

LES RANDONNÉES SAVOYARDES

Programme ÉTÉ 2024



CONDITIONS POUR PARTICIPER AUX RANDONNEES :

- 1 **L'inscription est obligatoire.** Dès que la randonnée est confirmée par l'animateur, les adhérents désirant s'inscrire doivent le prévenir par mail. **(dernier délai : veille de la randonnée midi)**
- 2 **On doit avoir la licence en vigueur sur soi.** Chaque randonneur doit avoir dans son sac un masque et du gel hydro alcoolique pour les lieux et les situations où il est préconisé de les utiliser
- 3 **Avoir pris connaissance et appliquer les dispositions du règlement intérieur.** Il peut être consulté sur le site <https://www.les-randonnees-savoyardes.fr/>
Cela concerne en particulier, l'équipement, le choix de randonnées adaptées à sa capacité et le respect des consignes données par l'animateur.

REMARQUES :

- 1 Merci d'arriver 10' avant le départ pour organiser le covoiturage.
- 2 La participation aux sorties hivernales avec raquettes se fait obligatoirement avec l'équipement DVA- pelle-sonde, lorsqu'il est prescrit au programme. Pour s'inscrire à une sortie avec DVA, il faudra impérativement être à jour de la formation à l'utilisation du DVA-pelle-sonde organisée en interne par l'association. Chaque détenteur de DVA veille à faire réviser son matériel suivant les informations données par le fabricant.
Aucune dérogation à la décision prise au plus tard la veille, ne sera accordée le jour de la randonnée
- 3 Pour toute demande d'information complémentaire sur la nature de la randonnée, téléphoner l'avant-veille à l'animateur entre 19 et 20 h.
- 4 Les sorties peuvent être modifiées ou annulées si les conditions météorologiques sont mauvaises.
- 5 En cas d'empêchement, l'animateur s'efforcera de trouver une solution de remplacement.
- 6 L'emplacement des parkings est consultable sur le site Internet (<https://www.les-randonnees-savoyardes.fr/espace-adh%C3%A9rents/covoiturage-parkings/>)
Il est précisé que les kms indiqués, ci-après, dans le programme sont indicatifs depuis l'Eglise Ste-Bernadette pour TCS retirer 16 km AR.
- 7 Si des adhérents organisent une sortie parallèle le même jour, cette sortie n'engage en aucune façon la responsabilité de l'Association ni de son Président, conformément à l'article 5 du règlement intérieur.

Le covoiturage

Le prix est calculé par voiture: 0,40 €/km- (péages en plus), chacun paye les frais du total des voitures divisés par le nombre de participants.

Les adhérents proposant leur voiture pour le covoiturage, que ce soit pour les sorties hebdomadaires ou les séjours, s'engagent à être habilités aux plans administratifs (permis de conduire valide, assurance) et technique (aptitude à la conduite, véhicule en état).

Sauf pour les conducteurs qui ne souhaitent pas prendre de passagers, les recommandations sont les suivantes : 4 personnes par voiture avec respect des conditions sanitaires en vigueur au moment du déplacement.

Randos Douces / Rando santé : Les randos douces qui ont le label ® sont éligibles aux spécifications des randonnées santé c'est-à-dire limitées en dénivelé, durée et difficulté. Pour plus de précision vous pouvez consulter la page <https://haute-savoie.ffrandonnee.fr/html/7172/rando-sante>

Randonnées signalées en vert :

Cela signifie que plusieurs propositions de randonnées sont proposées le même jour, généralement avec des niveaux de difficulté différents.

Niveaux de difficulté et cotations :

| | | | |
|---------------|----------------------------|--|----------------------------------|
| Randos Santé | 1/2 Journée le Jeudi | Maxi : 2h de marche effective, 200m de dénivelé, pente < 15% IBP index <50 | |
| Randos douces | 1/2 Journée le Jeudi | Maxi : 3h de marche effective, 300m de dénivelé, pente < 15% | |
| PT | Pour Tous | 0 - 350 m | Mardi - Dimanche jeudi ½ journée |
| M | Moyen | 350 - 700 m | Mardi - Dimanche |
| BM | Bons Marcheurs | 700 - 1000 m | Dimanche - Jeudi |
| TBM | Très Bons Marcheurs | > 1000 m ou Distance > 15 km | Jeudi |
| TBMA | Très Bons Marcheurs Alpins | > 1000 m Passages techniques ou aériens | Jeudi |

Le système de cotation de la fédération ci-dessous permet une évaluation de l'effort, de la technicité et du risque sur une échelle de 1 à 5

A titre d'exemple les randos douces ne dépasseront pas 2 alors que les randos du jeudi à la journée pourront aller jusqu'à 5

Cette évaluation sera mentionnée progressivement dans la colonne 'Cote' en supplément des mentions existantes PT, M ... afin d'apporter une information plus précise.

Un indice appelé IBP index est également évalué. L'IBP index est calculé sur la base de la trace de la randonnée. Il donne une évaluation de l'effort cumulé en fonction de la dénivellée et de ses variations.



