



Programme Printemps 2025



CONDITIONS POUR PARTICIPER AUX RANDONNEES :

- 1 L'inscription est obligatoire. Dès que la randonnée est confirmée par l'animateur, vous trouverez dans la page 'Espace Adhérents' l'annonce de la randonnée et un lien de couleur bleue **INSCRIPTIONS** vers le formulaire d'inscription. **(dernier délai : veille de la randonnée 14h)**
- 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.
Les sorties DVA sont limités en nombre de participants, l'animateur informe le nombre maximum dans son annonce de sortie.
- 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 2 propositions de randonnées sont proposées le même jour, généralement avec deux niveaux de difficulté différents.

Niveaux de difficulté et cotations :

Attention : Les valeurs indiquées ci-dessous correspondent à des randonnées d'été. En milieu enneigé (raquettes) elles doivent être diminuées d'au moins 20% suivant les conditions.

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 dénivelée 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.
dimanche 02 03	Croix JEAN CLAUDE	2085	St Martin de Belleville	190	P, Beranger (1590m) - le Laitet (1664m) - Les Dogettes - Cacabeurre - Col de Jean (2050m) Croix Jean claudé (En Ligne)	550	5h00	11	M	TCS	8h	3534 OT	Jean-Louis
mardi 04 03	Le Planet - La Barme	1667	Le Grand Bornand	72	P. Lornay (1100m) - Les Troncs - Plattuy - Le Planet (1667 m) - La Barme (en boucle)	580	5h00	9	M	Ste B.	8h30	3430 ET	Denis
jeudi 06 03	Tête de Véry	2039	Mégève	135	P. Le Leutaz (1326m) - Chevan - Tête de Véry 2039m - Col de Basse Combe - Chevan - P. (circuit) DVA-pelle-sonde obligatoires	750	6h00	12	TBM	TCS	7h15	3531 OT	Jean-Paul
jeudi 06 03 Rando Douce ®	Tour de VEYRIER	10	Veyrier du Lac	10	P. Office de Tourisme (490m) - Parcours selon étapes du topoguide de l'office de tourisme (Circuit)	NC	3h00	8	PT	Ste B.	13h30	3431 OT	Alain De.
dimanche 09 03	Croix d'ALLANT	1580	Jarsy	80	P. Le Coudray (920m) - Chalets d'Allant (En ligne Le Chargieu ou Circuit par Le Replat)	660	4h00	10	M	TCS	8h30	3432 OT	Benoit P.
mardi 11 03	Vallon de TAMIÉ (version longue)	1050	Faverges	70	P. Abbaye (905m) - Forêt de Plancherine (1050m)- Tuffière - Col de Tamié (oratoire) - Le Fort - Le Collet - Les Teppes - La Ramaz - Le Pommarey (circuit)	460	3h30	10	M IBP 53 T2/R2	TCS	9h00	3432 ET	Brigitte M.
jeudi 13 03	Pointe de la GAY	1801	Bellevaux - Lac de Vallon	150	Parking du lac (1040m) - Le Grand Champ - Col des Chavannes - Sommet- Pâturages de Tré Le Saix - Sur la Pointe - Haute Meille - Basse Meille - (En boucle) DVA-pelle-sonde obligatoires	850	5h30	11,7	BM	Ste B.	7 h 30	3428 ET 3429 ET	Jean Louis
jeudi 13 03 Rando Douce	La CHAMBOTTE	660	Saint-Germain-la-Chambotte	60	P. Village (509m) - La Chambotte (En Ligne)	150	3h00		PT	Ste B.	13h30	3332 OT	Irène et Gisèle
dimanche 16 03	Crêt de L'AIGLE	1646	St Jorioz	40	P. Route du Semnoz D110 (1300m) Chalets + La Figlia (1160 m) - Chalets de Gruffy - Sommet (Circuit)	510	4h00	10	M	TCS	9h00	3431 OT	Bernard H.
mardi 18 03	Chalet de la COMBE	1572	Bellecombe en Bauges	60	P. Le Reposoir (1165m) - Col de Bornette - Les ailes du Nant - Le Chalet (En Ligne)	550	5h00	12	M IBP 66	TCS	8h00	3432 OT	Alain V.
