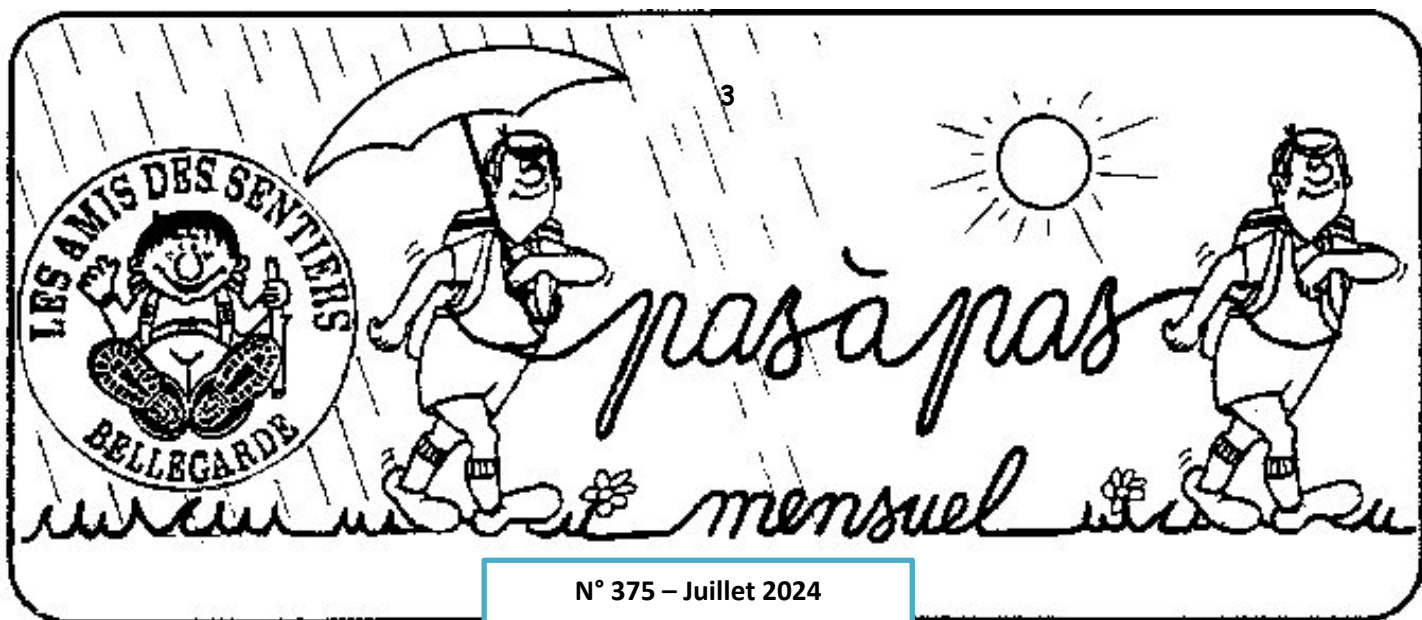




CA du 18 juillet 2024

Étaient présents :

C Rimbault, F Garçon, G Beaurepaire, JP Louvion, B Marandet, E Miscichia , , O Sauce, J Radisson, C Creteil, MT Brunet

Excusés: Annie Tournier , M Lemaitre, MC Fournet. R Multin. A Grenier JM Pillet

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

CARNET

C'est avec une très grande tristesse que nous avons appris le décès de Georges Bergougnoux. C'était un accompagnateur hors pair pour nous faire découvrir sa région qu'il aimait tant

A-BALADES

A1- Les 3 P du lundi

17/06/2024 : Les Roches d'Orvaz avec Annie Tournier, 12 AS

33 A.S au départ de Belleydoux. Direction Gobet, on passe la passerelle sur le ruisseau « Le Chon » et montée sur le village. A Gobet, Jeanne décide de rentrer tranquillement chez elle. On continue à monter direction « Le Chatelet » Puis on s'engage sur une bonne piste forestière pour parvenir au « sentier du facteur », difficulté du jour avec sa montée forestière en lacets dénivelé 160 m bien damée par le trail de la veille. La forme est là et toute la troupe se retrouve dans les prairies bien fleuries du secteur « sur la Roche » pour gagner le belvédère des Roches d'Orvaz et son magnifique point de vue sur l'amphithéâtre naturel . Retour par prés et bois pour se retrouver à Gobet. Là, 12 A.S décident de rentrer par la route, les autres par le sentier du départ. Belle balade un peu sportive de 9.4 km pour 470 m de dénivelé. F.G

24/06/2024 :Fort l'Ecluse / Leaz avec Francois Garcon, 26 AS

Départ du parking du Fort L'Écluse, direction le Lavoux et traversée disciplinée et sécurisée de la N84 en direction de la route du Molard.

