



CA du 09 avril 2026

Étaient présents:

C Cretel, G Beaurepaire, B Marandet E Miscischia, MC Fournet, A Grenier
MT Brunet, M. Lemaitre, Salvator Porrvecchio F Garçon, A Tournier,

Excusés : C Rimbault, JP Louvion, R Multin

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

A-BALADES

A1- Les 3 P du lundi

09/03/2026 - Les fleurs du Vuache avec Eric Miscichia : 38 AS

Départ du parking forestier de la citerne au-dessus de Vulbens et montée régulière sur le flanc du Vuache en observant entre les bosquets de houx, d'abord les touffes jaunes de primevères puis peu à peu, le bleu des scilles, le violet des érythrones, le blanc des nivéoles, le jaune des gagées. Quelle bonne idée d'avoir inversé les balades, la floraison promet d'être éclatante en haut Arrivé au sommet du dôme du Vuache, on rejoint le GR5 du tour du Léman en direction de la montagne Sainte victoire C'est un festival de couleurs, les jonquilles et les érythrones tapissent les sous-bois. La tribu celte des Allobroges, installée sur cet oppidum du Vuache pour surveiller la vallée du Rhône et les soldats romains avant d'être vaincu par eux en-121, devait déjà admirer toutes ces fleurs Le territoire des Allobroges était celui de la Sapaudia (le pays des sapins) aujourd'hui la Savoie certes les Allobroges n'étaient pas dérangés par le bruit incessant des avions en approche de Genève Pause photo traditionnelle à la chapelle Sainte Victoire, certaines en profitent pour cueillir quelques jonquilles. On repart par le même sentier

sur le flanc escarpé de cette montagne dissymétrique en observant en bas le tracé du Rhône et le village de Léaz mais on poursuit, après la bifurcation, vers le golet du Pey à travers une forêt de sapins. Le vent a soufflé fort sur ces arbres fragilisés par un scolyte et les a déracinés et, plus bas sur le chemin du retour, après avoir foulé l'épais tapis de feuilles d'une belle hêtraie c'est encore l'enchevêtrement de troncs cassés, branches arrachées, arbres couchés en cours d'exploitation . On descend rapidement par une piste caillouteuse vers une clairière puis vers le parking.

Belle journée ensoleillée, 7kms 800 et 360 m de dénivelé . Merci Eric, merci Bernard. AMS

16/03/2026 - Bord du Rhone avec Eric Miscischia : 33 AS

Départ retardé du parking de la N84 face au restaurant, traversée du village fleuri mais pentu de Grésin et descente rapide vers le Rhône. Les pluies abondantes ont déclenché un éboulement argileux mais le chemin est sécurisé, on passe le pont suspendu qui conduit en Haute Savoie, voie de passage dès le XV e siècle, le fameux chemin des Espagnols En 1948, ce passage stratégique, chargé d'histoire, fut noyé sous 30 mètres d'eau lors de la mise en eau du barrage de Génissiat, le pont suspendu ayant été construit après. Un chemin longe le Rhône vers l'est mais il est coupé plusieurs fois de troncs d'arbres enchevêtrés qu'il faut enjamber plus ou moins facilement ! On arrive à la Tine de Parnant, un joyau de la nature, le petit ruisseau a excavé la molasse pour tracer une gorge et rejoindre le Rhône. De l'autre côté d'un petit pont de bois humide, le sentier serpente, des marches facilitent la montée; on reprend son souffle en haut, dans les champs , le chemin en lisière de forêt progresse à plat en direction de la Fruitière de Clarafond mais on bifurque vers Eloise et après avoir franchi à nouveau le ruisseau de Parnant, il faut attaquer le fort dénivelé des Côtelets longue, longue montée, on lève la tête, en espérant que la pente s'adoucisse, vers le point final : le champ bien vert, la croix, les premières maisons d'Eloise. Au village, toujours sous un ciel bas, on observe le château d'Arcine à l'est et en face la commune de Grésin! C'est le retour, à travers la forêt, par une large piste pas trop boueuse qui descend jusqu'au Rhône, puis c'est la photo du groupe sur le pont alors que le vent se lève et la remontée vers ce village

23/03/2026 Cascade d'Eilloux avec Annie Tournier : 19 AS

Les quelques gouttes tombées au départ de Bellegarde se transforment en beau soleil à l'arrivée à Seyssel. Départ le long du Rhône, traversée du pont pour gagner par le chemin de la gare le hameau de Mancin . De là, montée assez raide direction La Brune. On suit le sentier pour gagner le ruisseau de Peysieux que l'on remonte jusqu'à la cascade d'Eilloux bien en eau à cette époque. On continue par bois et campagne pour passer (rapidement) devant l'Hepad et atteindre Gignez. Montée direction les combes, puis on bifurque direction Fontaine. Traversée de la route et on marche secteur Corbonod en bordure des vignes. Enfin, chemin du retour pour passer par le point de vue de la grange aux moines qui nous offre de superbes panoramas sur Seyssel, le Rhône et tout le bassin environnant ainsi qu'une exposition de statues métalliques (de Don quichotte ?) On rejoint les voitures par le centre-ville pour terminer cette agréable randonnée aux paysages variés entre campagne, vignes, points de vues, et bien sur la cascade superbe ce jour. 10 km, 350 m de dénivelé. Merci Annie. F.G