mardi 18 03	Falaises de NANTUA (circuit tour d'Horizon)	920	Nantua	150	P. esplanade du lac (480m), direction Sur Maison, La Colonne 932m, les Fêcles, Grande Roche, la Tour, La ferme Montoux, Fond de Sème, La Roche Merveilleuse (912m) Grange Henry, Nantua en boucle	640	6h00	15	BM	Ste B.	8H	3230 OT	Brigitte S.
jeudi 20 03	Aiguillette des HOUCHES	2285	Les Houches	190	P. Le Betty (1352m) - Pierre Blanche - Aiguillette des Houches - Chalets de Chailloux - P. (circuit) DVA-pelle-sonde obligatoires	900	6h45	10	TBM	TCS	6h45	3531 ET	Jean-Paul

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	heure	Carte(s)	Animateur Tel.
jeudi 20 03					sortie sans DVA								Jean Louis
jeudi 20 03 Rando Douce ®	Plateau des Bornes	800	Menthonnex en Bornes	68	P. Mentonnex en Bornes- Carrefour des Mottiers- Hameau de la Recule- étang de Mouille Marin- Lieu-dit de Trosset- Parking	220	3h	8,7	PT	TCS	13h15	3430 OT	Alain V.
Evènement national FFR du 22 au 30 mars : Mondial raquettes à Pralognan-la-Vanoise													
dimanche 23 03	Le VUACHE	1105	Chaumont	65	P. Eglise de Chaumont 600m - Sur la montagne (942m) - sommet (1112 m) - Retour par Champ Barbier - Chaumontet - (circuit partiel)	510	4h00	7,5	M IBP 59	Ste B.	9h00	3330 ET	Alain Du.
mardi 25 03	Pointe de la GALOPPAZ	1681	Aillon le Jeune	75	P. Hameau du Penon (1004m) - Chalet de la Buffaz - Col de la Buffaz - Pointe (1681m) (En Ligne)	670	4h30	9	BM	TCS	8h00	3432 OT	Michel R.
jeudi 27 03	Roc MARCHAND	2098	Grand Naves	160	P Grand Naves (1316m) - Les Grands Dabeleys - Lachat (1840m) - Roche du Midi - Sommet (En Ligne) DVA-pelle-sonde obligatoires	810	5h00	14	BM	TCS	8h00	3534 OT	Virginie
jeudi 27 03	Mont Veyrier	1299	Veyrier du Lac	20	P. Petit Port - Pré Vernet - Sentier des Crêtes - Sommet (1299m) - Chapeau de Napoléon - Le Biclop - Parking (circuit)	950	5h30	11	BM	Ste B.	8h30	3431 OT	Luc
jeudi 27 03 Rando Douce	Les FOURS à Chaux	560	Cons-Sainte Colombe	45	Circuit entre Cons-Sainte-Colombe et Marlens (Circuit)	100	4h00		PT	TCS	13h30	3431 OT	Gisèle
dimanche 30 03	Chalets de la FULLIE	1390	Aillon le Jeune	70	P. Ginets (1000m) - Mont de la Vierge - Clate de la Fullie -parking cote 1183 - La Chratreuse d'Aillon- P. Les Ginets	650	5h00	11	BM	TCS	8h30	3432 OT	Alain V.
mardi 01 04	Petit SALEVE	900	Monnetier	100	P. le stade de Monnetier - Crêt du Châble - Pierre Vielle- camp des Allobroges (900m, sommet petit salève - Retour (boucle partielle)	400	3h30	9	M	Ste B.	9h	3430 OT	Benoit K.
