



CA du 13 novembre 2025

Étaient présents:

F Garçon, C Rimbault, E Miscichia, MT Brunet, J.M. Pillet, O Sauce, C Cretel
, A Tournier, A Grenier, B Marandet, MC Fournet, JP Louvion, Salvator Porrovecchio (à qui on souhaite la bienvenue)

Absents excusés : M. Lemaitre, R Multin

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

CARNET

Suzette d'Echallon nous a quittés C'était une AS bonne marcheuse et courageuse, elle avait toujours le sourire. Elle nous retrouvait lorsque nous explorions Echallon, domaine qu'évidemment elle connaissait bien et tout particulièrement le lieu où se cachaient les sabots de Vénus.

Des AS ont suivi la cérémonie qui lui était consacrée.

A-BALADES

A1- Les 3 P du lundi

13/10/2025 - les Plans d'Hotonnes avec C Cretel 41 AS

Départ du grand parking de la station sportive, somnolente en cette morte saison. Après avoir longé le stade de biathlon, on emprunte vers l'est un large chemin caillouteux dit du balcon du Valromey en montant tranquillement à travers une forêt de feuillus, charmes, hêtres, frênes, en dégradé de couleur mordorée. Au croisement, direction plein nord, sur la Croix des Terments à travers des pâturages et le parcours sera désormais maintes fois ponctué de barrières pour le bétail ! A la Croix des Terments, on monte vers le Crêt de Beauregard, point de vue magnifique comme l'indique le panneau incurvé où s'inscrivent les grands sommets des Alpes mais, par malchance, masqués aujourd'hui par une épaisse bande de brume grisâtre. Le sentier rocailleux suit le flanc du Crêt avant la descente dans une combe et le retour vers la grande croix de pierre des Terments. Direction Nord ouest ensuite vers le lieu dit le Gros Frêne, en rencontrant

quelques belles charolaises échappées de leur enclos, au milieu du chemin herbeux, quelques goyas ça et là pour abreuver le bétail sur ce plateau calcaire. En fait, gros chêne, gros frêne, gros hêtre tous ces lieux dits prouvent que les feuillus sont partout et bien exploités puisqu'au hameau de La Tour, des grumes sont en attente de chargement. Le retour de l'autre côté de la large combe des Plans d'Hôtonnes traverse, par un chemin en creux, une très belle hêtraie: les fûts rectilignes des fayards au dessus d'un tapis de feuilles mortes avec la lumière du soleil accrochée dans le reste du feuillage c'était magnifique pour terminer cette belle journée!

11Kms,350 m de dénivelé. Merci Christiane.AMS

20/10/2025 - Chalet Bizot avec Bernard Marandet :

La météo n'étant pas bonne, la balade du jour est annulée.

27/10/2025 - Tour des belvédères de Giron avec Francois Garcon :

Le mauvais temps continue, balade annulée

03/11/2025 - Champfromier-les Avalanches avec Annie Tournier : 36 AS

C'était le déluge ce weekend, alors pour échapper à la gadoue des chemins forestiers, Annie propose une balade de remplacement de Champfromier au plateau de Giron. Après la traversée du village, la route monte, monte, au-dessus de la Volférine dont la résurgence se situe sous les barres rocheuses du cirque des Avalanches. Pluie et vent ont déchargé les hêtres de leurs feuilles et nous marchons sur un tapis mordoré. Sur le flanc Est du cirque, une protubérance rocheuse laisse imaginer une tête de lion ! Au point coté 891, la route tourne pour suivre le fond du cirque, moins de feuilles sur le goudron, plus d'affleurements rocheux en couches superposées séparées d'éboulis où les chevreuils doivent s'amuser! Le long de la route, la stèle fleuri d'un maquisard, FFI gaulliste, assassiné en 1944 par les nazis témoigne de l'importance de la Résistance dans l'Ain. Plus haut, toujours plus haut, la coquette cabane du facteur, construite en 1904, servait de lieu de transmissions des courriers et colis entre le facteur du bas, du chef-lieu et celui du haut de la combe d'Évuaz car la commune de Champfromier est très étendue! Au point coté 1184, au moment où la route s'aplatit vers Giron, la pause sucrée des traditionnelles pâtes de coing nous reconforte et le point de vue nous récompense des efforts de la montée : Au loin, le lac du Bourget, le tracé sinueux du Rhône et la zone commerciale de Bellegarde, en face Menthrières, la route de la Serpentine, les ressorts rocheux au dessus de la Valserine, en contrebas, Chamfromier et son usine. Au soleil, à paysage, personne n'a envie de redescendre ! C'est le retour pourtant, contempler le par la même route, soleil de face, avec dans la forêt ça et là quelques arbres encore flamboyants en ces premiers jours de novembre.