Indice E (Effort) :

IBP 0 à 25, randonnée facile, sans difficulté physique particulière (Rando Santé)

IBP 26 à 50, randonnée assez facile, peu de difficultés physiques (Rando Santé)

IBP 51 à 75, randonnée peu difficile, nécessite un engagement physique mesuré

IBP 76 à 100, randonnée assez difficile, nécessite un engagement physique certain

IBP > 100, randonnée difficile, présente des difficultés et nécessite un engagement physique important

Indice T (Technicité) :

Pas d'obstacle particulier, aucune difficulté de progression (ex : parcours urbain). La pose du pied s'effectue à plat.

Présence d'obstacles d'une taille inférieure ou égale à la hauteur de la cheville. La pose du pied s'effectue en recherchant des zones à plat ou confortables du support, assez facilement repérables

Présence d'obstacles d'une taille inférieure ou égale à la hauteur du genou. La pose du pied s'adapte à l'irrégularité du support. Le placement des appuis se fait sur les zones de meilleure adhérence.

Présence d'obstacles d'une taille inférieure ou égale à la hauteur de la hanche. La pose du pied (pointe ou talon) s'adapte à l'irrégularité générale du support. Les bâtons sont nécessaires à un bon équilibre.

Présence d'obstacles d'une taille supérieure à la hauteur de la hanche. Les franchissements nécessitent l'utilisation des mains. Les passages peuvent être sécurisés par des équipements. Les bâtons peuvent être une gêne à la progression



Indice R (Risque) :

Risque d'accident faible, exposition au danger mineure (ex : chemin blanc en forêt, voie verte, itinéraire urbain avec aménagements piétonniers, itinéraire rural sans accidents de terrain marqués)

Risque assez faible, exposition au danger limitée. Blessures possibles mais mineures (ex : chemin au relief assez marqué avec présence de talus, luxation ou entorse possibles en cas de chute...).

Risque peu élevé, exposition au danger avérée (exemple : itinéraire vallonné exposant le randonneur sur certains passages à de graves blessures, fractures...).

Risque assez élevé, exposition au danger forte. Blessures graves et multiples possibles. Danger de mort possible (ex : itinéraire de randonnée de montagne présentant des passages délicats à fort dévers, pentes raides exposées multiples, équipement possible, présence de barres rocheuses...).

Risque élevé, exposition au danger maximale. Danger de mort certain en cas de chute (ex : itinéraire de type alpin avec engagement physique total, falaises, barres rocheuses multiples, itinéraires équipés de prises et de mains courantes).



| Date | Titre | Alt | Ville | AR | Description et parking | Den | Dur | Km | Cote | P | heure | Carte(s) | Animateur Tel |
|--|-------------------------|------|-------------------------|-----|---|------|------|-----|------------------------|-----|-------|----------|------------------|
| Du 2 au 8 juillet séjour dans le Val Maira | | | | | | | | | | | | | |
| mardi 02 07 | Roche de MIDI | 1996 | Grand Naves | 160 | P. Grand Naves (1316m) - Les Grands Dabeleys - Lachat (1854m) - Sommet (En Ligne) | 680 | 5h00 | 9,2 | M | TCS | 8h00 | 3532 OT | Alain Du. |
| mardi 02 07 | CEVINS | 550 | CEVINS | 100 | P. Mairie Cevins - Batardin-Source captée - Luy de Four - La Roche - ND des Neiges La Montaz - Mairie | 220 | 3h30 | 8 | PT E2T2R2 IBP 30 | TCS | 9h | 3532 OT | Claire |
| jeudi 04 07 | Croix du Nivolet | 1545 | Méry | 90 | P. Eglise - Malpassant - Pragondran - Sommet (1545m) - Le Sire - Passage du Croc - Malpassant - Parking (circuit) | 1500 | 7h30 | 15 | TBM | TCS | 6h30 | 3332 OT | Luc |
| Jeudi 04 07 Rando Douce ® | Les GRANGETTES | 683 | La Compôte | 80 | P. Eglise - Fressoz - Pont d'Escorchevel - La Compôte (circuit) | 120 | 2h00 | 5 | PT | TCS | 13h30 | 3432 OT | Gisèle |
| Vacances scolaires du 6 juillet au 31 aout | | | | | | | | | | | | | |
| dimanche 07 07 | De Sixt à Beauregard | 1640 | St Jean de Sixt | 55 | P.Sixt (880) - Sebla - Parmi Vaunessins - plateau de Beauregard - retour par le Patton - le bois de l'Ars et les chalets des Lombardes (circuit) | 800 | 5h | 13 | BM IBP81 | ALV | 8h | 3430 ET | Virginie |
| mardi 09 07 | Refuge GRAMUSSET | 2164 | Grand Bornand | 102 | P. Col des Annes (1721m) - Col de l'Oulettaz - Refuge (2164m) (En Ligne) | 547 | 3h30 | 7 | M IBP 77 | TCS | 7h30 | 3430 ET | Myriam |
| mardi 09 07 | Pointe de Miribel | 1581 | Plaine-Joux - Bogève | 120 | P. Foyer ski de fond (1249m) - La Tornerie - oratoire des Fangles - Ajon (1428m) - sommet - retour par le Replan - La Fully (circuit) | 460 | 3h00 | 7 | M T2/ R2 IBP 57 | ALV | 8h00 | 3429 ET | Brigitte M. |
| jeudi 11 07 | Trou de la Mouche | 2453 | La Clusaz | 80 | P.Les Confins 1432m - Combe de Paccaly - Passage du Père - Trou de la Mouche - Descente Combe du grand Crêt - La Lanchette (Circuit) | 1020 | 6h30 | 10 | TBM | ALV | 8h00 | 3430 ET | Luc |
| Jeudi 11 07 Rando Douce | Autour du château | 730 | Faverges | 40 | P. CCSLA (515m) - La Biolle - Chez Sallet - Verchères - Chambellon - Descente par le château - (Boucle) | 230 | 2h | 5,6 | PT | TCS | 13h30 | 3431 OT | Jean Louis |