jeudi 03 04 Rando Douce ®	Circuit des Cascades du NANT DEBOUT	776	La Balme de Thuy	25	P. Pont de Morette (620m) ou P. de la Croix - Site préhistorique - cascades - Nant Debout (776m) - Balcon de la Fenêtre (Circuit)	160	2h	2,5	PT IBP34 E2/T2/ R2	Ste B.	13h30	3431 OT	Virginie et Irène Michel
Jeudi 03 04	Crêt COQUET	1957	Moutiers	160	P. Pradier (1247m) - Chalets de la Faverge - Lac du Bouchet - Crêt Coquet (boucle) DVA-pelle-sonde obligatoires	770	5h00	8,2	TBM	TCS	6h45	3532 OT	Jean-Paul
dimanche 06 04	L'Envers du TRUC	1914	Les Contamines Montjoie	150	P. La Frasse (1263m) - Chalets du Truc (1720m) (Arrêt possible) - Sommet (1914m) (En Ligne)	700	5h00	9	BM	TCS	7h00	3531 ET	Myriam
mardi 08 04	Le Mont de CORSUET par les croix de Meyrieux	850	Brison St Innocent	90	Hameau des Granges Dessous, Granges, Ancienne Croix de Meyrieu, nouvelle croix, col, retour hameau Granges	490	4h30	10,5	M	Ste B.	8h30	3432OT	Benoit K.

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	heure	Carte(s)	Animateur Tel.
jeudi 10 04	Le PINET	1867	La Plagne - Entremont le Vieux	160	P. La Plagne (1070m) - Col de l'Alpette (1547m) - cabane de l'alpette - Le Pinet - Sommet 1867m (en ligne)	870	6h00	13	TBM	TCS	7h00	3333 OT	Virginie
jeudi 10 04	Col d'ORGEVAL	1732	Ecole	93	P. du Nant (996m) - Circuit du Nant Fourchu vers les chalets et le col d'Orgeval - Retour par la maison forestière de Coutarse (Circuit)	750	4h30	12,7	BM	TCS	8h00	3432 OT	Bernard H.
jeudi 10 04 Rando Douce	Sentier des Maîtres du Mont Déserté	1180	Le Chatelard	60	P. Les Garins (1060m) - sentier de découverte du géosite du Nant des Granges (circuit)	200	2h15	5	PT	TCS	13h00	3432OT	Brigitte M
dimanche 13 04	Chalets des AUGES	1782	Thorens Glieres	80	P. maison du plateau (1'434m) - Plan des Mouilles (1525m) - Plan du Loup (1670m) - Pas du Loup - Châlet des Auges - Crête (1802m) - Châlet du Loup - notre dame des neiges	520	5h30	12	M	Ste B.	8h30	3430 ET	Michel R.
mardi 15 04	Col du POTAT	1353	St Pierre d'Albigny	75	P. Col du Frêne (950m) - Crête de la Via - Chalet de l'Epion - Col du Potat (en ligne)	470	3h00	7	M	TCS	8h30	3432 OT	Brigitte M
mardi 15 04	GRAND COLOMBIER	1525	Seyssel / Sur Lyand	100	P. La Grange d'en Haut (1255m) - Crêtes de Sur Lyand - La Croix du Colombier (1525m) - Col de Charbemènes (1317m) - Les Platières - Combe Giret (Circuit)	600	6h00	14	BM	Ste B.	7h45	3331 OT	Luc
jeudi 17 04	Tête de la Sallaz et Chalets de Vormy	2026	Romme	140	P. dans le village (1290m) - chalet des Vuardes - Tête de la Sallaz - Chalets de Vormy (En Ligne) DVA-pelle-sonde obligatoires	800	6h15	15	BM	Ste B.	7h00	3430 ET	Jean Louis
jeudi 17 04 Rando Douce ®	Lac de la Balme de SILLINGY	590	La Balme de Silingy	30	P. Lac de La Balme-de-Sillingy (480m) - La Bathie - Avully - La Combe de Sillingy (590m) - route des Devins - chemin de la Combe - chemin du Chapelet - Avully (circuit)	150	2h30	7	PT	Ste B.	13h30	3331 OT	Alain De.