9 kms et 500m de dénivelé. Merci Annie. AMS

10/11/2025 - Autour de Chene en Semine avec Christiane Cretel : 35 AS

Départ du parking de la Mairie de Franc lens en direction de la crétaz, les grands bois du plateau de la Semine avec des chemins encore bien humides, admirons l'étang Roz endroit paisible et toujours bien entretenu, nous poursuivons jusqu'à la croisée, traversons le parc du même nom et empruntons un sentier agréable avec une belle vue sur la chaîne des Alpes qui nous amène au

hameau d'Arjon. Nous remontons par la route sur Chêne en Semine, traversons le village en admirant de belles maisons et nous rejoignons Franc lens en passant par la Tuilière.
Balade de 12 km 500 et 140 m de dénivelé. Merci Christiane

A2- Les BD du vendredi

10/10/2025 - Autour de Menthrières avec O.Sauce 25 AS

Une belle journée s'annonce, Odile décide de faire la balade prévue le 5 sept qu'elle n'avait pu assurer.

Nous partons de la station en direction du col, puis empruntant le chemin de la Combe, nous voici au sentier de la Chaîne. Un peu de route, et par chemins et prés nous atterrissons au Bon Claude. Puis c'est la descente par Chernaz et le Velu. Les prairies bien vertes accentuent les couleurs automnales qui commencent à arriver, ce qui nous a offert de beaux spectacles. Beaucoup de champignons (des bons et des moins bons ...) quelques troupeaux de vaches et moutons bien paisibles profitent de ces belles journées d'octobre.
Merci Odile pour cette belle balade dans la montagne. 6 km et 150m de dénivellée. AP.

17/10/2025 - L'Allondon avec Guy Beaurepaire

Toujours et encore la pluie empêche cette balade

24/10/2025 - Entre Lancrans eu Confort avec Guy Beaurepaire

Vu la météo et les chemins boueux et glissants, la balade de ce jour est annulée.
Bonne journée à vous toutes et tous.

31/10/2025 - Giron avec F. Garçon : 26 AS

La montée à Giron est un vrai régal, les arbres offrent leurs tons roux, ors, verts. Depuis la croix, nous montons en direction de la roche Fauconnière sur un chemin boueux. Au belvédère, il manque un rayon de soleil pour apprécier la vue sur la roche d'Orvaz, le village du même nom, Belleydoux à gauche, la Semine qui se cache au fond de la vallée bien verte. On continue notre chemin pour ressortir sur la route et descendre en passant devant le Bec à Bœuf. Le sentier sur la gauche que l'on doit prendre nous réserve plein de surprises. Les bûcherons et leurs engins, au milieu des coupes de bois, ont modelé le terrain à leur façon, les pluies récentes ont participé à un ensemble qu'on peut qualifier de "gadoue". Nous progressons tant bien que mal et profitons d'une allée latérale pour rejoindre la route. Bien crottés, nous retrouvons les voitures. En ce jour d'Halloween, la sorcière de la forêt a même posé des troncs d'arbres en travers des chemins!..

.Balade tourmentée de 7,2 km et 180m de dénivellée qui laissera des souvenirs. Merci François.
AP

07/11/2025 - De Lalleyriat au Poizat avec Annie Tournier : 33 AS

Nous partons de l'étang de Lalleyriat, très calme à cette saison. Passant par Le Ris et Nerval, nous voici au sud du village puis on entre dans la forêt. Le tapis de feuilles mortes adoucit les montées et les arbres nous offrent encore leurs tons roux, ocre et rouges. Arrivée au Poizat où après une dernière grimpe, on s'offre une petite pause photo assis sur la margelle d'une fontaine. Poursuite du chemin pour finir notre boucle, de belles et grandes maisons surplombent

la route, on passe devant les Clairemontelles, centre de vacances apparemment, l'église de Lalleyriat, et l'étang.

Jolie balade forestière par une après-midi douce et ensoleillée. 7.4 km et 190 m de dénivelée.
Merci Annie. AP

B- AFFAIRES COURANTES :

B1- A propos des BD

Pas de balades en hiver pour ces sorties. On retrouvera les BD aux premiers beaux jours.

B2- A propos des balades

Elles ont attiré de nombreux adhérents dès que la météo permettait de sortir sur les chemins pas trop boueux, pas trop glissants....

B3- A propos de la marche nordique

Discipline en pleine expansion. La participation explose. Merci aux encadrants.

C- L'assemblée générale du 18 octobre

Merci aux organisateurs et aux intervenants de cette soirée

Elle s'est tenue en présence de 83 adhérents + 17 procurations.

On notait la participation d'élus:

Mr Sacha Kozanovic, conseiller municipal délégué aux associations sportives, commune de Valserhône, conseiller communautaire, terre Valserhône, L'interco

- Mr Guy Larmanjat, conseiller départemental

- Mr Ledauphin Christian, délégué CDRP

Lors de cette assemblée le CA a été renouvelé: tous les élus de la mandature précédente ont vu leur mandat renouvelé. Un nouvel adhérent élu s'est présenté: Salvator Porrovecchio

Ce jour du 13/11, le CA a élu son bureau:

Président: Eric Miscischia

Vice-président: François Garçon

Trésorier: Maryse Lemaitre

Trésorier adjoint: Jean-Pierre Louvion

Secrétaire: Annie Tournier

Secrétaire-adjoint: Marie-Claude Fournet

et ont a fêté l'anniversaire de notre président qui offrait boissons et tartes. Bon anniversaire Eric!

Prochaine réunion le jeudi 11 décembre à 18h30