| Date | Titre | Alt | Ville | AR | Description et parking | Den | Dur | Km | Cote | P | heure | Carte(s) | Animateur Tel |
|------------------------------------|---|------|----------------------------|-----|---|------|------|----|----------------|---------------------|-------|----------|--------------------------|
| dimanche 14 07 | Croix JEAN CLAUDE | 2085 | St Martin de Belleville | 190 | P. Hameau Béranger (1590m) - Roc de la Lune - Dos de Crest Voland - Croix Jean Claude (2085m) - Plateau de Leschaux - Cacabeurre - Les Dogettes Béranger (Circuit) | 700 | 5h00 | 9 | BM | TCS | 7h30 | 3534 OT | Brigitte S. |
| mardi 16 07 | Circuit des Pointières | 1220 | Queige | 95 | P. Hameau des Pointières (942m) - Sentier balcon « musée » de l'évolution d'un hameau sur 50 ans (Circuit) | 300 | 3h00 | 6 | PT E2/T2/R2 | TCS | 9h00 | 3432 ET | Alain Du. |
| mardi 16 07 | Tour des Annes | 1869 | Le Grand- Bornand | 75 | P. La Duche (1523m) - Clé des Annes - Col des Annes - Tête des Annes - Col de Borne Ronde - Bois de la Duche - Parking (circuit) | 520 | 5h00 | 10 | M | ALV | 8h30 | 3430 ET | Luc |
| jeudi 18 07 | Parmelan | 1832 | Aviernoz | 40 | P. Les Fontaines - Montagne de la Foge - Grotte de l'enfer- Chalet Dunant - Crêt Outalays | 900 | 6h | 14 | BM E4/T2/R2 | TCS | 8h | 3430OT | Stéphane |
| Jeudi 18 07 Rando Douce ® | Monument PIERRE LAMY | 676 | St Jorioz | 15 | P. Collège (465m) - Route des Moulins - Monnetier - Monument Pierre Lamy (676m) - Route du col de Leschaux - retour par rive droite - Château de Villard - Monnetier (Circuit) | 220 | 3h00 | | PT | Eglise st Jorioz | 8h30 | 3431 OT | Alain De. |
| dimanche 21 07 | Mont CLOCHER | 1950 | Hauteluze | 150 | P. Hauteluze (1130m) - Le Planay - Les Moilles - GR tour du Beaufortain jusqu'au Mont Clocher (En ligne) | 830 | 4h40 | 11 | M | TCS | 7h30 | 3531 OT | Virginie et Benoit K. |
| mardi 23 07 | Chalet de l'Aulp par Coche Cabane | 1426 | Talloires | 32 | P. Rte forestière de Talloires (930 m) - Les Deuvets - Forêt de la Coche - Chalet de l'Aulp (1426) -en ligne | 530 | 4h00 | 7 | M IBP 56 | ALV | 8h30 | 3431 OT | Denis |
| mardi 23 07 | Mont Thabor | 3178 | Valfréjus | 170 | P. Le Lavoir - Col de la Vallée étroite - Lac du Peyron - Col des Méandes - Sommet (3178m) - en ligne | 1600 | 9h30 | 22 | TBM | TCS | 5h | 3531 OT | Luc |
| jeudi 25 07 | Mont JOLY | 2525 | Megève | 125 | P. Le Planay (1439m) - Hermance - Mt Gérard - Mont Joly (En Ligne) | 1080 | 6h30 | 12 | TBM IBP 115 | TCS | 7h00 | 3531 OT | Brigitte S. |
| jeudi 25 07 | Mont JOLY | 2525 | Megève | 125 | P. Le Planay (1439m) - Le Leutellet - Tête de Veleray- Mont Joly - Mont Gérard - Hermance (En boucle) | 1200 | 7h00 | 13 | TBM IBP 133 | TCS | 6h30 | 3531 OT | Jean Louis |