Vacances scolaires du 19 avril au 5 mai													
date à fixer suivant météo GRANDE RANDONNEE ANNECY-AIX les BAINS - - 40km - Dénivelée positif 626m - Dénivelée négatif 831m Arrêt possible Alby , Albens ,Grésy. 20 ou 30 km Retour en train. Brigitte S													
dimanche 20 04					Pâques - En Attente								
mardi 22 04	Pointe de MARCELLY	1999	Praz de Lys	170	P. Bresy (1503m) - Le Planey - Marcellly - Les Crêtes - Lac du Roy - Veran (Circuit)	600	5h00	9	M	Ste B.	7h30	3429OT	Brigitte S.

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	heure	Carte(s)	Animateur Tel.
mardi 22 04	Clef des Annes	1746	Chinaillon	75	P. Les Bouts (1430m) - Maroly d'en Bas (1584m) Maroly d'en Haut (1700m) - Clef des Annes (1746m) Télésiège Terres Rouges (1773m) Maroly d'en Bas (1584m) - Parking (Circuit)	380	3h40	8	M IBP31	Ste B.	9h00	3430 ET	Denis
jeudi 24 04	Dent de ROSSANAZ	1891	Aillon le Vieux	80	P. de l'Eglise (920m) - Combe du cheval - col de Rossanaz - La dent de Rossanaz (En Ligne) (option : A/R La grotte du mineur D+120m)	970	5h40	6,6	BM	TCS	9h00	3432 OT	Michel R.
jeudi 24 04 Rando Douce	Notre Dame des Neiges	1454	Thorens Glières	80	P. Les Pares - Pont sur le Paccot - Notre Dames des Neiges (en ligne)	110	1h30		PT	Ste B.	9H	3430 OT	Gisèle
dimanche 27 04	Tête du TORRAZ	1930	Praz sur Arly	120	P. La Tonnaz (1166m) - Les Granges - Le Plannay - Plan de l'AAR - Sommet - la Bonne Fontaine (Circuit)	770	5h00	11	BM	TCS	7h30	3531 OT	Jean Louis
mardi 29 04	La CULAZ	1436	Arith	48	P. Montagny Les Terppes (875 m) - Chalet Prisset - Chalet de la Plate - La Culaz - Col de la Cochette - Creux du Lachat (circuit)	660	4h00	10	M IBP 60 E3/T2/ R2	TCS	9h00	3432OT	Michel C.
jeudi 01 05	Pointe de BANC PLAT	1907	Bellecombe en Bauges	60	P. Sanguines (1089m) - Le Reposoir (1165m) - Col de Bornette (1320m) - Les Ailes du Nant - le Refuge de la Combe (1572m) - Pointe (En Ligne)	940	6h00	15	BM	TCS	8h00	3431 OT 3432 OT	Myriam
jeudi 01 05 Rando Douce	Étang de CROSAGNY	360	Albens	60	P. Braille (360m) - Étang de Braille - Étang de Beaumont - Étang de Crosagny - Mercy (390m) - Moulin de Crosagny - Braille -(Circuit)	50	2h30	5	PT IBP 18 E1/T1/ R1	Ste B.	13h30	3331 OT	Irene et Gisèle
dimanche 04 05	Refuge de la COIRE	2059	Arêches	140	P. Lac de St Guérin (1559m) - Lac des fées - Cormet d'Arêches (2107m) - Refuge de la Coire (En Ligne)	590	5h45	12	M	TCS	8h00	3532 OT	Benoit P.
mardi 06 05	Mont MARGERIAZ	1660	Aillon le jeune	70	P. Place à Baban (1332) - Grotte des fées Combe de la Verne - Crête du Margeriaz (1660) - retour par cote 1592 (en boucle)	350	3h30	6	M	TCS	8h30	3432 OT	Denis
mardi 06 05	Mont MARGERIAZ	1845	Aillon le Jeune	70	P. Place à Baban (1332) - Grotte des fées - Combe de la Verne - Crête du Margeriaz (1845) - retour par cote 1592 (en boucle)	520	5h00	10	M	TCS	8h30	3432 OT	Benoit K.
jeudi 08 05	Circuit de la BOUCHASSE	1700	Seythenex	70	P. Les Chaffauds (900m) - Rapanet - Grange du Solliet (1135m) - Bergerie du plan du Tour - Chalet de la Bouchasse (1700m) - Combe de la Sambuy (Circuit)	820	5h00	11	BM	TCS	8h00	3432 ET	Luc
jeudi 08 05 Rando Douce	Fier et Filière	680	Argonay	25	P. de l'Aiglière - confluence Fier et Filière - petit bois de l'Aiglière - village d'Argonay - patrimoine- et retour	80	2h30	6	PT	Ste B.	13h30	3430 OT	Alain De.

