la cheville. La pose du pied s'effectue en recherchant des zones à plat ou confortables du support, assez facilement repérables

Présence d'obstacles d'une taille inférieure ou égale à la hauteur du genou. La pose du pied s'adapte à l'irrégularité du support. Le placement des appuis se fait sur les zones de meilleure adhérence.

Présence d'obstacles d'une taille inférieure ou égale à la hauteur de la hanche. La pose du pied (pointe ou talon) s'adapte à l'irrégularité générale du support. Les bâtons sont nécessaires à un bon équilibre.

Présence d'obstacles d'une taille supérieure à la hauteur de la hanche. Les franchissements nécessitent l'utilisation des mains. Les passages peuvent être sécurisés par des équipements. Les bâtons peuvent être une gêne à la progression

Indice R (Risque) :

Risque d'accident faible, exposition au danger mineure (ex : chemin blanc en forêt, voie verte, itinéraire urbain avec aménagements piétonniers, itinéraire rural sans accidents de terrain marqués)

Risque assez faible, exposition au danger limitée. Blessures possibles mais mineures (ex : chemin au relief assez marqué avec présence de talus, luxation ou entorse possibles en cas de chute…).

Risque peu élevé, exposition au danger avérée (exemple : itinéraire vallonné exposant le randonneur sur certains passages à de graves blessures, fractures…).

Risque assez élevé, exposition au danger forte. Blessures graves et multiples possibles. Danger de mort possible (ex : itinéraire de randonnée de montagne présentant des passages délicats à fort dévers, pentes raides exposées multiples, équipement possible, présence de barres rocheuses…).

Risque élevé, exposition au danger maximale. Danger de mort certain en cas de chute (ex : itinéraire de type alpin avec engagement physique total, falaises, barres rocheuses multiples, itinéraires équipés de prises et de mains courantes).

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	**heure**	Carte(s)	Animateur Mail et Tel
dimanche 03 03	Pointe de MIRIBEL	1581	Boege - Le Villard	120	P. La Lanche (1002m) - Combasseran - Le Martinet - Sommet - Retour par Le Replan - les Granges (Circuit)	580	3h00	9,5	M	Ste B.	**8h00**	3429 ET	Alain V.
mardi0 5 03	Belvédère et Chalet de BENEVENT	1348	Annecy	0	P. Quintal Cote 1028 - route forestière - chalet des Espagnols - Belvédère de Bénévent - GR Tour du Lac d'Annecy - Chalet de Bénévent (circuit)	350	3h00	10	M	TCS ou Ste B.	**9h00**	3431 OT	Brigitte M.
jeudi 07 03	Epaule de Chaurionde	1943	Seythenex	70	P. RM (1150m) - Aulp de Seythenex (1719m) - Epaule (En Ligne) Limité à 8 DVA, pelle, sonde obligatoires	850	6h30	10,5	TBM	TCS	**7h00**	3432 ET	Jean Paul
jeudi 07 03 Rando Douce ®	Vieran et Vignes de Metz Tessy	468	Metz Tessy	40	P. du Stade- le long du Viéran-château de Promery - Vignes de Metz Tessy- Village de Tessy- Parking	80	2h30	6	PT	TCS	**13H30**	3431OT	Alain V.
dimanche 10 03	Cabane du PETIT PATRE	1915	Cordon	150	P. Le Perret (1276m) – Croix de la Tête Noire (1691m) – Les Bénés (1723m) – Cabane du Petit Pâtre (1915m) (En Ligne)	694	5h00	10	M IBP78	TCS	**7h30**	3430 ET	Myriam
mardi 12 03	Marche Olympique en relais Annecy / Rumilly				Annecy - Lovagny - Hauteville-sur-Fier - Rumily	500	8h00	24	BM				Virginie/Jean Louis/Luc
mercredi 13 03	Marche Olympique en relais Rumilly / Culoz				Rumilly - Clergeon (1025) - Ruffieux - Pont de Loi - Gare de Culoz	700	9h00	21	BM				Brigitte S. / Luc
mardi 12 03	Chalets de La CLUSAZ	1198	St François de Salles	80	P. Ski de fond (1300m) - Refuge de la Plate (1355m) - chalets Mermet (1140m)	450	4h30	12	M	Ste B.	**8h30**	3432 OT	Alain V.
jeudi 14 03	Tête de la SALLAZ	2026	Romme	140	P. dans le village (1290m) - chalet des Vuardes (En Ligne)	750	5h30	12	BM	Ste B.	7h30	3430 ET	Jean Louis
jeudi 14 03 Rando Douce	Circuit des Ponts de SEYTHENEX	730	Seythenex	50	P. Villaret ou cascade selon place (550m) – Frontenex - La Reynoz (730m) - Pont de Seythenex (690m) - Seythenex (Circuit)	250	2h00	5,5	PT	TCS	**13h30**	3432 ET	Alain De.