| Date | Titre | Alt | Ville | AR | Description et parking | Den | Dur | Km | Cote | P | heure | Carte(s) | Animateur Tel |
|------------------------------------|--|------|-----------------------|-----|--|------|------|------|----------------|-----|-------|----------|------------------|
| jeudi 25 07 Rando Douce | Les hameaux de Leschaux | 920 | Leschaux | 18 | P. stade de foot leschaux. Village, la touvière, la bauche, sentier des arbres et retour P. | 240 | 2h30 | 6,5 | PT | TCS | 13h30 | 3431 OT | Gisèle |
| dimanche 28 07 | Lacs de la TEMPÊTE | 2086 | Arêches | 140 | P. Lac de St Guerin (1559m) - Col de la Louze (2119m) - Lac des Tempetes (2131m) (En Ligne) | 710 | 5h00 | 12 | M | TCS | 7h30 | 3532 OT | Michel R. |
| mardi 30 07 | Le Nivolet | 1042 | St-Offenge | 50 | P. St-Offenge (690m) - Route forestière - Le Nivolet (1042m) - Les Suavets (en boucle) | 350 | 2h30 | 6 | M IBP 43 | TCS | 9h00 | 2432 OT | Denis |
| mardi 30 07 | Chalet de VARAN | 1609 | Passy | 160 | P. Le Coudray (1090m) - Le Pertuis - Chalet de Varan (1609m) (Circuit par Charbonnière et Thierra) | 640 | 5h00 | 10 | M | ALV | 8h00 | 3530 ET | Brigitte S. |
| mardi 30 07 | Croix de Belledonne | 2926 | Domène- Revel | 220 | P. Pré Raymond - Refuge de la Pra - Lacs du Domenon - Sommet (2926m) - en ligne | 1800 | 10h | 20,5 | TBM | TCS | 5h | 3335 OT | Luc |
| jeudi 01 08 | Refuge de PRESSET | 2514 | Cornet de Roselend | 155 | P. Cornet de Roselend (1968m) - Combe de la Neuva (1968m) - GRP Tour du Beaufortain - Col du grand Fond (2671m) - Refuge de Pisset - Col sans nom (2447) (En Ligne) | 1011 | 6h | 17,4 | TBM IBP 125 | TCS | 7h15 | 3532 OT | Myriam |
| Jeudi 01 08 Rando Douce ® | MONT SAINT MICHEL | 895 | Curienne | 100 | P. Curienne (700m) - Montmerlet - Mont Saint Michel - Chapelle (895m) (En Ligne ou Circuit) Pique-nique ? | 200 | 2h30 | 5 | PT | TCS | 8h30 | 3432 OT | Jean Louis |
| dimanche 04 08 | Pointe de Sosay et Rochers de Leschaux | 1936 | Puze | 104 | P. La Sarnia (1547m) - Comborse - Pointe de Sosay - Col de Cenise - Rochers de Leschaux (1936m) - La Sarnia (Circuit) | 700 | 5h30 | 11 | BM | ALV | 7h30 | 3430 ET | Virginie |
| mardi 06 08 | Col de CHEREL | 1495 | Jarsy | 80 | P. Précherel (980m) - Pont de Leyat (1060 m) - Col (1495m) (En Ligne) | 520 | 3h30 | 8,2 | M | TCS | 8h30 | 3432 OT | Michel R. |

| Date | Titre | Alt | Ville | AR | Description et parking | Den | Dur | Km | Cote | P | heure | Carte(s) | Animateur Tel |
|------------------------------------|--|------|-------------------------|-----|--|------|-------|-----|---------------------------|-----|-------|----------|------------------|
| mardi 06 08 | Tour de la Tête à l'Âne | 2246 | Sixt-Fer à Cheval | 170 | P. Lignon - Collet d'Anterne - Refuge Alfred Willis - Col d'Anterne - Chalets d'Ayères - le Dérochoir (passage câblé) - Chalets de Sales - P. (circuit) | 1800 | 10h30 | 24 | TBMA | ALV | 5h | 3530 ET | Luc |
| jeudi 08 08 | La Tournette | 2351 | Montmin | 48 | P. Les Prés Ronds (1216m) - Chalet de l'Aulp Face Ouest -Chalet du Casset-col du Varo- «le Fauteuil» - Pointe de la Bajulaz - voie des Crêtes - Charvet-les Sétets-Les Prés Ronds (circuit) | 1200 | 6h00 | 12 | TBM IBP117 E5 T4 R4 | TCS | 7h00 | 3431 OT | Bernard |
| Jeudi 08 08 Rando Douce | Chemin de MACULLY | 513 | Poisy | 20 | P. Croix des Places (stade) - le marais - Iseta - Macully - Aire des Vernes (584m) - route de Macully - le marais | 100 | 2h30 | 5 | PT | ALV | 13h30 | 3431 OT | Alain De. |
| dimanche 11 08 | Pointe de CHALUNE et de CHAVASSE | 2116 | Praz de Lys | 170 | P. Col de la Ramaz (1535m) - Chalet Blanc (1671m) - Col de Chalune (1896m) - Pointe de Chalume (2116m) - Col de Vesinaz (1802m) - Pointe de Chavasse (2012m) (Circuit) | 770 | 4h30 | | BM | ALV | 7h30 | 3429 ET | Brigitte S. |
| mardi 13 08 | Col du Haut du FOUR | 1519 | Ecole | 80 | P. Nant Fourchu (1012m) - Fontaine de la Croix de Fer - Col (1519m) (En Ligne) | 570 | 5h30 | 9,7 | M | TCS | 8h00 | 3432 OT | Alain V. |
| jeudi 15 08 | Semnoz | 1696 | Leschaux | 40 | P. la Touvière (957m) - Le Crêt de Chatillon (1696m) - GR du Tour du Lac d'Annecy (en ligne) | 750 | 4h30 | 10 | BM | TCS | 9h00 | 3431 OT | Benoît P. |
| jeudi 15 08 Rando Douce ® | Grange des Garennes | 1425 | Leschaux | 40 | P. 1305 sur route de Leschaux au Semnoz - Grange des Garennes | 120 | 2h00 | 4,4 | PT IBP 28 | TCS | 13h30 | 3431 OT | Denis |
| dimanche 18 08 | Tour de la Tulle | 2072 | La Savatte | 80 | P. Les Fontanettes (1480m) - Aulp de Marlens (1657m) - Col des Porthets (2072m) - Aulp de Fier d'en Haut (1756m) - Sur le Freu (1683m) - Les Fontanettes (Circuit) | 730 | 4h30 | 9 | BM | ALV | 7h30 | 3531 OT | Luc |
| mardi 20 08 | Circuit des Nants | 2200 | Pralognan-La Vanoise | 200 | P. Les Prioux (1711m) - Chalet des Nants - Chalet Clou (Lac des tétards) - Plan des Bôs - Montaimont - retour Parking direct ou passage par refuge du pont de la peche | 525 | 4h00 | 9 | M IBP 74 T3/R2 | TCS | 7h30 | 3334 OT | Brigitte M |

