



CA du 11 juin 2026

Étaient présents:

O Sauce, C Cretel, C Rimbault, G Beaurepaire, B Marandet E Miscischia, MC Fournet, A Grenier, MT Brunet, J.M. Pillet, F Garçon, A Tournier, JP Louvion

Excusés : R Multin, M. Lemaitre, S. Porrovecchio

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

A-BALADES

A1- Les 3 P du lundi

11/05/2026 - Sur Lyand : annulée pluie

18/05/2026 - annulée pluie

25/05/2026 : Le Mont Cornet avec Annie Tournier : 14 AS

Au vu des températures annoncées, Annie décide de faire la balade le matin. Nous partons du parking des Neyrolles en direction du mont Cornet où au 13ème siècle un poste de garde surveillait l'ennemi. Nous passons sous l'autoroute A40 pour arriver au carrefour les vignettes et nous continuons sur un chemin forestier avec une pente régulière et ombragée. Arrivé proche du mont Cornet nous prenons le sentier à gauche et attaquons une bonne dénivelée avec des passages caillouteux. Au sommet nous observons les ruines du poste de garde et avons

aussi la vue sur l'autoroute ainsi que les montagnes du jura avec le Reculet comme repère. La descente se fait prudemment et retournons jusqu'au carrefour les vignettes et prenons la direction du belvédère de la Doye et rejoignons les voitures par un beau chemin ombragé qui longe un ruisseau.

Merci Annie pour cette belle balade de 9 km et 300 m de dénivelé. EM

01/06/2026 : Au fil de la Dorche avec Salvatore : 21 AS

Au départ de Chanay, en passant devant l'église fortifiée, descente vers la droite pour rejoindre la Dorche, labellisée rivière sauvage récemment .

Un parcours agrémenté de pupitres d'informations permet désormais de suivre cet affluent de la rive droite du Rhône . Passage devant un haras en terrain découvert puis descente plus agréable dans les bois, vers le bas du hameau de Dorche . Le village était important au Moyen Age, poste avancé de la Maison de Savoie qui voulait contrôler la navigation sur le Rhône. Pause ombragée sous le château de la seigneurie dont il ne reste que ruines. Au fil de la Dorche, l'objectif suivant est la cascade . Après les mises en garde de sécurité du pilote, la descente vers le belvédère s'avère plus facile car bien aménagée . Après le bain de fraîcheur, il faut remonter, puis reprendre le sentier de descente vers le Rhône, et après le petit pont de bois, la végétation se fait plus dense et agressive dans les ronces . Arrivés à la voie ferrée, on remonte à gauche par une large piste puis le gros de la troupe progresse vers un cellier bien conservé, la culture de la vigne, triomphante autrefois sur ces coteaux ensoleillés, s'est peu à peu rétrécie mais les vieux celliers ponctuent le paysage.

De là-haut, la vue se déroule sur les monts de Savoie et la vallée d'un Rhône couleur émeraude mais il faut laisser la large piste pour basculer à droite sur un sentier plus étroit coupé de troncs d'arbres enchevêtrés qu'il nous faut enjamber . Rude montée à droite du ruisseau voisin des Peillettes, par un sentier peu ombragé avant de déboucher sur une piste qui traverse le plateau en direction de Contamine . On approche de Chanay mais cette fois la montée au village est adoucie par les senteurs mêlées des tilleuls et des rosiers en pleine floraison!

Belle découverte par une journée encore chaude, 7kms, 300m de dénivelé, merci Salvatore, merci François . AMS

08/06/2026 : Le sentier des Charbonniers avec François Garçon : 20 AS

Nous partons du parking de Chanay et traversons le village de Boconod puis empruntons un chemin forestier, la chaleur est lourde. Pendant la montée nous admirons de belles fleurs "les campanules agglomérées, les églantiers en fleurs, des lys martagons, des ancolies etc.." ainsi qu'une roche avec une petite croix (A l'époque il y avait une procession jusqu'en 1960 où le curé bénissait les Charbonniers, les bûcherons qui travaillaient à la montagne)

Après une longue montée régulière nous arrivons sur la route qui rejoint le col de Richemont. Nous rentrons dans la forêt pour prendre le sentier des charbonniers où il reste des ruines de four qui servait à faire du charbon de bois. Nous arrivons au sommet et c'est la longue descente jusqu'au parking en passant par le sentier Saint Pierre.

Temps agréable avec une petite averse qui aura duré 2/3 minutes juste pour nous faire sortir les K Way.