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	**heure**	Carte(s)	Animateur Mail et Tel
dimanche 17 03	Chalets de la FULLIE	1390	Ecole	80	P. Ecole (725m) - Les échenaux - Chapelle St Bernard - Fontaine du Zilet - Chalets (1390m) (En Ligne)	668	4h	9,1	M	TCS	**8h30**	3432 OT	Myriam
mardi 19 03	Tour de la Mandallaz	882	Epagny Metz tessy	30	P. vers chez les Favre, passage à la Biche, vers chez Cadoux, les platons, combe à la biche, la Ramee (boucle),	370	4h	10	M	Ste B.	**8H30**	3431 OT	Brigitte S.
jeudi 21 03	Col d'ORGEVAL 482	1732	Ecole	93	P. du Nant (996m) - Circuit du Nant Fourchu vers les chalets et le col d'Orgeval - Retour par la maison forestière de Coutarse (Circuit) ou AR DVA, pelle, sonde obligatoires	750	4h30	12,7	BM	TCS	**8h00**	3432 OT	Bernard
jeudi 21 03 Rando Douce ®	La ferme de CHOSAL	457	Copponex	40	Circuit autour de la ferme pédagogique, du sentier Land Art (expo) , et des Usses par le pont des Goths (Circuit)	130	2h30	5	PT IBP26 E2/T1/R1	Ste B.	**13h30**	3430 OT	Gisèle
dimanche 24 03	Crêt de L'AIGLE	1646	St Jorioz	20	P. «Chez Charvin» (660m) Chemin des Gardes – Chalet du Bénévent – Crêt de Chatillon - Sommet (En Ligne)	1010	6h00	16	TBM	TCS	**8H00**	3431 OT	Myriam
mardi 26 03	Chalet de l'Aulp	1424	Talloires	50	P. Montmin (1050m) - Grange de la Vrille - Les Platons - Pointe de la Rochette (1491m) - Col de l'Aulp - Chalet - Les Prés ronds - Les Sétets - Parking	550	4h30	10,5	M	TCS ou Ste B.	**8h00**	3431 OT	Luc
	Col de la COLOMBIERE (209)	1613	Le Grand Bornand	75	P. Pont de Venay (1300m) - Cullery - Col de la Colombière - Plateau de Samance (circuit)	430	4h00	7,6	M	Ste B.	**9h00**	3430 ET	Denis
jeudi 28 03 Vendredi 29 03	Basse du GERBIER	2578	Chalmieu	240	Au pied des Aiguilles d'Arves (en Ligne) Limité à 10 DVA, pelle, sonde obligatoires	1000	7h00	14	TBM	Ste B.	**6h30**	3532 ET	Jean Paul
jeudi 28 03	Col de la Forclaz	1205	Verthier	30	P. Verthier (455m) - Le Villard - Le Sauvy - Montagne de Mont Bogon - Grange du Rochet Chenalet - Les Resses - Col (1147m) - Retour par GRP	830	5h00	14	TBM	Ste B.	**7h30**	3431 OT	Luc
jeudi 28 03 Rando Douce	Les Folières	1650	Manigod	80	P. Col de la Croix Fry (1467) - Les Folières (en ligne)(raquettes)	170	2h30	4,5	PT	Ste B.	**13h**		Denis