| Date | Titre | Alt | Ville | AR | Description et parking | Den | Dur | Km | Cote | P | heure | Carte(s) | Animateur Tel |
|----------------------------------|------------------------------|------|---------------------------|-----|---|------|------|------|----------------|-----|-------|----------|------------------|
| jeudi 22 08 | La JONCTION des Glaciers | 2589 | Chamonix Les Bossons | 190 | P. Le Mont (1100m) - Chalet du glacier des Bossons (1400 m) - Le Chalet des Pyramides - Le bec du Corbeau - Le Gîte à Balmat (2530m) - Le Glacier (2589m) (En ligne) | 1600 | 7h30 | 14,5 | TBM IBP 175 | ALV | 6h30 | 3531 ET | Jean Louis |
| jeudi 22 08 | La JONCTION des Glaciers | 2589 | Chamonix Les Bossons | 190 | P. Gare du Télésiège - Montée par le Télésiège au Chalet du Glacier des Bossons (1400m) - Chalet des Pyramides - Le bec du Corbeau - Le gîte à Balmat (2530m) - Le Glacier (2589m) (En Ligne) | 1350 | 7h00 | 12,5 | TBM IBP 167 | ALV | 7h00 | 3531 ET | Brigitte S. |
| Jeudi 22 08 Rando Douce | Boucle des GORGES du FIER | 500 | Chavanod | 25 | P. Ancienne mairie de Chavanod (500m) - Côte de la Dame - cascade du Miracle - Pré Long - chemin de St-Jacques de Compostelle - Pontverre - au-dessus des gorges du Fier (384m) - retour par le chemin des Moulins et la route de Belleville - Couvent de Chavanod (Circuit) | 200 | 3h00 | 8 | PT | ALV | 13h30 | 3431 OT | Alain V. |
| dimanche 25 08 | Lac NOIR du GRAND ARC | 2014 | Aiguebelle - Montsapey | 170 | P. Lieulevé - Col des Genisses - Lac Noir - Char de la Turche - Pas des Chèvres - Source du Chenalet - Lieulever (Circuit) | 835 | 5h30 | 10,2 | BM | TCS | 7h30 | 3432 ET | Alain V. |
| mardi 27 08 | Mont COIN | 2539 | Arêches | 160 | P. Le lac des Fées (1896 m) - Le Cormet d'Arêches (2109m) - La Croix du Berger - Plan de la Marmotte le Mont Coin (En Ligne) | 650 | 3h30 | 9 | M | TCS | 7h30 | 3532 OT | Brigitte S. |
| mardi 27 08 | Les Crêtes de La Thuile | 1209 | Lac de Lathuile | 100 | P. Le Lac (877m) - Col du Mont - Rocher de Manettaz - Roche du Guet (1209) - Sous le Tapin - Roc Tornery (1135m) - P. Le Lac (circuit) | 400 | 4h30 | 9 | M | TCS | 8h00 | 3432 ET | Michel Ch. |
| Mercredi 28 08 | MAXI RANDO | | | | Maxi 1 : départ de la maison du plateau des Glières puis idem maxi 2 - environ 23km, 1400mD+ Maxi 2 : GR 96 entre Morette et le Chinaillon : ND des Neiges, Glières, sentier de l'attaque, lac de Lessy, Chinaillon - environ 33km, 2300mD+ (NB :Ce programme est susceptible d'être modifié) | | | | | | | | Luc |
| jeudi 29 08 | | | | | En attente | | | | | | | | |

