



CA 13 juin 2019

Présents : Garçon F., Louvion JP., Bergounioux G., Gelin J., Pillard M., Beaurepaire G., Galley M., Murgue J., Rochaix F.

Excusés : MT. Brunet, B. Gapaillard, A. Tournier, C. Rimbault, M. Baldelli

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

A- BALADES :

A1- 3P du lundi

13/05/19 : Source de la Trouillette avec A Tournier, 28 AS

Les AS démarrent de Champfromier sous un vent glacial qui chasse les nuages et nous offre un ciel d'un bleu estival. Par précaution, nous montons à Communal par la route et nous continuons à travers les bois qui déclinent tous les verts du printemps. Nous atteignons les Avalanches où nous découvrons la résurgence de de la Trouillette, hélas sans eau, source de la Volferine. Nous descendons par un sentier étroit et abrupt, puis nous traversons un petit pont de pierre d'où nous pouvons admirer la Volferine "comme un torrent qui vient tout droit de la montagne" !!! Nous passons par le hameau de Monnetier, et deuxième vue sur la Volferine au Pont d'Enfer. Balade de 9km et 360m de dénivelé, et finalement, le vent s'est bien calmé et on a même eu chaud ! L Ruggeri

20/05/19 : De Montanges à Champfromier avec A Tournier, sortie annulée, pluie

27/05/19 : Parcs et jardins de Genève avec la famille Louvion, 11 AS

9 A.S. ont pris le train à Bellegarde pour Genève et 2 A.S. du Pays de Gex nous attendaient en gare de Cornavin. Nous sommes allés en bus (TPG) en direction de l'OMS où nous avons aperçu la chaise cassée et à l'arrivée, nous avons visité le parc de l'Impératrice et ensuite le jardin botanique aux multiples plantes, fleurs et arbres de toutes sortes. Puis, nous avons suivi le bord du lac où nous avons pique-niqué en route pour aller jusqu'au pont des Bergues pour traverser le lac que nous avons longé de l'autre côté pour atteindre le parc de la Grange et celui des Eaux Vives. Nous avons tout admiré et en

particulier les rhododendrons géants. Etant en avance sur l'horaire, nous sommes revenus sur nos pas jusqu'aux pierres de Niton où nous avons pris la Mouette pour retraverser le lac et ensuite on a regagné la gare à pieds. Très belle journée avec un soleil éclatant. Y Gay

03/06/19 : Les monts Berthiand avec A Tournier, 26 AS

Les AS au départ de Nurieux traversent le village, puis grimpent par une chaleur moite, le long des sentiers heureusement ombragés, beau panorama sur le lac de Nantua entouré de ses montagnes. Arrivés à la chapelle de Mornay, nous avons la surprise de voir voler une gracieuse petite chauve-souris. Après avoir traversé le hameau de Vers, nous admirons les champs de coquelicots avec vue sur le Revermont et au loin le Mâconnais. Nous atteignons Napt et son sentier de Félicien, puis nous revenons sur Mornay par la combe de Vau et nous avons pu admirer tout au long du parcours, de très belles bâtisses fleuries et bien restaurées. Belle rando estivale d'un peu plus de 4h et 360m de dénivelé. L Ruggeri

A2- BD du vendredi

10/05/19 : Autour de Challonges avec MC Fournet et G Niogret, 23 AS

Les AS présents au parking de Challonges, descendent à travers les bois Millet par un sentier étroit et glissant qui demande de la vigilance, puis nous atteignons le Rhône que nous longeons jusqu'à la passerelle proche de la fromagerie de Pyrimont. Nous traverserons le Rhône pour suivre le sentier protégé qui nous conduit au Pain de Sucre et sa superbe cascade déversée par la Vézeronce. Nous remontons par le chemin du Volant, nous avons presque chaud en remontant la côte qui nous amène à l'oratoire de la Vierge. Rando de 9,7km et de 173m de dénivelé.

Au retour, en voiture, ramassage miraculeux d'un appareil photo appartenant à une personne du groupe ! L Ruggeri

PS : l'appareil appartenait à notre président

17/05/19 : Sentier botanique avec F Rochaix, sortie annulée, pluie

24/05/19 : Circuit des légendes à Chezery avec A Tournier, 22 AS

22 AS au parking du Revenet, à La Rivière au-dessus de Chézery. Deux petits circuits sont proposés, celui de Troublery avec au départ une belle vue sur la vallée de la Valserine. Un détour jusqu'à la passerelle népalaise et c'est l'aventure. On passe 2 par 2 sur ce pont suspendu, quelle joie d'arriver au bout ! (c'est décidé, l'an prochain on s'inscrit à Koh Lanta). Puis c'est le circuit des Avalanches un peu tronqué. Tout au long nous avons admiré les œuvres de José Le Piez, faites de bois et de pierres, installées en mobile, en l'air ou au sol : chacun et chacune d'entre nous a fait travailler son imagination. Retour en empruntant un court moment le lit caillouteux de la rivière. Si vous aimez les histoires, allez voir sur internet "Au fil d'une légende" de Sophie Desfougères et vous saurez tout sur Aâra, reine de cette forêt, de cette montagne et de cette vallée. 6 km 280m de dénivelé. A. Prella

31/05/19 : Montanges/Champfromier avec G Niogret et MC Fournet, 26 AS

26 marcheurs au départ de la salle des fêtes de Montanges (27 si Jean-Marie ne s'était pas "coincé" le dos en sortant de sa voiture) sont partis en direction de la Namphée en admirant les champs fleuris de sainfoin, œillets, ancolies, boutons d'or, etc .. et sous les conseils bienveillants de Jean Michel un petit groupe de tête a essayé de faire la différence entre le blé barbu (hybride de blé et seigle) et le "tritival" spécialement conçu par les chercheurs de l'INRA pour nourrir le bétail. Après une longue montée en sous-bois, nous arrivons aux Géorennés et remarquons les nouvelles installations du Camping Municipal : une yourte et 2 mini-studio sous forme de demi-tonneau (Info pour les accros du camping ...) Avec un peu de route sur le haut de Champfromier et une montée "sévère" (pour certains).