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	heure	Carte(s)	Animateur Tel.
dimanche 11 05	Chalet de MAYERES	1563	Sallanches	160	P. Burzier (950m) - Les Trépas - Chardosset - A-R possible au hameau des Aiguilles (45mn) (En ligne (8,5 km) ou Circuit par GR tour du pays du Mont Blanc)	620	4h30	8,5	BM	Ste B.	7h00	3430 ET	Alain V.
mardi 13 05	Boucle de la FULLIE	1700	Aillon le Jeune	80	P. Praz Gelaz (1187m) - Col de la Fullie - Chalet de la Fullie - La Rapière - Col de la Cochette - Cabane forestière - Parking (en boucle)	570	4h00	8	M	TCS	9h00	3432 OT	Michel C.
mardi 13 05	Boucle des graniteurs	1785	Charly d'Andilly	68	Park Charly, croix de vin, col du mont sion, Presilly, col de la Biche en boucle	400	4h30	14	M	TCS	8h30	3430 OT	Brigitte S.
jeudi 15 05	Le SUET	1826	St Jean de Sixt	60	P. Ferme Milk et Bouse (1008m) - Cerisset - Cabane du Suet - Le Suet (1826m) (En Ligne)	850	5h00	9	BM IBP 95 E4/T3/ R2	Ste B.	8h00	3430 ET	Virginie
jeudi 15 05	Le Revard La Tour Des Ebats	1622	Pugny Chatenod	80	P. Pugny Chatenod - Cote 1165 - Pointe de l'Aigle - Le Revard - La Tour des Ebats - La Crémaillère - Pugny Chatenod (En boucle)	1060	6h00	13,5	TBM IBP 109	TCS	7h30	3332 OT	Jean Louis
jeudi 15 05 Rando Douce	La Ronde des Lavoisirs	395	Bassy	75	P. Bassy 335 m - Lévaud - Chez les Métral - La Fin - En boucle	160	3H00	6.1	PT	Ste B.	13h30	3330 OT	Alain Du.
dimanche 18 05	Passage du BOZON	2064	Grand Naves	162	P. Village (1316m) - L'Erpette (1465m) - Les Terreaux (1696m) - Lac du Bozon (1984m) - Passage du Bozon (En Ligne ou Circuit)	765	5h00	8,7	BM	TCS	7h30	3532 OT	Alain Du.
Séjour à Schluchsee 19 au 24 mai 2025													Ulrich S
mardi 20 05	Chalets de la SERVAVAZ	1447	Faverge	66	P. Pont de St Ruph (897m) - Les Rois - La Cabane de l'Abbaye - chalets de la Servavaz - Monument Falcy - Le chemin des fées (Boucle) Pour les sabots de Vénus	600	5h00	10	M	TCS	9h00	3432 ET	Brigitte M.
jeudi 22 05	Col d'ARCLUSAZ	1770	Ecole	80	P. Chéran (868m) M. le long du ruisseau d'Arclusaz - Chalets du Praz et des Arbets - Col d'Arclusaz (Retour circuit - pas en hiver- par les Chalets du Lauzarin et du Bottier) (Circuit)	902	5h30	13,8	BM	TCS	8h00	3432 OT	Michel R.
jeudi 22 05 Rando Douce	Lac MARIET	1007	Arith	50	P. Montagny (880m) - GRP Tour des Bauges - Croix des Taillis - Alpage et lac (1007m) - Retour en ligne, ou en boucle par Mariet Dessous et la Croix	170	2h30	7,5	PT	TCS	13h30	3432 OT	Alain V.
dimanche 25 05	Croix de la COCHETTE	1336	Entrevernes	50	Les Rosières P. Conis (550m) - Pas de la Cheville (1052m) - (2 passages câblés) - Croix (1336m) - Col de la Cochette (1298m) - La Souricière - Le Clay - Conis (Circuit)	850	3h40	9,7	BM IBP 78 E4/T4/ R5	TCS	8h30	3431 OT	Bernard H.