| Date | Titre | Alt | Ville | AR | Description et parking | Den | Dur | Km | Cote | P | heure | Carte(s) | Animateur Tel |
|--|----------------------------|------|--------------------------|-----|--|------|------|------|----------------|--------|-------|----------|------------------|
| Jeudi 29 08 Rando Douce | Les FOURS à Chaux | 560 | Cons-Sainte Colombe | 45 | P. Circuit entre Cons-Sainte-Colombe et Marlens Visite du musée (Circuit) | 100 | 4h00 | | PT | TCS | 13h30 | 3431 OT | Gisèle |
| dimanche 01 09 | Lac BRANLAY | 2100 | Celliers | 170 | P. le Logis des Fées (1850m) retour par le lac Arpettaz (Circuit) Parcours géologique | 350 | 3h30 | 5,4 | M | TCS | 9h00 | 3433 ET | Alain Du. |
| mardi 03 09 | Col du FER | 1484 | Le Bouchet Mt Charvin | 60 | P. Col de l'Epine (947) - Ville de Rosset - Le Pré La Greubaz - Col du Fer (1484m) - Les Fauges Joëux (Boucle) | 560 | 4h00 | 8,3 | M | TCS | 8h30 | 3531 OT | Brigitte M |
| jeudi 05 09 | Circuit des AUGES | 1782 | Thuy, Le Sapey | 60 | P. Le Crêt (976m) - La grosse pierre - Refuge de la Tetaz - GRP Massif Tournette (La Rosière, La Reinette, Pas du Loup, Chalets des Auges) - Col de la Buffaz (1500m) - Le Crêt - (en boucle) | 1081 | 6h40 | 19,2 | TBM IBP 107 | TCS | 7h00 | 3430 ET | Myriam |
| Jeudi 05 09 rando douce | Vallon de BELLEVAUX | 1070 | École | 70 | P. Côte (866m) - sentier découverte - ancien village de Bellevaux (ruine) - chapelle - prieuré (monument) - retour le long du Chéran (Circuit) | 200 | 2h30 | 4 | PT | TCS | 13h30 | 3432 OT | Gisèle |
| <i>forum des associations Sevrier (date à confirmer)</i> | | | | | | | | | | | | | |
| Dimanche 8 septembre - Fête du Laudon et forum des associations St Jorioz | | | | | | | | | | | | | |
| dimanche 08 09 | | | | | En attente | | | | | | | | |
| mardi 10 09 | Lac du Clou | 1707 | Arèches | 115 | P. Le Planay - Les Granges - Nant Folselet - Lac du Clou - Les Granges - Parking | 514 | 4h30 | 11,4 | M | TCS | 8h00 | 3532 OT | Alain V. |
| jeudi 12 09 | Aiguillette des HOUCHES | 2285 | Les Houches | 200 | P. Le Merlet (1380m) - Chalets de Chailloux - Sommet - Refuge de Bellachat (2150m) (Circuit) | 1000 | 6h30 | 11 | BM | Ste B. | 7h30 | 3531 ET | Luc |
| jeudi 12 09 Rando Douce ® | Tourbière et Marais | 580 | Vieugy | 26 | P. du stade de foot de Vieugy - Bessonnet - Mathonex- Bois de Penossay - Bois de Bossonnet - Vieugy (en boucle) | 160 | 2h30 | 7,4 | PT | TCS | 13h30 | 3431 OT | Alain V. |

| Date | Titre | Alt | Ville | AR | Description et parking | Den | Dur | Km | Cote | P | heure | Carte(s) | Animateur Tel |
|---|-------------------------|-------|------------|-----------|--|------|-------|----|-----------------|--------|--------|--------------------|------------------|
| Vendredi 13 septembre Journée rentrée du Club au Salève Multirando avec repas tiré du sac et regroupement piqueunique. | | | | | | | | | | | | | |
| dimanche 15 09 | Roc de Four Magnin | 1645 | Bellecombe | 55 | P. Reposoir - Le Pontet - Précheret - Crêt du Char - Sommet - Col de Bornette - Parking (Circuit) | 600 | 4h00 | | BM | TCS | 9h00 | 3431 OT | Luc |
| du 16 au 20 septembre Séjour Randos douces et Séjour Marche Nordique dans le Jura | | | | | | | | | | | | | |
| mardi 17 09 | PARMELAN | 1832 | Villaz | 30 | P. (1169m) - Grand Montoir (1731m) (si terrain sec) - Refuge C. Dunant (1825m) - Petit Montoir (1584m) - Chalet Chappuis - Parking (Circuit) | 700 | 5h30 | | BM | Ste B. | 9h00 | 3430 OT | Ulrich |
| jeudi 19 09 | Tête nord des Fours | 2756m | Arèches | 140 km | P. Plan Mya - Col de la Sauce - col croix du Bonhomme - Tête Nord des Fours - Col du Bonhomme - Col de La Sauce | 1400 | 8h | 18 | TBM E5/T3/R4 | TCS | 6h30 | 3532OT | Stéphane |
| jeudi 19 09 Rando Douce | Vallon de TAMIÉ | 1050 | Faverges | 70 | P. Col de Tamié (907m) - Pommarey (850m) - Abbaye de Tamié (1000m) - Forêt de Plancherine (1050m) - Mallapalud (Circuit) | 250 | 2h30 | 6 | PT | TCS | 13h30 | 3432 ET | Virginie |
| dimanche 22 09 | Rochers des Enclaves | 2465 | Beaufort | 150 | P, La Gittaz (1579 m) - Lintru - Col de la Gittaz (2359 m) - Sommet(1/2 boucle) | 960 | 6h 00 | 14 | BM IBP 107 | TCS | 7 H00 | 3531 OT 3532 OT | Jean Louis |
| mardi 24 09 | Pointe d'ANDEY | 1877 | Solaison | 110 | P. La Torche (1320m) - La Chare (1400m) - Solaison (1502 m) Sommet (En Ligne) | 560 | 4h30 | | M | Ste B. | 8h30 | 3430 ET | Luc |
| jeudi 26 09 | Gouille des Fours | 2120 | Sallanches | 160 | P, Lintre (990 m) - Pierre fendue - Chalet de Cœur - Gouille des Fours - Cascade des Fours (boucle) | 1300 | 7 h | 18 | TBM IBP 136 | Ste B. | 6 h 30 | 3430 ET | Jean Louis |
| jeudi 26 09 | La Vallée de Cœur | 1710 | Sallanches | 160 | P. Lintre (990 m) - Pierre fendue - Chalet de Cœur - (En ligne) | 850 | 6H 00 | 13 | BM IBP 90 | Ste B. | 7 h 30 | 3430 ET | Brigitte S. |

