

Amis des sentiers

3 P du lundi à la JOURNEE

ÉTÉ 2024

date	Heure départ	Temps de MARCHÉ et dénivelée	PROMENADE	de PROXIMITE départ de :	DESCRIPTION	Avec
01/07	8 h	350 m 5 h	Circuit Nantua- St Martin du Frêne	Nantua, camping	Doigt du Diable, terrain d'envol, montagne de Chamoise, St Martin et sa tour, traversée de la grande plaine, Port, bord du lac et....baignade !	Annie Tournier 07 82 15 11 60
08/07	<i>la</i>	<i>sortie</i>	<i>sera</i>	<i>précisée</i>	<i>dès que</i>	<i>Possible !!!</i>
15/07	7 h 30	680 m 5 h 30	Le Mont Tendre Plus haut sommet du Jura suisse 1679 m	Bois d'Amont (5 km après la frontière	Par le col de Marchairuz (sortie pilotée par le cousin de Bernard)	Bernard Marandet 06 81 11 81 97
22/07	7 h 30	420 m 19 km 6 h	La vallée de l'Ain	Parking du foyer rural de Poncin	Poncin, Avrillat, le Combet, Sameyriat, Merpuis, La Cueille	Jean-Claude Juilliard 06 77 94 12 78
29/07	7 h 15	570 m 5 h 30	Circuit La Closette-Beauregard	Au-dessus de Thônes Lieu-dit de « la Closette »	Montée à Croix de Colomban- Circuit sur plateau de Beauregard - Descente par les Poutassets	Maryse Lemaitre + Marie-Claude 07 85 49 96 60- 06 73 93 11 26
05/08	8h00	300 m 5h00	Lajoux Lac de Lamoura	Lajoux Maison du parc	Boucle Lajoux Lamoura Pique- nique au lac	François Garçon 06 84 72 30 38
12/08	7 h 30	500 m 5 h	La Dôle	Les Dappes Tabagnoz	Montée à l'observatoire, retour par col de Porte	Bernard Marandet 0681118197
19/08	7 h 15	700 m 5 h 30	Tête de Parmelan	Au-dessus de la Villaz Parking de Bois Brûlé	Montée par Chalet Chappuis puis le Grand Montoir (main courante) et descente par le Petit Montoir En haut Chalet CAF Camille Dunant (Pas de retour par le plateau de lapiaz)	Maryse Lemaitre + Marie-Claude 07 85 49 96 60- 06 73 93 11 26
26/08	8 h	450 m 5 h	Le Grand Colombier	Parking d'Arvières	Aller par les crêtes, retour par chalet et vallon d'Arvières (grimpe après le col de Charbemènes)	Annie Tournier 07 82 15 11 60

- RDV parking de Carrefour 5 à 10 minutes avant l'heure de départ fixée (voir horaire) - repas tiré du sac