



CA du 14 avril 2022

Etaient présents : JP Louvion, F Garçon, G Sache, C Cretel, C Rimbault, M Pillard, J Murgue, MTBrunet, G Beaurepaire, JM Pillet, A Tournier

Excusés : M Lemaitre, M Baldelli, G Bergounioux, B Marandet

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

A-BALADES :

⚠ Le calendrier des 3P a été modifié (voir en annexe)

⚠ Rappel : le pilote conduit la balade. C'est lui qui imprime le rythme de la marche. Comme tout guide, il est..... DEVANT (sauf indications contraires de sa part)

Les 3 P du lundi

14/03/22 : Cascade d'Eilloux avec C Cretel, 29 AS

Départ à Gignez. Bel après-midi. Nous traversons Gignez et entamons la grimpette pour gagner les 2 maisons de "Montailloux de vent" d'où nous bénéficions d'un beau point de vue. Le sentier bordé de primevères nous conduit ensuite à la "Fontaine du Ladiat" charmante source aménagée. On continue par "Montailloux de bise" et on quitte le bois direction le Rhône. Cheminement au travers des vignes bien entretenues et taillées pour redescendre sur Eilloux d'où l'on gagne la cascade qui nous offre un beau débit. Retour aux voitures pour clôturer cette belle sortie qui nous a conduits à 667 m en point haut et 295 m en point bas pour 9,2 km et 330 m de dénivelé.
F. Garçon

21/03/22 : Vuache, partie sud, avec C Cretel, 28 AS

Départ de Chaumont. On passe l'église, une vue sur les ruines du château des Roches, et on grimpe en direction du sommet du Vuache. Les fleurs du printemps nous offrent au passage de magnifiques parterres. On monte encore pour parvenir au point haut du Vuache avec de beaux points de vue malheureusement assez voilés ce jour. On redescend sur Vovray à travers bois par le sentier bien sportif mais bordé de jonquilles. Au passage de Chaumontet, nous admirons 2 chamois au fond d'une pâture. Retour à Chaumont pour clôturer cette balade d'environ 8 km pour 480 m de dénivelé. F. Garçon

28/03/22 : Les fleurs du Vuache avec F Garçon, 38 AS

Température plus que printanière pour cette balade récurrente mais néanmoins très attendue. Montée dans les bois, au-dessus de Vulbens, par le sentier de Tire-Cul où des bûcherons s'activent autour de troncs d'arbres. On monte, on monte et c'est l'explosion de couleurs et d'odeurs ; ce sont des tapis de primevères, érythrones, corydales, jonquilles, anémones, scilles, violettes, ail des ours...(eh oui, j'ai ouvert mon bouquin de botanique !) qui vont nous accompagner jusqu'à l'oratoire de la Ste Victoire. On peut s'approcher au bord de la falaise pour apercevoir le Rhône, les villages de Longeray, Léaz et sa Vierge et la campagne environnante. Nous ne dérogeons pas à la règle pour la traditionnelle photo devant l'oratoire et redescendons tranquillement par le Golet du Pey, heureux d'avoir profité de cette belle journée avant le mauvais temps et la baisse des températures annoncés. 9 km et 370m de dénivelée. A Prella

04/04/22 : Sentier agricole de Bassy avec A Tournier, 33 AS

Départ du parking de Bassy. Bel après-midi. Départ entre jardins et arbres fruitiers en direction du Rhône que nous dominons au passage, avec La Dorche en face. Remontée en campagne par "chez les Métral" et Veytrens d'en bas. Ensuite on chemine sur les sentiers agricoles secteurs = Les Lambruches, Bénoz etc. avec vues sur le Colombier Vuache, Aravis et même un peu des Alpes pour boucler cette balade bucolique de 12 km pour 260 m de dénivelé. F. Garçon

11/04/22 : La Roche avec C Cretel, 33 AS

Départ du parking - Beau soleil- La troupe s'engage d'entrée dans la bonne grimpette qui nous amène à la ferme de Chapuizat - On souffle et de nouveau grimpette pour parvenir à « La Roche » point haut de la balade où on fait la pause et visite du bâtiment. Ensuite la piste forestière à plat secteur Combergin et on replonge en descente sur Chasselet et Chaix avec de belles vues au loin sur Mont Blanc et Aravis. Belle boucle forestière de 10 km pour 460 m de dénivelé. F. Garçon

Les BD du vendredi (deux sorties anticipées les 18 et 25 mars, non inscrites au programme)

18/03/22 : balade en Michaille avec O Millet, 21 AS

21 AS suivent Odile qui nous a gentiment proposé cette balade. Partis face à l'Hôtel de la Michaille, nous découvrons le Passeret, passage étroit qui atterrit au chemin de St Jean ; par ce sentier au milieu des champs nous voici au Poteau, puis c'est Sur le Bois, Injoux et Sous les Bois. Quelques chevaux dans un champ accourent et quémandent une caresse. Nous arrivons à Chaix, J. Michel nous ouvre la porte du four à pain toujours prêt à fonctionner. Un petit crochet par Davanod et nous voici revenus à notre point de départ. Les travaux de printemps ont débuté dans les champs, labours, hersage, sortie des vaches (nous en avons admiré quelques-unes des races Angus et Highland bien poilues). Nous avons même vu,

attablés devant leur maison, un duo de nounours assoupis, sans doute après un bon repas. Malgré un temps couvert, balade très agréable de 10 km et 200 m de dénivelé. Merci Odile. A Prella