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	heure	Carte(s)	Animateur Tel.
mardi 27 05	Chalet de Bottier	1483	Ecole	60	P. Le Martinet (800m) - Ruisseau d'Arclusaz - Chalet du Praz - Chalet du Lauzarin - cote 1483 - Chalet de Bottier - La Culaz - Chapelle ND de Bellevaux (en boucle)	640	4h15	10,4	M IBP 66 E3/T2/ R2	TCS	8h00	3432 OT	Michel C.
Jeudi 29 mai Ascension													
jeudi 29 05	Croix Cartier	1834	La Gieltaz	110	P. à 1155m - Le Blanchet - les Garettes - La Croix Cartier (1834m) - Retour par le Chalet du Curé - Le Char -Foiroux - La Gieltaz (Circuit)	1000	6H45	19	TBM IBP 66 E3/T2/ R2	TCS	7h15	3531 OT	Benoit P.
jeudi 29 05 Rando Douce ®	Circuit des cascades de VILLAZ	900	Villaz	26	P. Poussy - cascade du Nantizet - cascade du Dard - chalet du Replat (Circuit)	200	2h00	4	PT	Ste B.	13h30	3430 OT	Irène et Gisèle
Dimanche 01 06	Tour de la montagne d'Outray	2212	Hauteluze	140	P. bois de Thiliettaz 1623 - pas d'outray 2181- col du salletet 2111- lac noir- table d'orientation- plan de la mouille - en boucle	850	5h30	13	BM	TCS	7H30	3431OT	Brigitte S.
mardi 03 06	Rochers de LESCHAUX	1936	Petit Bornand	80	P. La Sarnia (1547m) - Col de Cenise (1712m) - Rochers de Leschaux - Croix(1936m) en ligne	450	4h00	7	M	Ste B.	8h00	3430 ET	Brigitte M.
jeudi 05 06	Crêt de L'AIGLE	1646	Gruffy	40	P. Cimetière de Gruffy (620m) - Les Guindes - Bois du Blanc - Chalets de Leschaux (1666m) - Crêt de l'Aigle Chalets de Gruffy - Mont-Durand - La Grange Mizan (Circuit)	1070	6h00		TBM	TCS	8h30	3431 OT	Luc
jeudi 05 06 Rando Douce	Boucle du NANT TROUBLE	760	Saint-Symphorien (Cruseilles)	65	P. Église (650m) - Chez Guillon (633m) - Vers Pétaud (640m) - Cascades du Nant Trouble - Charly (760m) - en option traversée du Parc d'attraction d'Andilly - Saint-Symphorien (Circuit)	200	2h30	5	PT	Ste B.	13h30	3430 OT	Alain De. et Gisèle
Dimanche 8 juin Pentecôte													
dimanche 08 06	Refuge de Moède d'ANTERNE	2002	Plaine Joux	180	lac Vert - LeChatelet - le Gouet - les Argentières - Lac de Pormenaz (1970m) - Refuge de Moède d'Anterne (2002m) - Ayères de Rocs_ Lac Vert	766	5h00	13	M	Ste B.	8h00	3530 ET	Alain V.
mardi 10 06	Circuit des AUGES	1782	Thorens Glieres	80	P. Chez Gautard (1390m) - Chalet des Mouilles - Le Pas du Loup - Chalets des Auges - Retour par la Plaine de Dran (Circuit)	580	4h30	14	M	Ste B.	9h00	3430 ET	Alain V.
