

Amitié Nature Fontaine

Programme des Randonnées Moyennes à Sportives pour les jeudis de la Saison 2019

MASSIF	DESTINATION	Alt. Somm.	DEPART	Alt. Dep.	Déniv.	Km	Durée	Proposé par	Animée par		Carte	Commentaires
Belledonne	Tour des Lacs de Chamrousse - La Pra	2 250 m	Chamrousse - Le recoin	1 650 m	900 m	16 Km		Patrick	Patrick	Denis	3335 OT	Montée à la Croix de Chamrousse en téléphérique, Lacs Roberts, Lac David, Refuge de La Pra, Retour: Lac Longet, Lac
Belledonne	Lac Achard, col de l'Infernet, cols de la Botte et Lessines, les Vans et retour par les lacs Robert et lac des Vallons	2 439 m	Roche Béranger	1 800 m	900 m	13 Km	5,5 h	Gérard	Gérard	Dominique	3335 OT	
Belledonne	Lac Crozet - col de Sitre - Refuge de Pré Molard	2 170 m	Pré Raymond	1 370 m	1000 m		6 h	Gérard	Gérard	Patrick	3336 OT	
Belledonne	Lac Blanc	2 160 m	Parking La Souille	1 350 m	850 m		5h	Gérard	Gérard	Patrick	3335 OT	
Belledonne	Refuge de la Pra en passant par la Cascade de l'Oursière	2 100 m	Les Seiglières	1 140 m	1000 m	15 km	6h	Gérard	Gérard	Daniel-Dominique	3336 OT	
Belledonne	Lac de Belledonne	2 140 m	Allemond - Coteyssart	1 280 m	980 m	12 km	5h	Gérard	Daniel	Gérard	3337 OT	
Belledonne	Les lacs du plateau de l'Alpe d'Huez	2 070 m	Oz en Oisans	1 350 m	800 m		5,5 h	Gérard	Gérard	Dominique	3338 OT	
Belledonne	La Cime de la jasse en traversée	2 478 m	Prapoutel: Le pré de l'Arc	1 541 m	950 m	13 Km	6,5 h	Patrick	Patrick+Dominique	Daniel+ M. Elisabeth	3335 ET	Boucle: Descente par la Bédina
Chartreuse	Chamechaude par la rampe de l'écreueil + Le Jardin	2 082 m	Col de porte	1 324 m	900 m	15 Km		Patrick	Patrick	Michèle	3334 OT	Chamechaude par la rampe de l'écreueil, le pas de l'arche, le jardin
Chartreuse	Chalet des Bannettes - col d'Hurtières	1 650 m	Chalet de la Charmette	1 280 m	800 m			Gérard	Gérard	Patrick		
Chartreuse	Le grand Som par la face Ouest	2 010 m	La Ruchère - Le Cleyat	1 180 m	950 m			Gérard	Gérard	Dominique		Circuit passant par les col de Léchaud, de Bovinant, le Pas du loup, col de la Ruchère