25/03/22 : Vers Chapuzat avec O Millet, 16 AS

Odile nous propose à nouveau une sortie et nous l'en remercions. Temps ensoleillé et chaud, digne d'un mois de juin. Nous nous dirigeons vers Davanod puis grimpons le chemin de Chapuzat pendant un bon moment. Des tapis de primevères en sous-bois et de chaque côté du sentier adoucissent la montée et nous font penser à une haie d'honneur. Puis descente sur Chaix, Sous les Bois pour retrouver Injoux et rattraper Billiat par un chemin jonché de tuiles cassées. Sortie de 9.3 km et 250m de dénivelée. A Prella

01/04/22 : Les premières fleurs du Poizat avec A Tournier, sortie annulée (pluie)

08/04/22 : Trefer avec M Pillard, sortie annulée (pluie)

⚠ Précisions pour la sortie du 20 mai

20/05/22	150 m 2 h 30	Plateau de Dingy/Savigny	Cimetière de Vulbens pour RDV	Parcours en voiture jusqu'à la mairie de Dingy. Puis Murcier Savigny	Anne-Marie Marmilloud 06 52 90 76 30
----------	-----------------	-----------------------------	-------------------------------------	--	--

Sortie plein lune du 18 mars avec G Bergounioux, 18 AS

Départ de la Raimont. Par bois et prés, neige et terrain,... on passe Goliat Burlet pour trouver la nuit à la ferme du Chaix. La lune est voilée mais il fait assez clair. On finit par allumer les lampes pour passer Chaix d'en bas, ferme de La Croix, et gagner Sur le Jet. De là, traversée sportive du bois pour parvenir à la piste qui nous ramène au départ. La troupe se retrouve à 21 à l'auberge pour s'installer confortablement autour de la table, partager " la boîte" et un bon dessert dans la bonne ambiance habituelle propre aux AS. 7,27 km (sans appliquer le coefficient pour «fouillage de neige"...) F.Garçon

B- AFFAIRES COURANTES

B1-Numérisation des sentiers

Avec le concours de 2 AS, notre président à numériser 2 tracés Il en reste 3 autres : crêt du Miroir, Au fil des alpages (Varambon), les dinosaures

B2- Tous en scène du 30/08 au 04/09 (y compris forum des associations)

C'est le nom que porteront 4 jours consacrés aux associations pour se faire connaître (dont le **FORUM des associations**)

- Mardi 30/08, en fin de journée : démonstrations sportives et cinéma
- Mercredi 31/0, après-midi : démonstration sportive en intérieur
- Vendredi 02/09 : « code source » (comment mieux connaître le fleuve Rhône)
- **Samedi 03/09** : « marche code source » (en rapport avec le fleuve) à **11 h puis**

forum des associations sur les bords du Rhône de 14 à 18 h

Toutes les associations sont invitées à s'investir en proposant, outre leur participation à la tenue d'un stand, une action en relation avec leur activité.

(les associations de solidarité devraient être porteuses de tout ce qui touche à la restauration)

Dans le cadre de la journée des associations, les AS pourraient proposer une découverte de la marche nordique (des bâtons seront nécessaires, pouvez-vous en prêter ?).

Remarque : à propos de la licence pour l'année suivante : lors d'une visite chez votre médecin, pensez à demander une attestation pour la pratique de la randonnée (et de la MN).

B3 - Réunion de Comité Directeur du CDRP de l'Ain

Elle se déroulera le vendredi 6 mai 2022 au foyer rural de Poncin à 9h00

C-LES PROJETS

C1-La marche rose contre le cancer du sein

- Elle se déroulera le 2 octobre, à partir du centre-ville de Bellegarde/Valserhône
- Les AS sont sollicités pour aider à l'organisation (notre président a déjà pensé à des itinéraires)

C2- Proposition :

Une semaine à Super-Besse dans le Puy-de-Dôme, du 26/06 au 03/07

- Inscriptions et renseignements auprès d'Annie (par mail ou 07 82 15 11 60).

C3- Rando gourmande

Date : 21 juillet

Lieu : Au Semnoz

Balades : pour tous (de niveaux différents)

Autre activité : visite des jardins secrets de Vault

Coût : trajet en car + repas + visite des jardins + apéritif offert par le club = 50 €

Inscription : auprès du président : 06 84 72 30 38 - combettes06@gmail.com

C4 - Varomeyrando

Randonnée et fête du four, dimanche 15 mai : 4 circuits pédestres (8, 14, 20, 26 km)

RDV : Champagne en Valromey

Prochaine réunion : 12/05/22  19 h au Centre Jean Marinnet