On s'enfonce dans la forêt en grimpant mais le sol détrempé des dernières pluies, la végétation de ronces et lianes, les troncs d'arbres couchés font perdre la trace du chemin dans ce vallon sombre. On hésite . Le vent souffle un air frais qui nous ravigote et finalement la troupe rejoint, en deux groupes, la route du fort supérieur. Un peu de descente pour prendre la piste de la ferme des Marais mais la montée sera longue, longue!! Quelques trouées pour situer, à travers les arbres, le village d'Arsine et le hameau d'Entremont sur l'autre versant. Le vent encore nous accompagne agréablement en lisière de bois en vue de la ferme des Marais. Une halte en terrain dégagé et c'est la

plongée vers Léaz, dans les herbes folles, le long des parcelles d'orge et d'avoines aux épis de grande taille. Au loin, se dessinent les arches du pont de chemin de fer qui enjambent le fleuve. Traversée de la nationale ensuite et passage devant la pierre érigée en mémoire des défenseurs du fort de juin 1944. Comme aucun randonneur ne veut pousser jusqu'à la vierge de Leàz, c'est la descente sportive et boueuse vers les ruines du moulin de Condière. A travers les frondaisons, des oiseaux que nous n'arrivons pas à identifier nous charment: pinson des bois? mésange? Nous suivons le Rhône en direction du défilé de fort l'ecluse mais il faut remonter sur le hameau du Lavoux, en longeant la voie ferrée, non sans admirer des orchis rose foncé, une espèce protégée! balade de 10 km pour 420 de dénivelé. A M S

01/07/2024 :Circuit Nantua ST Martin du Frêne avec Annie Tournier : 16 AS

Départ de Nantua pour cette première à la journée de la saison. Départ à la fraîche le long du lac bien calme. Les pêcheurs et les canards sont tranquilles. Traversée de Port pour gagner Saint Martin du Fresne au milieu des cultures et troupeaux. Passage à la tour médiévale, traversée du village, et on démarre la montée sur la montagne de Chamoise pour parvenir vers la grotte de La Balme. On prend la direction du terrain d'envol des parapentes objet de notre pause midi du jour. Belvédère sur le bassin de Port et le fond du lac, bancs et tables pour un

pique-nique des plus confortables en compagnie d'une classe d'enfants bien encadrés. Et c'est le retour par le sentier des « doigts du diable », longue descente au-dessus du lac qui nous ramène aux voitures .

Belle boucle de 16 km pour 440 m de dénivelé cumulé. F.G

08/07/2024 : La Clusaz avec Marise LANSARD : 14 AS

Départ des Confins dans un horizon cerné de tous côtés par les massifs des Aravis. On monte Paccaly d'en bas puis Paccaly d'en haut en compagnie des vaches puis ensuite des moutons. La grimpette est récompensée par une superbe floraison (quelques lys martagon , une quantité impressionnante de rhododendrons et multiples variétés de fleurs) on continue dans cette flore magnifique par le chalet de Tardevant et le rocher du Rô. Puis on entame la descente. Pause pique-nique panoramique et on regagne les Confins. Passage du lac sur caillebotis, direction les Frasses, la retenue de Balme, passage des tyroliennes, puis traversée du bois de la Motte chargé de fougères et de reine des bois. Enfin, pose conviviale chez Marise qui propose gentiment pâtisseries, tarte aux abricots et la fraîcheur de l'eau de source. Superbe boucle de 17 km pour 445 m de dénivelé F.G

15/07/2024 : Le Mont Tendre avec Bernard MARANDET . 19 A.S + les 2 pilotes

Départ à 9h 20 du parking du col du Marchairuz par un sentier très agréable au relief ondulé. Après 45 mn de marche, nous débouchons vers une ferme abandonnée « Mont de Bière devant ». Magnifique point de vue avec table d'orientation sur la plaine Lémanique, le lac Léman, en fond les Alpes malheureusement pas très claire en raison d'un ciel couvert.

La suite, un sentier bucolique nous conduit vers un chemin blanc puis vers une petite route goudronnée que nous empruntons sur quelques hectomètres avant de pénétrer dans le pâturage du Petit Cunay ou l'on peut voir sur notre droite le beau chalet servant encore pour abriter le bétail et dominant les Alpes.

On quitte la route pour emprunter une sente dans la pâture ou le relief laisse entrevoir de belles failles dans le calcaire, ce lieu est appelé « Creux d'enfer de Druchaux » d'où le nom de l'alpage suivant que nous traversons avant d'atteindre les crêtes du Mont Tendre par une belle montée dans une petite combe parallèle.

