



CA 12 septembre 2019

Présents : C Rilmbault, G Sache, J Gelin, M Baldelli, F Rochaix, JP Louvion, JP Bertinotti, F Garçon, M Galley, J Murgue, A Tournier

Excusés : G Beurepaire, M Pillard, MT Brunet

Carnet :

Le drame qui a emporté Michèle Caucau s'est produit sur la chaîne du Jura. Tous ceux qui l'ont côtoyée dans l'une des nombreuses associations auxquelles elle adhérait ne peuvent que la regretter. C'est avec grande tristesse que les AS l'ont accompagnée lors de la cérémonie qui lui était consacrée. Adieu Michèle !

Marie-Claude Argoud, ancienne AS nous a quittés. De 2015 à 2018, elle fréquentait les BD du vendredi. Nous assurons sa famille de toute notre sympathie.

Jean Fournier a la douleur de perdre sa mère. A Jean, à Françoise et à sa famille nous présentons nos très sincères condoléances.

Site des AS : <https://amissentiersbellegarde01.fr/>

A- BALADES :

A1- 3P du lundi

15/07/19 : les Voirons avec B Comotti et C Cretel, 19 AS

19 AS sur le parking des Affamés (tiens, déjà?) s'engagent dans un sentier forestier avant d'entamer une bonne grimpe de 45min (on était prévenus!), par un temps plutôt frisquet. Nous atteignons le col du Pralère, avant de découvrir la statue de la Vierge du même nom (à 1303m), la vue est un peu gênée par la brume, mais nous n'oublions pas la traditionnelle photo de groupe.

Nous continuons dans le froid et le brouillard mais cela n'entame pas notre bonne humeur.

Après la pointe de Branlaz et le saut de la Pucelle (1430m,) la légende veut qu'une jeune bergère se jeta dans le vide à cet endroit pour échapper aux avances d'un hardi fauconnier, nous atteignons le Prieuré de N.D des Voirons qui nous accueille gentiment pour que nous puissions pique-niquer au sec et ...toujours dans la bonne humeur!

Puis nous amorçons la descente, petit à petit, le soleil nous rejoint et nous finissons la rando dans un moment de convivialité très sympathique, à Valleiry où notre pilote a la gentillesse de nous inviter pour fêter son anniversaire. Belle rando de 13km500 et 600m de dénivelé. L Ruggeri

22/07/19 : Le Salève avec C Cretel et B Comotti, 16 AS

Bien encadrés par nos deux pilotes, nous amorçons un sentier ombragé avec de nombreux virages (qui n'ont rien à envier aux 36 contours de la montée du Reculet). Arrivés dans les alpages de la Thuile, nous suivons un parcours bordé de fayards centenaires. Le plateau (en faux plats montants !) offre de belles vues sur le genevois, le Jura et le pays annécien.

A la pause déjeuner, la tour Bastian (grand Piton) surplombe un vaste et magnifique paysage et bénéficie d'une brise rafraîchissante. La descente "technique" ne posera pas de problème aux AS, bien managés par nos guides.

Jolie balade de 740 m de dénivelé, au cours de laquelle la chaleur très supportable était modérée par les nombreux passages ombragés. A Tournier

29/07/19 : Chalet d'Arvières avec MT Brunet, 26 AS

26 A.S au Col de la biche. Un peu "frisquet" le matin mais on se réchauffe en action. Départ en forêt par le Molard de la Biche, traversée au fond de la combe du cimetière, remontée, et nous revenons sur les crêtes de Sur Lyand. Panorama bouché côté Alpes mais bon côté Valromey. Descente de Charbemène à Arvière. 24 A.S partagent dans la convivialité, la terrine, le gratin maison, etc (comment dire : c'est bon, c'est copieux, il faut le vivre soi-même ...) Et c'est le retour avec montée aux Crêtes de l'Hergue pour les plus courageux et combe d'Arvières pour ceux qui finissent la digestion...Boucle de 15 km 450 m de dénivelé pour les uns et 16 km 530 m de dénivelé pour les plus courageux. Belle balade sportive et roborative. .. F.Garçon

05/08/19 : La vallée de l'Ain avec JC Juillard, 14 AS

14 AS au départ de Poncin - Montée au village "Le Mortaray" toujours bien fleuri.. On continue en direction des Roches, passage sous l'autoroute et nous arrivons sur de beaux points de vue sur la vallée de l'Ain et l'Ile Chambod. Descente sur Merpuis et nous gagnons notre coin pique-nique ombragé au bord de l'eau. Retour le long de la rivière, remontée sur le sentier qui nous donne une vue sur le barrage d'Allement et nous amène à "La Cueille" aux vieilles pierres superbement fleuries, et son château. Enfin retour aux voitures pour terminer un périple de 19.5 km et 484 m de dénivelé et partager le verre de l'amitié. JC Juillard

14/08/19 : Lajoux, lac de Lamoura avec F Garçon, 28 AS

28 AS au départ de Lajoux, quittent le village sous le soleil et par une température clémente, puis s'engagent dans les bois en montant doucement jusqu'à la Pièce du Châtelain (1270m).