| Date | Titre | Alt | Ville | AR | Description et parking | Den | Dur | Km | Cote | P | heure | Carte(s) | Animateur Tel |
|------------------------------------|---|------|------------------------|-----|--|------|------|------|--------------|--------|-------|--------------------|------------------|
| Jeudi 26 09 Rando Douce | La Bombardellaz | 1601 | La Clusaz | 80 | P. Les Confins (1450) - Paccaly - La Pierre Marquée - Oratoire de La Bombardellaz (1601) (en ligne) - avec pique-nique | 180 | 3h00 | 7,1 | PT IBP 33 | Ste B | 9h00 | 3430 ET | Denis |
| dimanche 29 09 | Pointe de la VELIERE | 2467 | Champagny le Haut | 200 | P. Refuge du Bois à Champagny (1450m) - GR Tour de la Plagne - Plan du Bouc (1952m) , Le Tougne (2200m) - Croix du Sommet (2467m) - Col de la roche de Moi (2502m) - la Grande Perrière - chalet de la Vélière (2162m) (Circuit) | 1064 | 5h30 | 12,5 | TBM | TCS | 7H30 | 3532 ET | Brigitte S. |
| mardi 01 10 | Planfait | 970 | Bluffy | 20 | P. Cimetière de Bluffy - Nant des Charmières - Rochers des Moillats - Ponnay - Plainfait (départ parapente) - Nant des Charmières (En boucle) | 420 | 4 h | 9 | M | Ste B. | 9h30 | 3431OT | Denis |
| mardi 01 10 | Chalets de la FULLIE | 1390 | Ecole | 90 | P. Ecole (725m) - GR 96 de pays - Plan du Mont - Fontaine du Zilet - Chalets (1390m) (En Ligne) | 670 | 4h00 | 9 | M | TCS | 8h00 | 3432 OT | Michel Ch. |
| jeudi 03 10 | Nid d'Aigle | | Bionnassay | 170 | P. Les Bettières - Col du Mont Lachat -Dérochoir - Col des Rognes - Nid d'aigle (refuge en option) - retour par les Echelles (circuit) | 1450 | 9h | 15 | TBM | TCS | 5h30 | 3431 OT | Luc |
| jeudi 03 10 Rando Douce ® | Les CHARMETTES Promenade jj Rousseau | 321 | Chambéry | 110 | P. Carmel de Barberaz -les charmettes- visite maison JJ rousseau/Mme de Warens- | 195 | 2h30 | 5,3 | PT | TCS | 12h30 | 3332 OT | Claire |
| dimanche 06 10 | Refuge de La PRA | 2126 | Domène- Revel | 220 | P. après Granges de Freydière (1365m) - Lac du Crozet (1974m) - Arrêt possible - Vallon du Mercier - Col de la Pra (2170m) - Refuge (En Ligne) | 850 | 6h00 | | BM | TCS | 7h00 | 3431 OT | Alain Valluy |
| mardi 08 10 | Col de la FRASSE | 1379 | Entrevernes | 50 | P. Membert (930m) - Les Bochettes - Col (En Ligne) | 700 | 4h30 | 10,5 | BM | TCS | 9h00 | 3431 OT 3432 OT | Ulrich |
| mardi 08 10 | Col de la FRASSE | 1379 | Bellecombe en Bauge | 55 | P. Mont Derrière (1030m) - Col de la Frasse (En Ligne) | 350 | 3h00 | 7 | PT | TCS | 10h00 | 3432 OT | Jean Louis |

