



CA du 9 juin 2022

Etaient présents : JP Louvion, M Pillard, CM Fournet, C Rimbault, G Bergounioux, G Beaurepaire, J Murgue, JM Pillet, M Lemaitre, F Garçon, A Tournier

Excusés : M Baldelli, C Cretel, B Marandet

Carnet :

C'est avec beaucoup de peine que nous avons accompagné Louise Tissot lors de ses obsèques, aujourd'hui même. Nous garderons d'elle le souvenir d'une dame discrète, aimable et courageuse. Lors d'une assemblée générale, il y a 16 ans, nous fêtions ses 80 ans. Pour remercier les AS, Louise a fait une déclaration dans laquelle elle évoquait ce que cette association lui avait apporté : l'amitié, la solidarité. Elle développait ces propos avec tant de sincérité que nous avions les larmes aux yeux.

Adieu Louise

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

A-BALADES :

Les 3 P du lundi

16/05/22 : Essertoux avec A Tournier, 30 AS

Départ du parking d'Essertoux. Chaude journée. Départ par le chemin bords du Rhône très agréable ce jour qui nous donne une belle vue sur le fleuve. Remontée par petites routes sur Beaumont, le Grand Essert pour parvenir à Cusinens. De là nous serpentons sur le petit sentier forestier qui suit le ruisseau de Balavent. En sortie nous quittons un moment le calme pour longer l'autoroute. Et fin de balade par une bonne descente sportive qui nous ramène au chemin de départ. Agréable boucle de 11 km pour 255 m de dénivelé. F. Garçon

23/05/22 : Autour de Lancrans avec M Pillard, 12 AS

À l'initiative de Monique, départ de la salle des fêtes de Confort, descente par un sentier bien ombragé jusqu'à la côte d'en bas. Remontée tranquille jusqu'au groupe scolaire de Lancrans par de petites rues et grimpe par le sentier des peupliers jusqu'à Conucle.

Là, on a entendu : "Monique tu nous as dit que ça ne montait plus" et réponse : "Non, mais ça c'est du faux plat montant et c'est le dernier, c'est promis". Puis retour par les Essarons. Balade de 8.4 km pour 400 m de dénivelé. Merci Monique. JM Pillet

30/05/22 : Les capettes avec G Sache, 33 AS

Un magnifique panorama sur notre vallée et environs, certes un peu brumeux sur les montagnes, attendait au départ de Catray, 33 AS pour une balade ensoleillée sur la Michaille et le Retord. Un sentier à couvert bordé de fleurs, sans à-coups débouchait sur les pâturages où quelques vaches se rassasiaient d'herbe nouvelle bien grasse. Un cheminement moelleux sous les pieds dans un paysage forestier pour découvrir Les Capettes, ferme en restauration, plantée dans un espace aéré encore sauvage. A travers bois, nous rejoignons La Charnay et la Combe Martin déroulant son large tapis de narcisses odorants. Une légère remontée pour rejoindre notre panorama sur les Alpes pour un retour tranquille qui fermera cette boucle pastorale d'environ 10 km au parking panoramique où quelques cerises nous ont bien rafraîchis... A refaire cette balade découverte pour certains et certaines dans ce décor encore préservé et sauvage.... G Sache

06/06/22 : Le sentier du Barvy avec I Tahar, 22 AS

Départ de Motz. Chaud soleil pour démarrer (heureusement à l'ombre des arbres) la montée au plateau de Barvy et atteindre le belvédère. De beaux Lys Martagon bordent le sentier. Après avoir admiré le panorama, on continue par « les Bossons » pour emprunter le GR 965 et continuer à monter sur « les Esserts ». Redescente au niveau de « Chez Thévenoud » et direction Motz par la route. Nous trouvons un lavoir où des poissons rouges nagent et semblent heureux. Plus loin ce sont 2 juments qui dorlotent leur petit poulain et retour aux voitures pour clore cette balade un peu sportive d'environ 10 km pour 425 m de dénivelé. F Garçon

Les BD du vendredi

13/05/22 : Merlogne et les tulipes sauvages avec A Tournier, 24 AS

Avant de partir, Annie nous informe que les tulipes ne sont pas encore fleuries, nous ne verrons donc que l'endroit où ces fleurs ont élu domicile. À nous d'y revenir dans quelques jours pour les voir. Notre petit groupe part direction La Conay, accompagné d'un petit air frais. En chemin et entourés de sapins, nous sommes vite réchauffés. Arrêt au refuge puis descente vers Merlogne, où nous arrivons sur le site des tulipes... Miracle ! La météo plutôt chaude de ces derniers jours a fait s'épanouir quelques fleurs, et nous avons le plaisir d'en admirer quelques-unes, au milieu des orchis, gentianes, potentilles, premiers narcisses et dernières jonquilles. On finit le tour en passant le long de la route et devant l'auberge de Cuvéry.. Balade de 7,3 km et 165 m de dénivelée. A Prella