11 au 16 juin Séjour Reallon													Benoît K et Virginie
jeudi 12 06	LE PETIT BARGY	2098	LE REPOSOIR	100	P ST. Bruno 1243m Col de l'Encrenaz - Croix de l'encrenaz - Têtes des Beus - La Cha - (circuit)	900	5h30	10,5	BM	Ste B.	8h	3430 ET	Jean Louis

Date	Titre	Alt	Ville	AR	Description et parking	Den	Dur	Km	Cote	P	heure	Carte(s)	Animateur Tel.
jeudi 12 06 Rando Douce ®	La FILLIÈRE - LE JOURDIL	660	Thorens Glieres	40	Promenade suivant le cours de la Fillière en passant par le château de Sales et la pisciculture, jusqu'au hameau du Jourdil (En Ligne)	200	3H00		PT	Ste B.	13h30	3430 OT	Gisèle
Samedi 14 juin Sevrier: Parcours du Cœur et Marcher pour sa Santé avec FFR74													
dimanche 15 06	Col d'ORGEVAL	1732	Seythenex	70	P. St Ruph (898m)- Le vallon - Col (1744m) - L'Aulp de Seythenex - Pkg ancienne station - Nant sec - Pkg St Ruph- (Circuit)	1003	5h30	14,6	TBM	TCS	8h00	3432 OT	Myriam
mardi 17 06	Le PLANET	1667	La Clusaz	85	P. Les Confins (1420 m) - La pierre Marquée - La Bombardellaz - Le Planet (1667) (en ligne)	520	5h00	12,5	M	Ste B.	8h30	3430 ET	Denis
mardi 17 06	Roc des TOURS	1994	Grand Bornand	80	P. Cuillery (1453 m) - GR56 - Col 1861 m - Roc des Tours (1994m) (En Ligne)	600	4h00	9	M IBP 62 T3/R2	Ste B.	8h00	3430 ET	Michel C.
Jeudi 19 juin Barbecue au Revard : Multi randos et séance MN - déjeuner BBQ													
dimanche 22 06	Le MOLE	1860	Saint-Jean-de-Tholome	120	P. Chez Bérout, Le Petit Môle, Sommet - Le Môle (1863 m), Plan Meulet, retour parking	700	4h30	8	BM	Ste B.	8h30	3430 ET	Benoit K.
mardi 24 06	Chalets de SALES	1877	Sixt Fer à Cheval	170	P. Le Lignon (1180m) Cascades du Rouget, Pleureuse, Sauffaz	700	5h00	12	BM	Ste B.	7h30	3530 ET	Michel R.
jeudi 26 06	Signal des VOIRONS	1480	Boege	100	P. Le Penaz (860m) - Monastère de Bethléem - Pointe de Broutaz - Le Signal - Sur les Crêtes (Circuit)	750	5h00	10,5	M	Ste B.	7h30	3429 ET	Virginie
jeudi 26 06	Chamechaude	2082	Le Sappey en Chartreuse	220	P. Col de Porte - Source du Bachasson - sentier de traversée Sud - Sommet (2082m) - retour par voie normale (circuit)	780	5h00	8	TBM	Ste B.	6h45	3334 OT	Luc
jeudi 26 06 Rando Douce ®	Excenevex Nernier		Excenevex	80	Dans le cadre de l'inauguration du Tour du lac Léman. Excenevex - Yvoire - Nernier. Avec pique nique	80	4	9,5	PT	TCS	9h	3428 ET	Gisèle et Irène
dimanche 29 06	Portes de MONTMELIAN	2459	Celliers	160	P. Refuge des Fées (1839m) - L'Arpettaz (1959m) - Col des Frettes (2375m) - Portes de Montmélian (2459m) (en ligne) ou Retour par Creux de Lachat et Grand Plan	750	6h00	8,5	BM	TCS	7h30	3433 ET	Alain Du.
samedi 28 06	boucle GR®5	1960	Bernex	250	Park La Fétuière 1215 - chalet d'oche 1640 - lac de la Case - Porte d'Oche1937 - lac de Darbon - col de la Casse d'oche - chalet vert en boucle - Nuitée à Evian	980	7h	10,4	TBM/BM	TCS	7h	3528 ET	Brigitte Jean Louis
Et dimanche 29 06	Randonnée sur le GR®Plittoral , Inauguration à St Gingolph du tour pédestre du Léman (détail sur ces 2 jours, mail à suivre)												Brigitte Jean Louis