| Date | Titre | Alt | Ville | AR | Description et parking | Den | Dur | Km | Cote | P | heure | Carte(s) | Animateur Tel |
|--|--|------|-----------|-----|---|------|------|------|----------------|--------|-------|----------|------------------|
| jeudi 10 10 | SAMBUY | 2198 | Seythenex | 70 | P. Les Chaffauds (900m) - Rapanet - Grange du Solliet (1135m) - Bergerie du plan du Tour - - Chalet de La Bouchasse - Sommet - Pra Fourrier (En boucle) | 1350 | 6h00 | 14,2 | TBM IBP 130 | TCS | 7h30 | 3431 OT | Jean Louis |
| jeudi 10 10 Rando Douce ® | Montagne d'AGE - Croix de Nonglard | 665 | Nonglard | 54 | P. de la Pièce (520m) - Vers la Ville - chalet des Chasseurs - Montagny - Croix de Nonglard - Nonglard (Circuit) | 240 | 2h45 | 6,5 | PT | TCS | 13h15 | 3431 OT | Gisèle |
| Vendredi 11 octobre 1/2 journée accueil des nouveaux adhérents | | | | | | | | | | | | | |
| dimanche 13 10 | Col d'ORGEVAL | 1732 | Seythenex | 55 | P. St Ruph (898m)- Le vallon - Col (1744m) - L'Aulp de Seythenex - Pkg ancienne station - Nant sec - Pkg St Ruph- (Circuit) | 1013 | 5h30 | 14,6 | BM IBP 95 | TCS | 8h00 | 3432 OT | Myriam |
| mardi 15 10 | HAUTE POINTE | 1958 | Sommand | 160 | P. Station (1413m) - Col de Cordon - Les Charmettes - Cols de Chavannais et de Chavan (1757m) (arrêt possible) - Borne (1958m) - Retour par le Coin (Circuit) | 650 | 5h00 | 11,5 | M | Ste B. | 8h00 | 3429 ET | Brigitte S. |
| Jeudi 17 octobre Rencontre interclub Les Randonneurs du Chéran / Les Randonnées Savoyardes au Semnoz | | | | | | | | | | | | | |
| Jeudi 17 10 Rando Douce | Crêt de L'AIGLE | 1646 | Leschaux | 40 | P. Restaurant Courant d'Ere (1643m) - Crêt de l'Aigle (1646m) (Circuit) | 200 | 2h30 | 5 | PT | TCS | 13h30 | 3431 OT | Gisèle |
| Vacances scolaires du 19 octobre au 2 novembre | | | | | | | | | | | | | |
| dimanche 20 10 | Lac de LESSY | 1733 | Chinailon | 80 | P. La Chapelle (1283m) - La Culaz (1428m) - col (1690m) - Chalets de Mayse - Lac de Lessy (En Ligne) | 700 | 5h00 | | BM | Ste B. | 8h00 | 3430 ET | Alain V. |
| mardi 22 10 | Granges de PERCHET | 1285 | Allèves | 60 | P. Eglise (630m) - La Figlia (1140m) - Chalets des Prés de la Prière (1284m) - Granges de Perchet - Tours Saint Jacques (Circuit) | 660 | 4h00 | 10 | BM | TCS | 9h00 | 3432 OT | Brigitte M |
| mardi 22 10 | Pointe d'ANDEY | 1877 | Solaison | 110 | P. Solaison (1502m) - Pointe d'ANDEY (1877m) (En Ligne) | 375 | 3h00 | | M | Ste B. | 9h00 | 3430 ET | Alain V. |

| Date | Titre | Alt | Ville | AR | Description et parking | Den | Dur | Km | Cote | P | heure | Carte(s) | Animateur Tel |
|---------------------------|---|------|--------------------------------|-----|---|-----|------|--------|------|------------|---------------------|----------|------------------|
| jeudi 24 10 | Le PINET par Rochers FOU DA BLANC | 1867 | La Plagne - Entremont le Vieux | 160 | P. La Plagne (1100m) - Col de l'Alpette (1547m) - Habert de St Vincent - Pas de l'Echelle - Roche de Fitta - Rochers de Fou da Blanc - Le Pinet 1867m (Circuit) | 950 | 6h00 | 13 | TBM | TCS | 7h00 | 3333 OT | Virginie |
| Jeudi 24 10 Rando douce ® | La Virée (balade street art selon Art by Friends) | 450 | Annecy | 20 | Bonlieu (par autobus, ou P. Marquisats) - Art by Friends (bd du Rhône) - rive droite du Thiou jusqu'aux Forges - retour par rive gauche et Loverchy | 50 | 2h45 | 6 ou 8 | PT | TCS / SteB | 13h30 ou 14h si bus | 3431 OT | Alain De. |
| jeudi 24 10 Rando Douce | Roc de CHÈRE | 625 | Menthon-Saint-Bernard | 15 | P. Les Choseaux (450m) - montée par le tombeau de Taine - Le Belvédère (625m) - boucle le long du golf - retour par le tombeau de Taine (Circuit) | 200 | 3h00 | 5,5 | PT | Ste B. | 13h30 | 3431 OT | Brigitte M |
| dimanche 27 10 | Col de L'ARC | 1854 | Pussy | 130 | P. Les Foyères (1137m) - La Thuile (1221m) - La Montagne d'en Haut (1613m) - Col de l'Arc - Retour Chalet de Fraitière (1653m) (Circuit) | 700 | 5h00 | 9,5 | BM | TCS | 8h30 | 3432 ET | Alain Du. |
| mardi 29 10 | Chalet Chappuis | 1251 | Dingy St Clair | 30 | P. Les Tappes (750m) - Gravel - Table d'orientation (1281m) - Col de Barman (1125m) - Chalet Chappuis (1251m) - La Blonnière - P.Les Tappes | 700 | 4h30 | 11 | M | Ste B. | 9h00 | 3431 OT | Michel Ch. |
| mardi 29 10 | Arche de BANGE | 1210 | Arith | 65 | P. Montagny (880m) - point de vue 1210 - Arche de Bange - Lac Mariet (circuit) | 350 | 4h15 | 9 | M | TCS | 9h00 | 3432 OT | Denis |
| jeudi 31 10 | JALLOUVRE | 2408 | Grand Bornand | 83 | P. Col (1605m) - Col du Rasoir (2250m) - La Cravate (2330m) (En Ligne) | 830 | 5h30 | 6,5 | TBMA | Ste B. | 7h00 | 3430 ET | Jean Louis |
| jeudi 31 10 Rando Douce | La MANDALLAZ | 740 | La Balme de Silingy | 25 | P. Cimetière (495m) - Grotte du Curé - Belvédère - Passage à la Biche - La Pesse - Rocher du Maquis (Circuit) | 250 | 3h00 | | PT | TCS | 13h15 | 3430 OT | Gisèle |