De là, nous découvrons les combes vallonnées bordées de sapins. Nous continuons à marcher, entre ombre et soleil, en passant par la Sermangindre, puis la Pièce d'Aval.

Après une descente sportive, nous atteignons le lac de Lamoura, quelque peu envahi par les larges feuilles des nénuphars et cerné par le rose des épilobes.

Le pique-nique convivial ponctué de rires, est suivi par la traversée du village de Lamoura.

Retour sans encombres avec un peu de route, de nouveau la forêt, et toujours les beaux paysages jurassiens où les différents verts des prairies, des vallons et des forêts se juxtaposent.

Superbe rando de 14km500 et 300m de dénivelé sous une température idéale. L Ruggeri

19/08/19 : Plateau de Beauregard avec B Comotti et C Cretel, 7AS

Depuis le parking de la Closette 7 AS démarrent une piste raide. Après 1 heure de grimpe, nous arrivons sur le plateau de Beauregard pour découvrir face à nous le massif des Aravis.

C'est au son des clarines que nous poursuivons notre chemin en direction de la Croix Fry où nous rencontrons des ramasseurs de champignons avec des paniers bien garnis.

Après une montée par les frêtes, nous déjeunons face au Mont Lachat.

Nous atteignons la Croix de Colombar avant d'entreprendre la descente durant 1 heure pour regagner les voitures.

De retour sur Thônes, Jean Louis satisfait d'avoir été épaulé par 6 femmes nous a offert un pot. C Cretel

26/08/19 : Le Turet et notre Dame des Neiges avec M Charvet, 15 AS

15 AS au départ du Col de la Faucille par un beau soleil, grimpent dans un sentier forestier, laissent le GR traditionnel pour se diriger vers le Turet, toujours à l'ombre des arbres avant d'attaquer la première descente sportive.

Après avoir dépassé le col du Goleron, on atteint le point de vue du Turet (1376 m) avec une vue magnifique à 360°, sur le lac Léman, on aperçoit même le jet d'eau, le lac de Divonne, Gex, et au loin, la chaîne du Mont-blanc, une légère brume monte du lac sans nous cacher la vue.

Nous repartons toujours dans les bois, puis nous suivons une route (sans voiture!) et nous nous engageons dans un sentier étroit qui monte, qui descend jusqu'aux canyons (pas du Colorado! avec leurs sentiers escarpés et pierreux (qui ne nous font même pas peur!) et nous font découvrir des hautes falaises abruptes, qui forment un défilé pittoresque et inattendu dans notre Jura.

Belle rando sportive de 10km et de 420 m de dénivelé, qui se termine par le verre de l'amitié offert par Jean-Michel pour son anniversaire.

02/09/19 : Balcon du Bourget avec MC Fournet et M Lemaitre, 12 AS

C'était la dernière sortie de l'été à la journée.

Un temps idéal, doux mais frais, a permis aux AS de gravir les 700 m de dénivellée et les 20 km sans efforts et.... sans s'arrêter un instant de papoter et plaisanter !

Journée conviviale bien encadrée par nos deux pilotes avec qui nous avons admiré les beaux points de vue sur le lac, l'abbaye de Hautecombe, la Dent du Chat. A la croix de Meyrieu le paysage a été plus difficile à nommer. Il a fallu sortir cartes et souvenirs, interroger un promeneur pour arriver à reconnaître les sommets des Bauges et les Aravis. Voilà une belle balade qui en appelle d'autres pour 2020 ! A Tournier

02/09/19 : De Chevrier à Entremonts avec AM Marmilloud, 7 AS

Reprise des balades après-midi pour 7 A.S (un autre groupe étant parti à la journée au balcon du lac du Bourget). Fi des quelques gouttes et nous gagnons le Pont Carnot. Départ par un bon sentier tranquille et beau coup d'oeil sur le Fort l'Ecluse. Ensuite, un petit passage façon "parcours aventure" (quelques bons raidillons sécurisés par des câbles, passage de passerelles pointues ..) et nous parvenons au hameau d'Entremont que nous traversons pour continuer en direction d'Arcine. Belle vues en face sur la vierge de Léaz et la combe de l'Enfer. Enfin retour par le même parcours "sportif" Bonne mise en jambes pour un aller-retour de 10 km environ et 340 m de dénivelé. F Rochaix

09/09/19 : Motz avec A Tournier, 29 AS

29 A.S au départ de la base de loisirs de Motz Bel après-midi finalement assez chaud. On grimpe pour passer Chateaufort et gagner Motz. On grimpe toujours pour suivre "le chemin des mulets" et parvenir à un magnifique panorama sur le Rhône, la Chautagne avec au fond le lac du Bourget, et le massif du Colombier. Redescente sportive à Motz par petit sentier et passages rocheux. Passage dans les vignes et retour par le barrage et le fond de la base de loisirs où nous découvrons les derniers aménagements touristiques. Périples d'environ 10 km pour 440 m de. F Garçon

A2- BD du vendredi

06/09/19 : Trébillet avec M. Galley, 28 AS

Bonne reprise des BD

A3- Rando gourmande à Baume les Messieurs, 46 AS, le 18 juillet

46 As présents, de pied ferme, sur le parking de Carrefour, dès 7 h du matin pour prendre le car qui les conduit jusqu'à Baume-les-Messieurs. Un complément d'information est nécessaire pour que chacun trouve le programme de son choix.