Chartreuse	Le Grand Manti	1 800 m	Les Varvats	1 042 m	900 m	10 Km	6,0 h	Patrick	Patrick	Dominique	3333 OT	Par l'Alpettaz
Chartreuse	Col de La Faïta - Col du Coq - Col de Baure	1 500 m	La Fontaine Bonnet (St Imier)	532 m	1 050 m	15 Km	6 - 7 h	M.Elisabeth	M.Elisabeth	Dominique		Variante: L'Eymeindras en A/R
Chartreuse	Le Chaos de bellefond	1 975 m	Percuelin	960 m	1 050 m	12 Km	7,0 h	Daniel	Daniel	Patrick		
Dévoluy	Le Chatel ou Bonnet de Calvin	1 950 m	Mens : Le Verdier	930 m	1000 m	13 km	5 h	Gérard	Gérard	Daniel + Dominique	3337 OT	
Dévoluy	Tête du Lauzon	2 278 m	La jarjatte	1 220 m	1 050 m	10 Km	7,0 h	Patrick	Michèle	Dominique	3337 OT	
Dévoluy	L'Arête de Rattier	2 474 m						M.Elisabeth	Michèle	M.Elisabeth		
Dévoluy	L'Obiou par les Chatières	2 789 m	Cabane de Beaumes	1 580 m	1 250 m		7,0 h	Odette	Michèle / Gérard	Daniel		Rando Très Alpine, Casque et corde 20m; Reconnaissance, effectif restreint
Bauges	Mont Colombier	2 045 m	Route Forestière	1 170 m	900 m			Jackie	Jackie	Dominique	3432 OT	
Bornes	La Tournette	2 351 m	Chalet de l'Aulp	1 425 m	1 000 m			Jackie	Gilbert	Roger		
Beaufortain	Tour de l'Aiguille du Grand Fond	2 671 m	Plan de Laley	1 818 m	1 100 m	17 Km		Jackie	Gilbert	Roger		Voiture au Cornet de Roselend
Oisans	Villard Notre Dame par le Sentier de La gorge, Retour par le Col de la Solude	1 680 m	Bourg d'oisans	724 m	1 070 m	14 Km	6,0 h	Patrick	Patrick	Michèle	3336 ET	Montée sur un chemin sportif équipé de passerelles, câbles, rondins escaliers. Bon sentier à la descente. Petite
Oisans	Tête de La Maye	2 518 m	La Bérarde	1 700 m	825 m			Michèle	Michèle	Patrick	3436 ET	Petit Groupe; Sentier aérien + câbles et échelles
Oisans	Le Plateau d'en paris	2 450 m	Le Chazelet	1 800 m	900 m	15 Km	7,0 h	Patrick	Patrick	Dominique	3335 ET 3435 ET	
Oisans	Col et Lac du glacier d'Arsine	2 460 m	Col du Lautaret- AR: Le Casset	2 088 m	1 150 m	20 Km	8,0 h	Monique V	Patrick	Daniel	3436 ET	Boucle autour du Combeynot par le sentier des crevasses, retour par Le Casset avec manip de voitures. D+ 650 D- 1150