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	**heure**	Carte(s)	Animateur Mail et Tel
dimanche 31 03	Lac de LESSY	1733	Chinaillon	80	P. La Chapelle (1283m) - La Culaz (1428m) - col (1690m) - Chalets de Mayse - Lac de Lessy (En Ligne)	700	5h00	12	BM	Ste B.	**8h00**	3430 ET	Alain V.
mardi 02 04	Chalet de l'ANGLETTAZ	1500	Aviernoz	40	P. Plan du Raphoz (1030m) - Montée par la route forsestière du Parmelan - Chalet de l'Anglettaz (1500m) (En Ligne)	470	3h30	8	M	Ste B.	**8h30**	3430 OT	Michel Ch.
jeudi 04 04 Rando Douce ®	Les GRANGETTES	683	La Compôte	80	P. Eglise - Fressoz - Pont d'Escorchevel - La Compôte (circuit)	120	2h00	5	PT	TCS	**13h30**	3432 OT	Alain Du.
Jeudi 04 04					En attente								
dimanche 07 04	Sentier des maîtres du Mont Déserté	1335	Le Châtelard	50	P. Maison du Parc - les Granges - Chez Garin- chez Berge- Col du Plane- le Plane - chez Caron - chez Viviand- le Var - P Maison du Parc (circuit)	730	5h30	14	BM	TCS	8h30	3432 OT	Virginie
mardi 09 04	Colomban par le Petit Novard (nouvelle)	1528	Les Clefs	50	P. Le Mont (1077m) - Les Cazes - Le Petit Novard (1528 m) - Croix de Colomban - (Boucle partielle)	690	4h30	9	M	Ste B	**8h30**	3430 ET	Michel Ch.
	Croix de COLOMBAN	1691	Manigod	70	P. du Col de la Croix Fry (1467m) - Les Follières - Colomban - Croix - Les Vaunessins - Nant des Prises (Circuit)	420	4h00	10	M	Ste B.	**9h00**	3430 ET	Denis
jeudi 11 04	Le PINET	1867	La Plagne - Entremont le Vieux	160	P. La Plagne (1070m) - Col de l'Alpette (1547m) - cabane de l'alpette - Le Pinet - Sommet 1867m (en ligne)	870	6h00	13	TBM	TCS	**7h00**	3333 OT	Virginie
jeudi 11 04 Rando Douce	Circuit de la Chapelle de Ligny	624	Massingy	50	P,Ligny - Le Peroux - la Croix Saint Bernard - Le Perret dessoux (En boucle)	150	2h	5	PT	Ste B.	**13h30**	3331 OT	Jean Louis
Vacances scolaires du 13 avril au 27 avril													
dimanche 14 04					En attente								

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	**heure**	Carte(s)	Animateur Mail et Tel
mardi 16 04	La CHAMBOTTE	843	St Germain la Chambotte	75	P. «Sous le Belvédère» (670m) – Les Granges de Brison - La nouvelle croix de Meyrieux (843m) - (Circuit)	480	5h00	13	M	TCS	**8h00**	3332OT	Jean Louis
jeudi 18 04	Chalet Chappuis	1251	Dingy St Clair	30	P. salle des fêtes(601m) - Les Molliats - Verbin - Plan de Bacon - Col du Barman - Chalet - La Blonnière - Cornet (en circuit)	969	6h30	15	TBM	Ste B.	**8h00**	3430 OT 3431 OT	Luc
jeudi 18 04 Rando Douce ®	Lac de la Balme de SILLINGY	590	La Balme de Silingy	30	P. Lac de La Balme-de-Sillingy (480m) - La Bathie - Avully - La Combe de Sillingy (590m) - route des Devins - chemin de la Combe - chemin du Chapelet - Avully (circuit)	150	2h30	7	PT	Ste B.	**13h30**	3331 OT	Alain De.
dimanche 21 04	Col d'ORGEVAL	1732	Seythenex	70	P. St Ruph (898m)- Le vallon - Col (1744m) - L'Aulp de Seythenex - Pkg ancienne station - Nant sec - Pkg St Ruph- (Circuit)	1003	5h30	14,6	TBM	TCS	**8h00**	3432 OT	Myriam
mardi 23 04	Circuit de la Mine	1070	Lathuile		P. Lathuile - Les Bochettes - Membert - La Planche - L'Oratoire (en boucle)	580	3h30	9	M	TCS	**8h30**	3432 OT	Brigitte S.
jeudi 25 04	Pointe de la GAY	1801	Bellevaux - Lac Le Vallon	150	Parking du lac (1040m) – Le Grand Champ - Col des Chavannes - Sommet- Pâturages de Tré Le Saix - Sur la Pointe - Haute Meille - Basse Meille - (En boucle)	760	5h30	11,5	BM IBP 92	Ste B.	**7h30**	3428 ET 3429 ET	Jean Louis
jeudi 25 04 Rando Douce	Sentier Nature du Vuache	730	Jonzier-Epagny	70	P. Epagny (609m) - Pré de Novéry - Murcier - Les Plans - Le bois du Mont - Les Longues Reisses - Epagny (circuit)	180	2h30	9	PT	Ste B	**13h00**	3330 ET	Brigitte M.
dimanche 28 04	Tour Du Lac d'Annecy	585	Sevrier		Tour du lac d'Annecy	586	11h	42	TBM	TCS	**6H**	3432 OT	Brigitte S.
mardi 30 04	Grand Colombier	1525	Seyssel / Sur Lyand	100	P. Sur Lyand (1235m) - Crêtes de Sur Lyand - La Croix du Colombier (1525m) - Grange du Colombier - Col de Charbemènes (1317m) - Les Platières - Combe Giret - Parking (circuit)	550	5h30	14	BM	Ste B.	**8h30**	3331 OT	Luc
	Balcon du Revard	1538	La Féclaz	70	P. La Féclaz (1330m) - Pas du Rebollion - La Corniche - Téleski de l'Observatoire (1450 m) (En Ligne)	300	4h30	12	M	TCS	**9h00**	3332 OT	Denis /Benoit K.