20/05/22 : Bloux-Savigny avec AM Marmilloud, 12 AS

Partis de Dingy en Vuache, nous allons par bois d'abord puis sur le plateau où des champs céréaliers nous entourent. Nous pouvons admirer un beau panorama sur le Jura (le Reculet et le Crêt de la Neige) et les Alpes (chaîne du Mt Blanc, la Tournette, Le Parmelan). Nous continuons en direction de Fontagny, Les Olliets et Jurens pour revenir par un des sentiers nature du Vuache jusqu'à Murcier et son étrange statue d'ours sur un rond-point : il y a de nombreuses années des ours vivaient non loin dans les cavernes, les habitants du village ont tué le dernier dans les années 1880 ! Ouf ! On a eu chaud... Le long des sentiers des panneaux pédagogiques dessinés par les enfants des écoles indiquent la flore, la faune de l'endroit. Retour à Dingy au milieu de belles maisons cossues et d'un impressionnant troupeau de vaches. Beau temps chaud accompagné d'un grand vent, les chapeaux avaient des envies de voyage. Merci à A. Marie d'avoir partagé ses connaissances avec nous. Balade de 6.3 km et 110 m de dénivelée. A Prella

27/05/22 : la Valserine au pont des Pierres avec M Pillard, 16 AS

Depuis la salle des fêtes de Confort, nous descendons jusqu'au bas du village pour rejoindre la voie du Tram. En passant par l'ancienne gare de la Mulaz, nous voici au pont des Pierres. Puis nous descendons par ce chemin agréable, frais, avec quelques passages scabreux, jusqu'à la route qui nous mène au pont de Coz. Après avoir regardé la Semine bien claire, nous rebroussons chemin afin de récupérer le sentier jusqu'au pont de Confort puis à la mêlée des eaux. On attaque la grimpette qui nous ramène à Confort en passant par le "village des blaireaux". Un champ fraîchement fauché nous permet d'apercevoir un beau renard à la chasse ! Retour par la voie du Tram. Beau temps, pour cette balade la plupart du temps ombragée, de 10km et 250m de dénivelée. A Prella

03/06/22 : Lac Genin avec F Garçon, 12 AS

Temps menaçant, 3 gouttes sont tombées, rien n'arrête les AS. Garés au-dessus de Charix, nous grimpons dans la forêt, un sentier qui va nous mener jusqu'au lac. Beaucoup de campanules et géraniums sauvages sur les côtés. Avant d'arriver, nous profitons, à travers les arbres, de belles vues sur le site, entouré d'une forêt jurassienne typique et baptisé à juste titre "le petit Canada du Haut Bugey". On peut y patiner, faire du hockey, plonger sous la glace en hiver et randonner en été. Le tour du lac nous permet de voir de près les nénuphars, linaigrettes, libellules, écrevisses, alevins, têtards... Puis petite remontée suivie de la descente toujours dans la forêt mais par un autre sentier pour rejoindre notre point de départ. Temps chaud, pas de pluie, tout le monde est satisfait de cette balade de 9 km pour 220m de dénivelée. A Prella

B- AFFAIRES COURANTES

B1-Numérisation et entretien des sentiers des sentiers

Il en reste 3 : crêt du Miroir, Au fil des alpages (Varambon)

Entretien : le sentier botanique avec François, Jean-Michel et Georges

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 de MN seront nécessaires, merci de bien vouloir prêter les vôtres en prenant soin de noter votre nom**).

B3- Les calendriers

- **des 3P de l'été, à la journée** : Vous le trouverez en annexe (la dernière sortie à la journée sera précisée ultérieurement)
- **de l'automne** : il est en préparation. Nous le diviserons en 2 : septembre et octobre d'une part, novembre et décembre d'autre part.

B4- Formation « bien randonner »

Lecture de carte et orientation" le 17 septembre 2022 à Vaux en Bugey .

"GPS et cartographie numérique" le 24 septembre 2022 à Vaux en Bugey.

Retrouvez toutes les informations utiles sur le site du Comite

B5- ASSEMBLEE GENERALE

A vos agendas ! L'AS des AS se déroulera le VENDREDI 21 octobre.

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
- Les AS sont sollicités pour aider à l'organisation (notre président a déjà pensé à des itinéraires)

C2- Proposition de la FFRP de la Loire

- Les Monts de la Madeleine du 19 au 23 septembre
- Les Monts du Forez du 3 au 7 octobre

Renseignements : mchevrier@ffrandonnee.fr

C3- Rando gourmande

Date : **21 juillet**

Lieu : **Au Semnoz**

Balades : pour tous :

- L'une de 9 km et 300 m de dénivelée
- L'autre de 6.5 km et 170 m de dénivelée

Ces deux parcours sont essentiellement sur le plateau d'où la vue est splendide

Autre activité l'après-midi : visite des jardins secrets de Vaulx

Coût : trajet en car + repas + visite des jardins + apéritif offert par le club = **50 € par chèque à l'ordre des Amis des Sentiers - Inscription : auprès du président**

C4- Projet : Balade urbaine à Lyon, 23 juin

Départ cité internationale -sentier Bords de Rhône nord direction Rillieux- montée urbaine et ensuite secteur maraîchers Caluire -Descente et sentier bords de Saône - pose à l'île Barbe - Quais de Saône, fresque des lyonnais et fin de parcours au choix par vieux Lyon et fin place Bellecour

Circuit : Environ 5 h de marche facile (+ visites et pique-nique) faible dénivelé (environ 250 m)

Repas tiré du sac.

Trajet en car : 28.00 € par personne par chèque à l'ordre des Amis des Sentiers, 40 places maximum (premier inscrit, premier servi...). Départ de Bellegarde parking Carrefour à 7h30 Retour vers 19h30

Inscriptions obligatoires auprès de François combettes06@gmail.com ou tel.06 84 72 30 38

Attention : il reste 2 places

C5- Demande du Club Judo

Ce club nous a sollicités pour accompagner un groupe d'enfants en balade. Nous attendons des informations



Prochaine réunion du CA : jeudi 28 juillet à 18 h