MASSIF	DESTINATION	Alt. Somm.	DEPART	Alt. Dep.	Déniv.	Km	Durée	Proposé par	Animée par		Carte	Commentaires
Oisans	Le Grand Galbert en circuit	2 165 m	Parking Lac du Poursellet	1 649 m	1 060 m	17 Km	7,0 h	Michèle	Michèle	Dominique	3335 OT	Pas de balisage, ni véritable sentier à partir du refuge du Taillefer. Descente par les crêtes jusqu'au chalet de la barrière.
Royans	Pas du Bouvaret (1132m), GR 9, Pas de La Pierre (1165m), en circuit	1 165 m	Rochefort Samson	384 m	850 m			Sylvie	Sylvie + Gérard	Michèle	3136 ET	Pas de La pierre un peu raide; Orchidées début Mai
Valbonnais	Circuit de Gaudissart	1 580 m	Le Perier	910 m	700 m		3,0 h	Martine	Dominique	Patrick	3336 ET	Circuit d'intersaison
Valbonnais	Crête de Côte Belle	1 620 m	Valbonnais	800 m	950 m		5 h	Gérard	Gérard	Patrick	3336 OT	Par les cabanes de La Dreyre et de Belle Roche
Valbonnais	Le Lac du Rif Bruyant	2 010 m	Le Mollard	1 000 m	1 000 m	12 Km	5,5 h	Gérard	Gérard	Patrick	3336 OT	
Valbonnais	Le Gargas par le sentier des tunnels et des 4 cols	2 208 m	Col de Parquetout	1 400 m	900 m	15 Km	6,0 h	Patrick	Patrick	Gérard	3336 ET	Au dessus et autour de ND de La Salette (Et 3336 OT Part.)
Valbonnais	Le Pique de Nantes (Versant Roizonne)	2 214 m	Falavet, La Grande Combe	1 250 m	964 m		5,0 h	Dominique	Dominique		3336 OT	
Valgaudemar	Les Lacs de pétarel	2 100 m	Les Andrieux	1 043 m	1 100 m			Patrick	Patrick	Daniel + Dominique	3437 OT	Trajet: 82 Km 1h35 Aller.
Valsenestre	Cote Belle et Les Orgues du valsenestre	2 306 m	Valsenestre	1 280 m	1 050 m	10 Km	7,0 h	Marité	Patrick	Daniel	3336 ET	Avec commentaires sur la géologie par Marité
Vallée du Buech	Les Crêtes de La Longeagne	1 567 m	La Faurie	836 m	800 m	16 Km	6-7 h	J. Christophe	J. Christophe	Patrick	3338 OT	Boucle sur crêtes
Trièves	Les Lames de Larçon	2 010 m	Longueville	1 016 m	1 050 m	15 Km	6-7 h	Marité	Michèle	Daniel	3337 OT	Avec commentaires sur la géologie par Marité
Vercors	Rocher de Ranc Traversier	2 003 m	Bourgménu	1 018 m	1 000 m			Michèle	Michèle	Elisabeth	3236 OT	En circuit: Montée par le Pas de Serre Brion, retour par le Pas Morta, D'après: Les 100 Pas du Vercors. (Automne)+Casque
Vercors	Le Rognon par Le Bouturet et la crête de Cote belle	1 851 m	les Amayeres (Luz)	1 160 m	800 m	10 Km	5,0 h	Martine	Patrick		3237 OT	Boucle de crêtes
Vercors	Le Moucherotte par la Face Est + Retour par la Cheminée et le sentier de l'arête nord	1 901 m	St Nizier - Le Tremplin	1 000 m	1 000 m		5,0 h	Patrick	Patrick	Gérard	3235 OT	Descente par La Cheminée dite 'du CAF'.
Vercors	Le Pieux (descente par arete Nord)	1 270 m	Vif	311 m	1 000 m	980 Km		Patrick	Patrick	Michèle	3236 OT	Version A.salvi: Descente par l'arête Nord: Petit Groupe: descente raide, hors entiers.
Vercors	Ferme de Fessole en passant par les Pas de Montbrand et de Pierre Taillée	1 620 m	Route de Nave à Autrans	1 060 m	800 m	11 km	4,5 h	Gérard	Gérard	Marie Elisabeth	3237 OT	Et Dominique
Vercors	Le Grand Veymont par le Pas de la Ville	2 340 m	Gresse en Vercors	1 200 m	1 100 m	13 Km	6,0 h	Gérard	Gérard	Patrick	3236 OT	
Vercors	Pied Aigu	928 m	Rovon	200 m	730 m	10 Km		M.Elisabeth	M.Elisabeth	Patrick	3235 OT	Coulmes
Vercors	Les Gorges du Nan	927 m	Cognin les Gorges	280 m	700 m	10 Km		M.Elisabeth	M.Elisabeth	Gérard	3235 OT	Coulmes
Vercors	Le Pas du Follet	1 360 m	Malleval	900 m	820 m	17 Km		M.Elisabeth	M.Elisabeth	Marité	3235 OT	Coulmes et Dominique
Vercors	Tête de Praorzel et Crête de Grande Leirie en boucle	1 691 m	Col du Prayet	1 200 m	750 m			Patrick	Patrick	Michèle	3238 OT	Sentiers bien marqué, + cairns, sans balisage, et sur crêtes
Vercors	Le Ranc des Agnelons	1 974 m	Prélenfrey	960 m	1 000 m			Patrick	Michèle / Gérard	Patrick	3236 OT	Possible début Juin: le 6/06
Voironnais	St Antoine l'Abbaye - Voie des Antonins	1 000 m	St Antoine l'Abbaye	360 m	710 m	21 Km	8,0 h	Gilbert	Gilbert	Jackie	3134 SB	

La destination est fixée le Mardi ou le Mercredi précédent par les organisateurs en fonction de la météo. Consultez le site.