



CA 10 janvier 2019

Présents : MT Brunet, G Bergounioux, M Gallet, C Rimbault, F Rochaix, JP Louvion, F Garçon, M Pillard, J Murgue, G Beaurepaire, A Tournier

Excusés : B Gapaillard, M Baldelli, J Robardet

Carnet

C'est avec grand plaisir que le Conseil d'administration vous souhaite une excellente année 2019 :

- une bonne neige (en montagne uniquement !) pour faire de la raquette au premier trimestre
- des balades tout au long de l'année dans cette ambiance sympathique que nous apprécions tous
- une équipe de pilotes renforcée
- et par-dessus tout, **une excellente santé pour vous et vos familles**

Nous présentons nos sincères condoléances à Christiane Badini dont le père vient de décéder.

A- BALADES : Des photos et des textes sont sur le blog :

<http://amisdessentiers.blog50.com/> (faire CTRL+clic sur le lien).

Vous pouvez recevoir la newsletter en vous inscrivant dans la colonne de gauche.

Nouveau site des AS : <https://amissentiersbellegarde01.fr/>

A1- Les 3P du lundi

17/12/18 : Au-dessus d'Ochiaz avec G Bergounioux, 10 AS

Nous voici 10 au départ à l'école d'Ochiaz avec un temps gris, mais sans pluie. Direction Villes par les prés. Puis, nous prenons la rue pour aller vers la route de Billiat que nous traversons. Nous attaquons une belle montée en direction de Catray pour rejoindre la nouvelle piste. Nous continuons de monter pour rejoindre le GR 9. Puis nous redescendons pour aller visiter la croix qui surplombe Ochiaz avant de finir notre descente vers les voitures. Là, jolie surprise, Georges nous offre du crémant avec des biscuits pour fêter la fin de l'année. Merci Georges pour cette balade sous un joli ciel bleu et les quelques dénivelés supplémentaires !!! et qui se termine d'aussi belle façon. Environ 10 km et 400 m. de dénivelée. JP Louvion

07/01/19 : Menthières avec A Tournier, 42 AS

42 A.S motivés pour la reprise au départ d'un Menthières en absence de neige. Ciel couvert, pas trop de vent, balade vivifiante pour effacer les reliefs des fêtes. Le groupe monte jusqu'à La Combe, puis passage vers La Biolaz pour parvenir à La Chernaz. De là, retour tranquille aux voitures. Boucle de 7 km pour 180 m de dénivellée. F Garçon

A2- BD

14/12/18 : Echallon, le PAS avec A Tournier, 17 AS

Départ à "Champ Bouchard" pour emprunter le **Parcours Air Santé**. Température fraîche, soleil voilé, sol légèrement gelé. Passage "Sous la Flua", La Pénaillère", pour faire une halte à la vierge qui domine le quartier " Les Aubépins" ; halte agrémentée des pâtes de fruits « maison » de notre trésorière. Nous continuons par "Les petits Essarts" pour parvenir au Favillon et suivre le sentier du retour. Boucle de 7 km pour 95 m de dénivellée. F.Garçon

21/12/18 : Confort, c'est le déluge, cette dernière balade de l'année est naturellement annulée

Repos pour les BD jusqu'au....1^{er} avril !

B- Affaires courantes

B1- CDRP

L'assemblée générale du comité départemental se tiendra le 9 février à 14 h

B2- Marche nordique

* Mercredi : séances régulières avec MT Brunet. Un groupe d'une vingtaine d'adeptes pratique l'échauffement, la randonnée émaillée d'ateliers et les étirements en fin de séance.

* Samedi : dans la mesure de ses disponibilités, MC Fournet accompagne la MN à la DEMANDE.

Prendre contact au 06 73 93 11 26

C- PROJETS

C1- Randonnée pleine lune

Elle est fixée le **mercredi 23 janvier** avec repas, éventuel, à Cuvéry.

- Rendez-vous pour le covoiturage à 18 h, parking des tennis

- Début de la balade (en raquettes, sans doute) 18 h 30. Départ du parking de l'auberge de Cuvéry (pôle multi saisons)

- Repas à 20 h au pôle multi saisons

- Coût 20 € tout compris, plat principal : joue de bœuf

- Règlement par chèque à l'ordre du restaurant

- Inscription auprès de F Rochaix : rochaixfr@wanadoo.fr ou 04 50 48 07 60 ou 06 74 49 03 59

- Dernier jour d'inscription : 18 janvier

C2- Séjours : la Haute Corse avec Sud Evasion, du 9 au 15 septembre 2019

TRES URGENT : il reste 10 places, faites-vous connaître rapidement auprès de

MT Brunet 06 79 62 29 50.

C3- 4 nuits/5 balades dans la Drôme

Nuits dans un camping (la source du Jabron, en petits chalets) à 2 km de Dieulefit.

5 balades (sportives) prévues à Dieulefit, à Poët Laval, à Saou, etc...

Nuits et dîners : 170 € environ par personne pour le séjour (petit déjeuner et pique-nique, à la charge de chacun).

Groupe d'une dizaine de marcheurs

Date : du 12 au 16 juin

Renseignements et inscriptions : Annie Tournier (famille_tournier@yahoo.fr) 04 50 48 30 67

C4- Journée raquette

Le projet serait de faire une randonnée raquettes avec déjeuner au gîte d'Arvières.

Départ parking Sur Lyand - Repas à Arvières et retour

Date prévue Vendredi 22 Février -

C5- Séjour à Super-Besse avec le CDRP

La Commission « Tourisme et Séjours » du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre propose un nouveau séjour cette année, à Super-Besse en Auvergne du 24 au 27 août 2019.

Renseignements auprès de Monique Bulliod Tel. 09.60.06.13.83 06.98.68.00.40

C6- Fête de la nature 2019, le samedi 25 mai : le CDRP de l'Ain propose une action ce jour- là. Il s'agira de reconnaître un itinéraire et de collecter les détritiques tout au long du parcours. Les AS adoptent cette proposition.



Pensez à renouveler votre licence (32 €) auprès des AS

Si ce n'est pas fait, vous recevez là votre dernier « pas à pas ». Dommage !

Merci et à bientôt sur les sentiers

Prochaine réunion : 7 février 2019 à 18 h 30 au Centre Jean Vilar