Pour commencer, le groupe entier admire le superbe panorama de la Reculée, hautes falaises qui surplombent le village pittoresque de Baume-les-Messieurs.

Le groupe guidé par Annie (34AS), amorce la longue descente qui conduit au village où nous admirons (encore! l'imposante Abbaye et les maisons de pierres. Puis nous remontons et longeons un sentier, au frais dans les bois, en suivant le lit d'une rivière complètement asséchée, le Dard (affluent de la Seille) qui nous montre des rochers aux formes étonnantes, certains ont cru voir des crapauds ou des éléphants.

Le groupe qui a visité la grotte de Baume les Messieurs a été enchanté, c'est la plus grande grotte du Jura qui s'ouvre sur une vaste entrée de 70m, celle-ci précède 1km de galeries aménagées avec des salles de 20 à 80 m de hauteur.

Puis nous gagnons le restaurant, soit avec une dernière grimpe, soit en car où nous attend l'apéritif en terrasse ombragée.

L'après-midi se déroule dans le village de Château Chalon, classé parmi les plus beaux de France où chacun choisit sa destination, musée, promenade, courses, ou les trois..

Excellente journée qui a ravi tous les participants, un grand merci aux courageux organisateurs.

L Ruggeri

A4-Séjour à Super Besse du 24 au 27 août avec le CDRP de l'Ain, 14 AS

14 AS se sont rendus au séjour Auvergne du 24 au 27 août 2019 et installés à Super Besse, station située sur le versant sud du Massif du Sancy à 1350 m d'altitude autour du lac des hermines, à 50 kms au sud de Clermont Ferrand. Les AS ont été répartis en 3 groupes avec le programme suivant :

- Randonnée en boucle autour du lac Pavin et de son géniteur le Puy de Montchal, jeune volcan de 6500 ans.

- Ascension des volcans de Lassolas et de la Vache

- Randonnée sur les balcons de la vallée de Chaudefour au coeur du Massif du Sancy où nous avons pu observer chamois, mouflons et marmottes.

- Ascension du Pic de Brionnet avec vue sur la chaîne des Puys.

Temps excellent, ambiance chaleureuse, accueil convivial. C Cretel

A5- Marche nordique

Reprise des activités avec MT Brunet tous les mercredis à 9 h (sauf le 11/09)

B- Affaires courantes

B1- Assemblée générale : samedi 5 octobre à 18 h, salle des fêtes de la mairie à Bellegarde

Vous êtes TOUS attendus pour cette réunion statutaire, annuelle.

Si vous ne pouvez y participer, merci de prendre soin de faire une procuration à un adhérent de votre choix. Voir le document en annexe

Les adhésions seront prises à ce moment-là (prévoir le document d'inscription, le certificat médical ou le questionnaire de santé et....le chèque au nom des « amis des sentiers », chèque dont le montant a été validé au CA de juillet.

Un apéritif, offert par l'association, clôturera cette AG puis un repas sera servi aux AS inscrits.
Repas préparé par la maison Marinnet
Inscription : auprès de Françoise Rochaix 06 74 49 03 59 ou mail rochaixfr@wanadoo.fr
jusqu'au 30 septembre
Coût du repas : 27€ (chèque au nom des « amis des sentiers »)

Appel à candidature pour participer au CA : tout AS, à jour de sa cotisation 2018/2019, peut se porter candidat pour venir étoffer le CA et apporter ses idées. FAITES VOUS CONNAITRE auprès d'un membre du CA actuel ou lors de l'AG. Merci

B2- Fête de la vie associative

Merci aux AS qui ont accueilli et renseigné les visiteurs.
Une soixantaine d'AS a renouvelé son adhésion ce jour-là.

B3- Repas des bénévoles

Grâce à une petite équipe qui s'investit pour régaler tous les bénévoles de l'association, nous avons dégusté une excellente paëlla concoctée par Juan et son second Richard. Merci à tous

B4- Marche de la voie du tram, le 20 octobre

On en parlera dans le prochain « pas à pas »

B5- Les prochaines réunions des différentes instances :

- Réunion baliseur : une réunion commune "sentiers-itinéraire" et "programme numérique" est programmée le mardi 17 septembre Amberieu en Bugey -
- Assemblée générale extraordinaire de l'Office des Sports de Bellegarde sur Valserine, Mercredi 02 octobre 19 heures 30, au Centre Jean Marinnet, Salle Georges Brassens. Notre président y participera

B6- Stage « premier secours »

Il aura lieu le 23 novembre et sera dispensé par la Croix blanche (ex protection civile)
3 AS s'inscrivent. Si d'autres personnes veulent se joindre (il en faudrait au moins 5 de plus), il serait possible de faire un groupe « stagiaires amis des sentiers ». Faites-vous connaître rapidement

Prochaine réunion : 10 octobre 2019 à 18 h 30

