



**Amis des sentiers**  
**3 P du lundi à la JOURNEE**

**ÉTÉ 2021**

date	Heure départ	temps et dénivelée	PROMENADE	de PROXIMITE départ de :	DESCRIPTION	Avec
05/07	8 h	5 h 30 550 m	La Dôle	Les Rousses (parking au niveau des Dappes, à préciser)	Couvaloup, la Barillette, col de Porte	Annie Tournier 07 82 15 11 60
12/07	8 h	5 h 506 m	Les gorges de l'Abime et le Mont Pourri	Parking du Pont du Diable (Saint Claude)	Trou de l'abîme - Vaucluse - Le Frénois d'en Bas - Crêt Pourri - Très Bayard - Avant de reprendre les voitures : Cascade des Combes Le départ est un peu technique, sans difficulté particulière mais prudence....	Christiane Cretel 06 07 54 17 24
19/07	8h	5h00 600m	Les Platières Depuis Gex	GEX	Suivez le guide	Monique Charvet 06 08 50 44 95
26/07	8 h 30	500 m 5 h	Croix des Couloirs + Belvédère Cuchet (en option)	Parking de la Serra (en face des Bouchoux)	Croix des Couloirs, cascade du Moulin, Tailla, La serra +option Le Cuchet : 1 h 20 à pied ou 15 mn en voiture	Annie Tournier 07 82 15 11 60
02/08	8 h 30	400 m 5 h	Sur les chemins de la Résistance	Ochiaz, parking sud, en face ancienne école	Suivre le guide.....découverte de grottes	Georges Bergounioux 06 30 42 89 82
09/08	8 h	500 m 5 h	Heyriat, granges Bonbois	Parking des services techniques Heyriat	Ferme de Vernon, Granges, bords de l'Ain, Bonbois, cascade de Pisse Vache	Alain Jaillet 06 84 15 32 44
16/08	8 h	500 m 6h	Cuttura et Lizon	Cuttura	Belvédère du Jai-Sur la Côte- Vichamois - Ravilloles	Maryse Lemaitre 07 85 49 96 60 MC Fournet 06 73 93 11 26
23/08	8 h	300 m 5h	Lajoux Lamoura	Lajoux Maison du parc	Boucle Lajoux Lac de Lamoura Pic- nique au lac	François Garçon 06 84 72 30 38
30/08	7 h 30		Autour de la Chapelle des Bois	Chapelle des Bois parking de la Beurrière	Mont Risoux, Roche Champion, forêt du Mont Noir, Roche Bernard, lacs de mortes et Bellefontaine, selon horaire, retour différent.	Bernard Marandet 06 81 11 81 97

Rendez-vous :

- 5 à 10 minutes avant l'heure de départ fixée (voir horaire)
- parking de Carrefour
- pour le covoiturage, masque obligatoire
- pas d'inscription