Nous rejoignons Communal sans oublier le "coucou" traditionnel à Michèle Regairaz . Encore un petit effort et nous descendons tranquillement, dans la bonne humeur, sur Montanges en admirant le château superbement entretenu. 9 kms 250m de dénivelé, balade très agréable. M Lansard

07/06/19 : La prairie d'Echallon "sabots de Vénus" avec A Tournier, 21 AS

Depuis le parking du Champ Bochard, 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 grimpe, 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 dénivelée. A. Prella

B- Affaires courantes

B1- Fête de la nature 2019, le samedi 25 mai :

Une trentaine d'AS a répondu présent lors du nettoyage du sentier le long du Rhône. Merci à eux. Armés de gants et de sacs poubelle, ils ont ramassé papiers, bouteilles, canettes, pneus, et détritiques lourds. 17 d'entre eux ont découvert « le CIEL sidéfage » pendant presque 2 heures. Visite intéressante, bien menée par notre jeune guide.

Le club a reçu les remerciements de Terre Valserine ainsi que du président du CDRP (à noter que seuls 3 clubs ont répondu présents à l'appel, sur les 32 que compte notre département).

B2 - Les sentiers

Le sentier botanique est sur la sellette : installation des panneaux par l'EIJA (Equipe d'Insertion des Jeunes de l'Ain), débroussaillage et marquage peinture par les AS.

B3- Rando gourmande du 18 juillet (COMPLET)

| |
|--|
| Rendez-vous 6h45 pour un départ à 7 h 00 parking Carrefour habituel |
|--|

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 de Euros 40, à l'ordre des Amis des Sentiers

Organisation du matin

Départ de Bellegarde pour Granges sur Baume en car : arrêt pour tous, point de vue

Après le panorama pour tous à l'arrivée à Granges sur Baume, le car fera un arrêt à Baume village, un arrêt au fond de la reculée au parking des grottes, et de la, recharge ceux qui le souhaitent pour rejoindre le restaurant.

Proposition de balades : Il y en aura pour tous : un peu, beaucoup, à la folie, pas du tout !

Vous avez le choix :

« **Balade à la folie** » **Tout à pied : (environ 6 km)** : Descente de Granges à Baume (170 m de dénivelé négatif) Visite de l'abbaye et du village de BAUME, parcours le long de la rivière jusqu'au site de la grotte et des cascades, et montée au restaurant (140 m de dénivelé positif avec beaucoup d'escaliers)

ou

« Balade beaucoup », de Baume au restaurant, 4 km

Arrivée à Baume en car

Visite du village et de l'abbaye, continuation à pied le long de la rivière, site de la grotte, les cascades (si présence de l'eau !). Montée au restaurant (140 m de dénivelé positif avec beaucoup d'escaliers)

ou

« Balade un peu », de Baume au site de la grotte, 3 km, 140 m dénivelé cumulé

Arrivée à Baume en car

Visite du village et de l'abbaye, continuation à pied le long de la rivière, site de la grotte, les cascades (si présence de l'eau !) et reprise du car pour transport au restaurant

ou

« Balade : pas du tout » et visite de la grotte en option

Tous les trajets sont faits en car

Visite du village, de l'abbaye, de la grotte **en option** (payante)

La visite de la grotte débute à 10h30 pour environ 55 mn. Attention, température de la grotte + 11° (prévoir vêtements). Tarif de groupe 7.50 € (si minimum 15 personnes), sinon 9.00 €

L'après midi

Pour tous, transport en car, et visite libre du beau village de Château-Chalon

Diffusion du planning de l'été, randonnées à la journée (sera diffusé séparément)

B5- Préparation des calendriers de l'automne des 3P et des BD

On a besoin de pilotes.....

Merci de communiquer vos propositions à A Tournier

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 à venir)

Pour mémoire :

- Haute Corse du 9 au 15 septembre (Sud Evasion)
- Super-Besse du 24 au 27 août (CDRP)
- Drôme (révolu a l'heure ou nous publions le Pas à pas)

Projet pour 2020 : Randonnée en Toscane, avec Sud Evasion, du 11 au 17 Septembre 2020

(programme détaillé disponible auprès de F. Garçon (06 84 72 30 38, ou combettes06@gmail.com)

D- DIVERS

- Invitation du club de pétanque au concours inter associations, le 29 juin. (Contacter M. Galley au 06 78 51 77 56)
- Deux paires de lunettes de soleil ont été oubliées dans la voiture de Régis Couvelard. (les réclamer au bureau des objets trouvés : chez Annie Tournier)

Prochaine réunion : jeudi 11 juillet 2019, à 18 h 30