



**CA du 11 JUILLET 2019**

**Présents :** JP Louvion, J Gelin, C Rimbault, M Galley, JP Bertinotti, MT Brunet, F Garçon, M Pillard, G Beaurepaire, J Murgue, A Tournier

**Excusés :** F Rochaix, M Baldelli, B Gapaillard G Bergougnoux

**Carnet :**

- Nous avons une pensée sincère pour tous les AS retenus loin des sentiers du fait d'opérations, maladies. Nous leur souhaitons un prompt rétablissement.
- Céline Ducret nous transmet les remerciements de ANPSA (Association nationale pour les personnes sourdAveugles). Cette association a organisé « la course des Héros » à Paris (8500 personnes), les Amis des sentiers ont soutenu cette action par le versement d'un don de 100 €.

**A- BALADES :**

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

**A1- 3P du lundi**

**10/06/19 :** Roche Blanche, sortie annulée, pluie

**17/06/19 :** Chalet du sac avec F Garçon, 39 AS

Départ, sous le soleil, du parking de la Charnaz, (1246m) pour entamer une grimpe immédiate dans la forêt, jusqu'au début de la prairie, à 1428m. Là, en empruntant le GRP du grand tour de la Valserine, nous quittons le confort des ombrages, continuons à monter, à travers prés, contournons le Crêt de l'Eguillon. Le groupe se scinde, une petite dizaine gagnant directement le chalet du sac, dépassant la pierre à fromage, alors que les plus entraînés finissent une montée jusqu'au crêt de la goutte (1621m). Tout le monde se retrouve ensuite au chalet du sac, pour un retour par le GR9 jusqu'au col du sac, la cabane du téléphone, passant sous le téléski des Frasses. Et nous rentrons, dans la bonne humeur, après une balade de presque 8 kms et un dénivelé de 414m. F Rochaix

**24/06/19 :** La Borne au Lion avec A Tournier, 26 AS

6 A.S au départ de La Pesse. Nous démarrons par une grimpette en sentier forestier ombragé et bordé d'une flore très colorée pour passer Le Nerbier, atteindre le gîte de Berbois et gagner la "Borne au Lion" d'où nous bénéficions d'un superbe panorama sur la haute chaîne du Jura, le Reculet et le Crêt de Chalam. Nous continuons sur Malatrait et gagnons le belvédère du Crêt du Nerbier (1365 m). Enfin retour en direction du Berbouiller en passant près d'un troupeau de moutons gardés par 2 patous très motivés ... Balade agréable dans une relative fraîcheur d'altitude. 10.5 km pour 295 m de dénivelé.  
F.Garçon

**NB : Les 3P grandissent : balades à la journée durant l'été !**

**01/07/19 : Balcon sur le lac du Bourget avec M Lemaitre et MC Fournet, sortie annulée. C'est la canicule !**

**08/07/19 : L'Oignin avec MC Fournet et M Lemaitre, 19 AS**

Départ de Mataflon par une belle journée qui deviendra chaude. Nous démarrons par le bord du lac pour gagner le barrage de Charmine. Ensuite nous suivons l'Oignin par un sentier boisé et ombragé très agréable, superbes points de vue sur les gorges, voûtes de buis garnis de mousse, pour parvenir à Coiselet, son château, son barrage. Nous admirons quelques beaux points de vue sur la rivière AIN et nous nous posons pour le pique-nique. On redémarre pour grimper dans le bois des Combelles, tenter un panorama sur un réservoir hélas caché par la végétation, passer devant une colonie de vacances, et enfin entreprendre le retour à Mataflon par une piste bien exposée au soleil. Boucle d'environ 14 km pour un dénivelé cumulé de 480 m. F.Garçon

**A2- BD du vendredi**

**07/06/19 : Prairie d'Echallon avec A Tournier, 21 AS**

Depuis le parking du Champ Bochart au dessus d'Echallon, 21 AS montent vers le Champ Guyot. Petite boucle pour aller admirer les « Sabots de Vénus » ces belles orchidées qui ont élu domicile dans le coin. Puis grimpette, toujours dans la forêt, pour atteindre la prairie d'Echallon, haut lieu du maquis de la dernière guerre ; un monument y a été édifié en hommage aux Ailes Alliées. Le site est remarquable par ses hauts sapins entourant les prés verdoyants. Retour aux voitures. Beaucoup de vent mais les grands arbres nous protègent et au cours de la balade quelques chevaux et chèvres sont venus nous saluer. 7.5 km, 200m de dénivelé. A.Prelle

**14/06/19 : Source des Gallanchons, sortie annulée, pluie**

**21/06/19 : Autour d'Injoux avec M Baldelli, 10 AS**

La météo annonce des orages pour l'après midi mais n'a pas découragé 10 A.S. Partis du stade d'Injoux nous sommes montés en direction de Davanod puis revenus sur Chaix. A travers bois et sur de petits chemins le mini groupe est passé sous les bois et a emprunté "le chemin du pétrole" pour revenir par le vieux village d'Injoux. Rares gouttes de pluie sur la fin de cette balade mais très gros nuage de pluie et grêle dès qu'on est rentrés chez nous !!