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	**heure**	Carte(s)	Animateur Mail et Tel
jeudi 02 05	De Sixt à Beauregard	1640	St Jean de Sixt	55	Sixt (880) - Sebla - Parmis Vaunessins - plateau de Beauregard - retour par le Patton - le bois de l'Ars et les chalets des Lombardes (circuit)	800	5h	13	BM IBP81	Ste B.	**8h**	3430 ET	Virginie
jeudi 02 05 Rando Douce	La Bombardellaz	1601	La Clusaz	80	P. Les Confins (1450) - Paccaly - La Pierre Marquée - Oratoire de La Bombardellaz (1601) (en ligne) - avec pique-nique	180	3h00	7,1	PT	Ste B	9h00	3430 ET	Denis
dimanche 05 05	Signal des VOIRONS	1480	Lucinges	100	P. Chalet des affamés (1039m) - col du Pralére - Pointe de Brantaz - Monastère de Bethléem - Le Signal - Sur les Crêtes - Chatillonet (1/2 Circuit)	750	5h30	13,5	BM IBP 76	Ste B.	**8h00**	3429 ET	Jean Louis
mardi 07 05	Chalet de la COMBE	1572	Bellecombe en Bauges	60	P. Le Reposoir (1165m) – Col de Bornette - Les ailes du Nant – Le Chalet (En Ligne)	550	5h 00	12	M IBP66	TCS	**8h00**	3432 OT	Michel Ch.
jeudi 09 05	**Ascension**												
dimanche 12 05	Lac BRANLAY	2100	Celliers	170	Départ : le Logis des Fées (1850m) retour par le lac Arpettaz (Circuit) Parcours géologique	350	3h30	5,4	M	TCS	**8h30**	3433 ET	Alain Du.
mardi 14 05	Balcons de YENNE	620	Yenne - ND de la Montagne	115	P. N.D de la Montagne (270m) - Tombeau de Pierre Buisson - Forteresse de Pierre Chatel - Fort des Bancs Croix de Chevru (540m) - Parking (Circuit)	550	5h00	13	M	Ste B.	**8h00**	3232 ET	Brigitte M.
jeudi 16 05	Le Revard La Tour Des Ebats	1622	Pugny Chatenod	80	Pugny Chatenod - Cote 1165 - Pointe de l'Aigle - Le Revard - La Tour des Ebats - La Crémaillére - Pugny Chatenod (En boucle)	1060	6h00	13,5	TBM IBP 109	TCS	**8h00**	3332 OT	Jean Louis
jeudi 16 05 Rando Douce ®	Grange des Garennes	1425	Leschaux		P. cote 1305 sur route de eschaux au Semnoz - Grange des Garennes	120	2h00	4,4	PT	TCS	**13h30**	3431 OT	Denis
dimanche 19 05	**Pentecôte**												
mardi 21 05	Mont de la vierge		Aillon le jeune		P. Praz Gelaz - Col de la Fullie - Mont de la Vierge (en ligne)	360	3h30	7,2	M	TCS	**9h**	3432 OT	Alain V.
	Col de la Cochette (nouvelle)	1694	Aillon le jeune	80	P. Praz Gelaz - Col de la Fullie - Chalets de la Fullie - Col de la Cochette (1694m) - P. Praz Gelaz (boucle)	570	4h30	10	M	TCS	**8h30**	3432 OT	Michel Ch.