Balade de 10 km 500 avec 450m de dénivelé Merci François. EM

A2- Les BD du vendredi

08/05/ 2026 Le Ronde des lavoirs de Bassy avec Salvatore: 26 AS + les 2 garçons d'Odile

Depuis le centre du village, nous empruntons le sentier agricole où nous découvrons le premier lavoir. Nous entrons dans la forêt d'où on aperçoit le Rhône en contrebas, puis c'est la montée le long de l'orée du bois avec de belles vues sur le fleuve et les villages d'en face (Puthier, Silans, Orbagnoux ?). Nous arrivons à Chez les Métral puis Veytrens, sur une maison, une frise en relief nous montre les animaux de la ferme. On amorce le retour au milieu des prés et des champs entourés de paysages vallonnés. Dans ce petit coin de Haute Savoie, les escholhtzias sont à toutes les portes et même sur le bord des routes, avec leur ton jaune orangé vif, c'est un vrai bonheur. Deux autres lavoirs étaient sur notre chemin au cours de la balade. Un sans-faute pour la première de notre pilote, même la température (très chaude) était là, un grand merci à Salvatore pour cette sortie de 6,5 km et 175 m de dénivelée. AP

15/05/2016 : annulée pluie

22/05/2026 : La Namphée avec Jacqueline Radisson : 24 AS

La très chaude température n'a pas découragé les AS. Depuis Montanges, longeant au départ Pré Basson, nous descendons jusqu'à la Namphée, petit hameau où quelques anciennes fermes s'étaient installées au pied de la falaise. Petit havre de paix, la fontaine située au milieu a permis à certaines de se rafraichir les bras. On ne remonte pas par le sentier pentu et étroit habituel, mais un peu plus loin, un chemin plus large, en montée plus douce nous permet de rentrer dans le bois en direction de Champfromier. Il y fait bon. Puis demi-tour (la Pierre Percée sera pour un autre jour), pour revenir sur nos pas et retrouver notre point de départ. Les dernières pluies et la chaleur leur succédant ont fait éclore les fleurs, beaucoup de boutons d'or, des tapis de saponaire, des ancolies, du sainfoin, mélittes etc...Merci Plant Net. Merci aussi à Jacqueline qui a pris soin de nous: arrêts fréquents et incitation à boire pour cette balade de 7.5 km et 240m de dénivelée. AP

29/05/2026 Lac Genin avec François Garçon : 26 AS

Les températures élevées des après-midi ont incité François à programmer la balade le matin, bonne idée.

Depuis le parking du lac, nous remontons sur la route d'arrivée pour la traverser et monter dans la forêt. Il y fait bon, le sentier est agréable. De petits chemins en petits chemins, reliés entre eux par de courts passages sur routes, notre circuit nous ramène au lac. Celui-ci, entouré de grands sapins, nous offre une vue magnifique, quelques nénuphars sur l'eau, le populage des marais, des géraniums sauvages forment des taches colorées sur les berges. Nous avons même

vu des narcisses dans un pré. Si les bords du lac étaient calmes ce matin, ils se sont peuplés depuis ! Belle balade forestière appréciée pour l'ombre prédominante et qui a satisfait tout le monde.

Merci François pour cette sortie de 6.5 km et 180m de dénivelée. AP

05/06/2026 : Noircombe et la Valserine avec Jacqueline Radisson : 11 AS

11 A.S bravent la météo douteuse et se retrouvent à Chézery. Départ de la balade le long de la valserine pour gagner l'oratoire de Fontaine bénite.

Oratoire fondé en 1648 en l'honneur de Saint Roland (selon la légende, Saint Roland fit jaillir une source dont l'eau était réputée pour soigner les maux de tête et ventre ainsi que les maladies des yeux. C'était un lieu de dévotion et de pèlerinage) on continue pour rejoindre les ruines du Moulin Thomas (ce moulin entraîné par les eaux de la Valserine transformait en farine les céréales des fermes alentour) Bonne grimpe après le moulin pour parvenir au hameau de Noire Combe où nous sommes accueillis gentiment par le couple gestionnaire de la chèvrerie . Visite des étables, explication du métier. Les plus gourmands en profitent pour faire quelques achats de fromage . Puis c'est la redescente à Chézery , finalement sous le soleil .D'un commun accord , l'équipe décide de terminer cette gentille balade par une consommation à la terrasse de l'hotel Blanc. Agréable boucle de 6 km pour 190 m de dénivelé. Merci Jacqueline qui promet de réorganiser cette balade dans l'été pour ceux qui n'ont pas pu ce jour.

B - AFFAIRES COURANTES :

B1 - Rando gourmande, jeudi 23 juillet, le Danay à La Clusaz

- 2 randonnées proposées: l'une de 3 h avec 360 m de dénivelée, l'autre de 2 h 30 avec 220 de dénivelée
- Possibilité d'une petite balade autour du lac des Confins, de visiter une chèvrerie ou de prendre la navette pour flâner dans La Clusaz
- Repas à la Chenillette. Menu: œuf parfait en brioche moelleuse, crème de reblochon, salade verte parfumée + paleron de bœuf braisé, polenta crémeuse, poêlée de courge et fèves + Tartelette myrtille-citron meringué + apéritif, café et vin
- Coût: repas + trajet = 55 € par chèque au nom des «Amis des sentiers»
- Départ à 7 h le 23/07, RDV sur le parking devant la piscine
- Inscriptions jusqu'au 14 juillet (57 places dans le car) auprès de:
Christiane Cretel edouard.cretel@orange.fr tél: 06 07 54 17 24

B2 - Balisage sentiers « handi'rando »

Notre vice-président a, seul, balisé, voie du tram et parcours sur le Retord. Merci François

B3 - Calendriers juillet et août

B4 – Marche nordique:

Elle prend des vacances en juillet et août.

Prochaine réunion le jeudi 09 juillet à 18 h 30