Balade agréable de 9.3 km pour 173 m de dénivelé. A Prelle

**28/06/19 : Tour de la retenue de l'Oignin avec A Tournier, 10 AS**

Temps caniculaire pour cette rando à la journée. 10 AS sont partis à 9h30 de Samognat (Moulin du pont), pour découvrir la rivière de l'Oignin (la seule du département à couler du sud vers le nord) et faire le tour du lac de retenue. Depuis la rive de départ, on aperçoit en face, les ruines du barrage des Russes

(1917), n'ayant jamais servi. Puis nous continuons jusqu'au barrage des Trablettes et sa conduite qui chute sur 60 m, pour passer sur l'autre rive. Là, un pêcheur profite de la « fraîcheur » pour taquiner truites et chevesnes, avant de les rejeter à l'eau, bien sûr ! A travers prés et sentiers, nous arrivons au camping de Matafelon, et retrouvons notre point de départ après le pont. Notre pique-nique, au frais dans les glacières, nous requinque ; en dessert, Céline offre gâteaux et boissons : à l'automne, elle va démarrer une nouvelle vie à Lyon, et nous lui souhaitons bonne réussite pour ses projets. Au retour, arrêt à Izernore pour visiter le lavoir (où certains ont fait trempette), et les vestiges d'un temple gallo-romain, dédié à Mars ou Mercure. 9km, 75 m de dénivelé. A.Prelle

**NB : Nous donnons rendez-vous aux marcheurs des BD le 6 septembre. Passez un bon été**

### **A3-Séjour Drômois du 12 au 16 juin, avec A Tournier, 13 AS**

Un compte rendu, développé, commenté, embelli de photos de paysages et de fleurs a été écrit par Françoise Angelloz. Il a été diffusé par mails.

Rappel des balades : Comps-Dieulefit, Chapelle Saint Maurice, Saou, Trou du Furet à Poet Laval, Bourdeau.

Séjour agréable, convivial, au camping (en mobil home) de la Source du Jabron, établissement tenu par la famille Goy, anciens habitants de la Michaille.

### **B- Affaires courantes**

#### **B1- Les sentiers**

En collaboration avec G. Bergougnoux, F Rochaix, J.P Louvion, et F Garçon, le balisage peinture du sentier Michaille a été réalisé en complément des panneaux posés par la CCPB.

#### **B2- Rando gourmande du 18 juillet**

<b>Rendez-vous 6h45 pour un départ à 7 h 00 parking Carrefour habituel</b>
--

Le lieu : **Baume les Messieurs**

Trajet en car + balades pour tous niveaux + repas gourmand au restaurant « le Belvédère »

Tarif : 30 € de repas + 10 € de transport = 40 € (une partie des frais de car est prise en charge par l'association)

**Paiement par chèque 40 €, à l'ordre des Amis des Sentiers**

Pour tout contact sur cette journée s'adresser à François : 06 84 72 30 38 -combettes06@gmail.com

#### **B3- Fête de la vie associative : Samedi 31 août au gymnase du lycée de 10h00 à 17h00**

**Renouvellement des licences :**

**Documents à apporter, impérativement lors de l'inscription** (voir informations et document à compléter en annexes) :

**1- Demande d'adhésion au club des AS**, document à lire et à signer par **TOUS les sociétaires**

**ET**

- un certificat de non contre-indication à la randonnée pédestre (et de la marche nordique, si nécessaire) pour une première inscription ou si le certificat précédent a plus de 3ans

**Ou**

- questionnaire santé, si le certificat médical a été fourni il y a moins de 3 ans

**ET**

- chèque à l'ordre des « amis de sentiers », selon l'assurance choisie

#### **B5- Calendriers de l'automne des 3P et des BD**

Vous les trouverez en annexes.

Nous rappelons que les BD sont des balades douces et à ce titre elles doivent privilégier un rythme pondéré, cadence donnée par le pilote en tête du groupe.

#### **B6- A vos agendas**

- **L'assemblée générale des Amis des Sentiers se déroulera le 5 octobre 2019 à la salle des fêtes de Bellegarde**
- **Marche de la voie du tram, le 20 octobre**

On reparlera de ces deux évènements en temps voulu.

#### **C- PROJETS de séjours-randonnées**

Pour mémoire :

- Haute Corse du 9 au 15 septembre (Sud Evasion)
- Super-Besse du 24 au 27 août (CDRP)

#### **D- DIVERS**

Une paire de lunettes de soleil et vue a été oubliée dans la voiture de Régis Couvelard  
Les réclamer au bureau des objets trouvés : chez Annie Tournier

**Prochaine réunion : 12 septembre 2019 à 18 h 30**