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	**heure**	Carte(s)	Animateur Mail et Tel
jeudi 23 05	Orjobet / Grand Piton	1379	Collonges sous Saléve	70	P. Le Coin - Grotte d'Orjobet - La Croisette - Grand Piton (1379m) - (en circuit)	750	5h30	14,5	BM	Ste B.	**7h30**	3429 OT	Luc
jeudi 23 05 Rando Douce	CEVINS	500	Cevins	100	P. EGLISE de CevinsLa maison des seigneurs-Le château de Chagney-table d'orientation-ND des Neiges	100	2h	5	E1T1R1	TCS	**12h45**	3532 OT	Claire
dimanche 26 05					En attente								
mardi 28 05	Col du SULENS	1750	Les Clefs	65	P. Col de Plan Bois (1299m) - Chalets de Sulens (1630m) - Col de Sulens (1750m) (En Ligne)	470	4h30	6	M	Ste B.	**9h30**	3531 OT	Virginie / Benoit P.
jeudi 30 05	Mont d'ORISAN	1762	Ecole	93	P. du Nant Fourchu (996m) – Chalet de Coutarse - Chalets de la Chèvrerie – Mont d'Orisan (1762m) – Chalets du Haut du Four (1510m) – P. (circuit)	1100	7h00	15	TBM	TCS	**7h00**	3432 OT	Jean Paul
	Lac de TARDEVANT	2110	La Clusaz	70	P. Les Confins (1432m) - La Bottière (1480m) - Paccaly d'en haut (1671m) - Montée par la Combe de Tardevant - Lac (2110m) (En Ligne)	710	5h	9	M	Ste B.	**8h00**	3430 ET	Michel R.
jeudi 30 05 Rando Douce ®	Lac MARIET	1007	Arith	50	P. Montagny (880m) - GRP Tour des Bauges - Croix des Taillis - Alpage et lac (1007m) - Retour en ligne, ou en boucle par Mariet Dessous et la Croix	170	2h30	7,5	PT	TCS	**13h30**	3432 OT	Gisèle
Dimanche 02 06	**Parcours du Cœur**												
mardi 04 06	Chalets de la SERVAZ	1447	Faverges	66	P. Pont de St Ruph (897m) – Les Rois – La Cabane de l'Abbaye - chalets de la Servaz - Monument Falcy – Le chemin des fées (Boucle) Pour les sabots de Vénus	600	5h00	10	M	TCS	**9h00**	3432 ET	Alain Du. /Michel Ch.
	Montagne des Princes	935	Droisy	72	P. Droisy (677 m) - La Ferm du Comte (931) - Point de vue (875) - Champ Camin (en boucle)	370	4h00	9	M	Ste B.	**9h00**	3331 OT	Denis / Benoit K.
	Randos Glières avec les écoles du 6 au 11 juin												

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	**heure**	Carte(s)	Animateur Mail et Tel
jeudi 06 06	SOUS DINE	2004	Les Cheneviers	70	P. La Culaz (1090m) - Col de l'Enclave (En Ligne ou Circuit par le passage de Monthieu	920	5h00	12	BM	Ste B.	**8h00**	3430 OT 3430 ET	Virginie / Benoit P
	Pointe de Lla Queblette	1909	Thorens Glieres	80	P. Maison du Plateau (1440m) - Les Mouilles - Col de l'Ovine (1786m) - Sommet - Chalet des Auges (Circuit) ou bien pointe de la Queblette (en ligne)	600	5h	10,5	BMA	Ste B	**8h30**	3430 ET	Luc
jeudi 06 06 Rando Douce	Bords du Fier	540	Alex	50	Nouveau sentier aménagé sur les bords du fier	100	2h	7	PT	TCS	**13h30**	3431 OT	Corinne L et Gisèle
	Marcher pour sa Santé le 9 juin												
	Elections Européennes												
dimanche 09 06	Croix JEAN CLAUDE	2085	St Martin de Belleville	190	P. Hameau Béranger (1590m) - Roc de la Lune - Dos de Crest Voland – Croix Jean Claude (2085m) - Plateau de Leschaux – Cacabeurre – Les Dogettes Béranger (Circuit)	700	5h00	9	BM	TCS	**7h30**	3534 OT	Brigitte S.
	Séjour dans les Vosges 11 au 15 juin												
mardi 11 06	Montagne de la Foge	1609	Aviernoz	40	P. route de l'Anglettaz (épingle 1139m) - Le Bois Brulé - Le Rocher Blanc - Montagne de la Foge - Chalet de l'Anglettaz - carrefour petit Montoir - retour par Chalet des Chappeys -(Circuit)	570	4h00	8	M	Ste B	**9h00**	3430 OT	Brigitte M.
	Cirque du FER A CHEVAL	1222	Sixt Fer à Cheval	170	P. Plan des Lacs (950m) - Traverser le Giffre vers 1020m - Long sentier descendant sur le Bout du Monde (1222m) - Retour le long du Giffre sur 4,5 km en rive gauche - Plan des lacs (Circuit)	275	3h30	10	PT	Ste B.	**9h00**	3530 ET	Gisèle / Denis
jeudi 13 06	Croix de la COCHETTE 1042	1336	Entrevernes	50	Les Rosières P.Conis (550m) - Pas de la Cheville (1052m) - (2 passages câblés) - Croix (1336m) - Col de la Cochette (1298m) - La Souricière - Le Clay - Conis (Circuit)	850	3h40	9,7	BM IBP78 E4/T4/R5	TCS	**8h30**	3431 OT	Bernard
jeudi 13 06 Rando Douce ®	Le Grand Piton	1373	Beaumont	80	P. Grotte du Diable sur D 41A à 1333m - col des Pitons - Chênex-Grand piton grotte du diable - Col des	90	2h30	7,3	E2T2R2 IBP 32	ALV	**13h**	3430 OT	Claire