30/03/2026 : Les Graniteurs : annulé

06/04/2026 : Seyssel rive gauche avec Annie: 13 AS

Départ agréable sur la voie verte le long du Rhône. Pause à la rencontre de notre ami Jacques Marandet qui circule à vélo. On quitte le Rhône pour grimper le sentier de la Rochette, passer aux Molasses, et

parvenir par sentiers et petites routes à Vens d'en Haut. On continue par faux plats montants et petites grimpettes pour parvenir au Crêt, point haut de la balade (510m) Ensuite, parcours très panoramique pour passer «les Côtes d'en haut» et «Les Côtes d'en bas» et admirer quelques belles maisons de style ancien et fours à pain rénovés. Enfin, par un chemin raide on regagne le centre ville pour rejoindre le port par l'ancien pont. Belle balade, un peu sportive, avec de beaux panoramas sur Seyssel, les méandres du Rhône, et le Colombier en face. 9.4 km 310 m de dénivelé. Toute l'équipe a été surprise par la chaleur du jour. F.G

A2- Les BD du vendredi

13 /03/2026- Balade mi-campagne mi-citadine avec Annie Tournier : 24 AS

Depuis les Etournelles, nous longeons l'aérodrome pour arriver au ranch Porret, puis surplombant le "futur village de marques", nous ne constatons pas une grosse avancée des travaux... Après la traversée de la route de Vouvray, montée en direction du centre aéré, redescende par le lotissement du Crozet pour mieux remonter dans un pré et se diriger vers le Bois des Pesses. De lotissement en lotissement, nous voici à Musinens où, slalomant entre les bâtiments, nous arrivons à l'entrepôt des chaussettes ! Petite halte pour ceux et celles qui veulent acheter et continuation pour les autres à travers le parc des Etournelles pour retrouver les voitures. Temps couvert mais idéal pour marcher, bonne température pour cette balade très variée, pleine de découvertes. 8 km et 150 m de dénivelée Merci Annie.

20/03/2026 : Le Pont Romain avec Annie Tournier : 37 AS

Depuis le parking au-dessus du Château de Mussel, nous marchons en direction du pont dit "Romain". Il reste encore assez d'eau pour faire quelques petites cascades sur ce ruisseau appelé Poët. C'est là que Daniel vient nous rejoindre, habitant Villes, il va faire un bout de chemin avec nous. On arrive à la route, et un chemin sur la droite nous permet, par champs et sentiers, d'accéder au village, en évitant la longue montée sur la route. Voici donc Villes aux belles maisons restaurées, sa chapelle (site clunisien dépendant de l'abbaye de Nantua), et son tilleul, le Sully, à l'âge indéterminé et variable suivant les documents, en tous les cas, plusieurs fois centenaire ! Nous rejoignons Ochiaz puis, à travers les prés, la route de Mussel et récupérons le chemin boueux qui nous ramène aux voitures. Au passage, nous longeons un beau champ de colza en fleurs et découvrons un cimetière de pylônes déracinés ces dernières semaines. Bonne balade, la plupart du temps dans les bois et sous le soleil, avec une bonne température. 8 km et 125m de dénivelée. Merci Annie. AP

27/03/2026 / Menthieres avec Odile Sauce :13 AS

Balade prévue à Menthieres, les giboulées de neige et le froid de la veille perturbent le planning, Odile nous concocte un autre tracé.

Les doudounes sont ressorties, c'est bien encapuchonnés et sous un petit vent froid que nous partons direction Chatillon en traversant la zone industrielle. Nous voici aux Etournelles,

descendons sur l'étang du Nièvre et longeant les établissements Famy, remontons sur Ardon pour prendre la Combe de Vaux. Il y fait bon, le vent s'est calmé. On prend le temps d'admirer quelques maisons aux murs très fleuris, et on traverse à Vouvray. Ce chemin nous mène à l'autoroute que l'on "franchit" par dessous pour rejoindre l'ancien ranch Porret. Retour sur route et à travers les immeubles à notre point de départ où l'on retrouve le vent en même temps que les voitures.

Balade de 11 km, 200 m de dénivelée et 3h30 de marche vivifiante. Merci Odile. AP

03/04/2026 : ELOISE avec Eric Miscischia : 24 AS

Partis de la place du village, nous prenons la direction de la Barcy. Un sentier nous mène de loin d'abord puis de plus en plus près à l'autoroute que nous longeons un moment. Nous marchons dans la forêt communale d'Eloise. Bifurquant en épingle à cheveux, nous descendons jusqu'à l'Epéry, qui est à la fois un lieu et un ruisseau, et descendons au milieu de prés ou bois.

Traversée campagnarde pour retrouver notre trace de départ. Dans Eloise, Eric nous dirige vers la route d'arrivée afin de profiter d'un joli panorama verdoyant de l'autre côté du Rhône avec les villages de Vanchy et Grésin posés au milieu.

Balade de 7 km et 100m de dénivelée pour 2 h de marche, sous un beau soleil et une température de saison enfin revenue. Merci Eric pour ce nouveau parcours. AP

B - AFFAIRES COURANTES :

B1 - Rando gourmande: ce sera le jeudi 23 juillet (lieu et autres informations dans le prochain «pas à pas»)

B2 - Planning des sorties 3P et BD de mai et juin (en annexes)

B3- 17/05: la Valromeysanne. Départ de Champagne en Valromey

Prochaine réunion le Mercredi 6 mai à 18 h