Le sommet, à 1679 m est atteint vers 12h 15 avec le plaisir d'admirer à 360° le paysage Jurassien. Au sud, la Dole avec sa boule et la continuité des Monts Jura. A l'ouest, la Vallée de Joux avec la chaîne du Risoud côté Suisse et Risoux côté France » sur 50 km de long, se terminant par le Mont d'Or. Au nord, la dent de Vaulion dominant le Lac de Joux avec derrière le Mont Suchet et les aiguilles de Baumes. A l'est, on retrouve la chaîne des Alpes avec une vue complète depuis l'Egger au nord jusqu'au Arravis au sud, mais pas appréciable aujourd'hui.

Après un casse-croûte bien arrosé dans un abri du vent quelques mètres plus bas, la rando repris son chemin de retour par le chalet de Yens, puis descente vers une un très beau plateau ou s'échelonne les chalets du Croset au boucher, Le grand Croset dessus, et le chalet des Combes. Ensuite une petite remontée nous permet d'arriver une nouvelle fois sur la crête du Grand Cunay vers un chalet du même nom, nous pouvons admirer une dernière fois ce merveilleux paysage.

C'est par une descente vers le chalet des Monts de Bière derrière puis un chemin un peu gras que nous retrouvons les voitures à 16heures.

Temps de la balade : 5h30 -Dénivelée : 570 m Distance 17 km. Météo : couvert avec soleil par intermittence. Guide, accompagnateurs : Christian et Irène BURRI.

A2- Les BD du vendredi

14/06/2024 Autour de Billat avec Odile Sauce

Balade annulée

21/06/2024 : La Pierre a Fromage avec Monique Pillard

Balade annulée

28/06/2024 : Lac Genin avec François Garçon

29-06-2024 Lac Genin avec F Garçon 17 AS

Après Charix et le Village d'en haut nous arrivons à notre point de départ. Une bonne montée dans la forêt, par un chemin

sec d'abord, puis boueux, agrémenté de flaques, nous permet d'arriver sur la route d'Apremont au lac Genin. Pas beaucoup

d'amateurs pour aller saluer le sapin Président. Nous descendons au lac, où quelques touristes sont déjà arrivés. Nous effectuons

le tour du lac et apercevons une couleuvre prenant tranquillement son bain avant l'arrivée massive des estivants. Quelques minutes de repos et nous rentrons par le même chemin, celui prévu par François étant encombré d'arbres coupés laissés sur place.

Beau temps, un peu orageux, mais sans pluie, quel plaisir, pour cette balade de 8.5 km et 180m de dénivelée. AP

B - AFFAIRES COURANTES :

Assemblée générale 1e 19 octobre 18h00 à Lancrans

B1 - Balade gourmande

Jeudi 25 juillet : 59 personnes inscrites

Rappel : départ à 7 h. parking Carrefour habituel

(Prévoir un chèque de 50 € (à l'ordre des Amis des sentiers)

Prévoir « une petite laine » , le repas de midi de fera en extérieur près de la cascade du Rouget.

B2- Festival « tous en scène »

- cinéma le vendredi 30 août

- **forum des associations : samedi 31 août - Gymnase Antoine Jacquet (face à la piscine)**

Toute l'équipe vous attend de 14h00 à 18h00 pour le renouvellement de votre licence.

Prix des licences saison 2024/2025 suite à l'augmentation FFRP :

IRA : 38.00 €

IMP.N . 47.00 €

FRA (familiale) 70.00 €

(+ 10 € si option abonnement passion rando 4x par an)

Prévoir cheque à l'ordre des amis des sentiers et questionnaire de santé.

B3- Actions initiées par la commune

Différentes propositions sont en préparation pour la fin de l'été. Elles ont toutes un thème commun : **MARCHER !**

« TEMAVALSE » (Tous en Mouvement à Valserhône)

Challenge « Pas »

Évènement collectif

Notre club a proposé des circuits et pilotera une balade guidée tout public le dimanche matin 13 octobre à partir de 8h30 au départ du stade Gérard Armand.

B7- Sortie avec la Maison de quartier de Musinens

Cet organisme nous sollicite pour accompagner des personnes qui se remettent à la marche.

L'idée est de faire une sortie, avec repas tiré du sac, sur des chemins faciles, à une allure très modérée.

Le lieu choisi est le Retord avec départ de Catray.

Les AS sont très cordialement invités à cette sortie qui se déroulera le mardi 30 juillet fin de matinée.

Un message précisera l'horaire et le lieu de rendez-vous.

B8- Marche nordique

Les séances reprendront le mercredi 4 septembre

Prochaine réunion le jeudi 12 septembre à 18 h 30