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	**heure**	Carte(s)	Animateur Mail et Tel
	Euro-nordic à Megève les 14,15 et 16 juin												
dimanche16 06	Roche PARTSIRE Mont des ACRAYS	2170	Arêches	155	P. Col du Pré (1703m) – Roche Parsire (2109m) - Mont des Acrays (2170m) (En Ligne ou Circuit par le Passage de la Charmette)	620	5h00	11	M	TCS	**7h30**	3532 OT	Alain V.
mardi 18 06	Barbecue		La Planche		Multi randos et déjeuner BBQ								
jeudi 20 06	Mont de Vorés	2066	Praz sur Arly	110	P. Le Leutaz (1350m) - Cret du Midi (1890m) - Banc Rouge (1983m) - Col de Basse Combe (1900m) - Sommet Le Saut du Loup (Circuit)	850	6h00	16,5	BM	TCS	**7h30**	3531 OT	Jean Louis
jeudi 20 06 Rando Douce	Circuit des croix	458	Sallenoves	62	Sallenoves Bonlieu Chamarande les chavannes la Tate	230	2h30	9	PT	TCS	13h	3531 OT	Alain De.
Séjour Val d'Ayas du 23 au 30 juin													
dimanche 23 06	Petit Crosse Baulet	2009	Megève	118	P. Ball trap 1450m, Croix de Sales 1704m, col du Jaillet, Petit Crosse Baulet 2009m, Ramadieu1746m, col du Jaillet, en boucle	760	5h30	12	BM	TCS	**7H30**	3531 OT	Brigitte S.
mardi 25 06	Refuge du SAUT	2126	Meribel Mottaret	160	P. Tueda (1704m) - Bois de la Ramée - Chalet de la Plagne - Vallon du fruit - Refuge du Saut (2126m) (En Ligne)	480	4h30	14	M	TCS	**7h00**	3534 OT	Michel R.
jeudi 27 06	MIRANTIN	2460	Arêches	140	P. La Dray (1240m) - Plan Villard (1540m) - Chalet du lac (2055m) - Pas de l'Ane (2370m) - Sommet (En Ligne)	1220	7h00	11	TBM	TCS	**7h00**	3532 OT	Jean Paul
jeudi 27 06 Rando Douce ®	Alpages de DOUCY	1350	Doucy	62	P.les Cornes (1204m) - Chemin du Golet - Golet de Doucy (1329m) - chalets du Golet - stèle (1350m) (En Ligne)	180	1h30	3,5	PT	TCS	**13h30**	3432 OT	Gisèle
dimanche 30 06	Lac de LESSY	1733	Chinaillon	80	P. Rte départ 4 (1283m) - La Culaz (1453m) - GR96- A/R Aiguille verte 2045m - Col de la Forclaz- tour du Lac et retour (En Ligne)	775	5h00	11	BM	Ste B.	**8h00**	3430 ET	Benoit P.