

Date	Massif Objectif	Départ	Itinéraire	Dénivelé m	Distance km	Carte IGN	Indice IBP	C AR	CoV / 4 Bassens	Animateurs
Mardi	<u>Chartreuse</u>	Bellecombe	G1 et G2 : porte de l'alpette source du Cernon grange Guiffroy retour G1 par le sentier qui contourne StMarcel	1000 m	11 km		112	C	3,5 €	Pierre Belland JB Pautas M Martin
06-mai	Source du Cernon (1210 m)	Ruines du Château (690 m)	G2 : retour par St Marcel	850 m	10km	3333 OT	99	C		M Sornay
8h00			G3 : cascade du Cernon source du cernon grange Guiffroy retour par St Marcel	550 m	8km		68	C		J Aglietta / JP Humbert <u>JL Olliot</u>
Mardi	<u>Bauges</u>	Ecole	G1 et G2 : Montée en longeant le Ruisseau d'Arclusaz, Piste vers Chalet du Praz puis Chalet des Arbets et le Col Retour par Chalet du Lauzarin puis chalet Bottier et descente vers la Chapelle et retour Pg	1000 m	15,5 km		C	95	7 €	B Cahez A Carron MC Sallettaz
13-mai	Col de l'Arclusaz (1770 m)	ND de Bellevaux (870 m)	G3 : Même parcours que G1 à limiter au Chalet du Praz ou du Lauzarin	650 m	10,6 km	3432 OT	C	66		J Aglietta <u>Sylvaine Raoult</u> S Raoult MC SallettAz
Mardi	<u>Bornes-Aravis</u>	Villaz	G1 et G2 : Chalet Chappuis, Pt et Gd Montoir, refuge, sommet Retour par grotte Enfer, chalet Anglettaz	1150 m	13 km		121	C	14 €	G Chalença Sylvaine Raoult
20-mai	Parmelan (1832 m)	Pg Bois Brulé (1167 m)	G3 :Tete du Parmelan (1837 m)	400 m	5 km	3430 OT	67	AR		J Rousseau <u>MC Sallettaz</u>

Date	Massif Objectif	Départ	Itinéraire	Dénivelé m	Distance km	Carte IGN	Indice IBP	C AR	CoV / 4 Bassens	Animateurs
Mardi 27-mai 8h00	Bauges Mont Trelod (2181 m)	Les Cornes (1204 m)	G1 : Dépose à Magnoux pour monter par la cascade vers la Dent de Pleuven puis continuer par l'arete vers le sommet G1 et G2 : Chalet des Gardes La crêtes et montée vers le sommet Retour par le Même itinéraire G3 : Même itinéraire que le G2 jusqu'à la cote 1852 (Replat limite randonnée) retour par même itinéraire	1300 m 1055 m 700 m	11,5 km 11 km 8,5 km	 3432 OT	128 125 95	C AR AR	7 €	JP Charvin JL Oliot M Sornay G Chalença <u>Serge Ballay</u>
Mardi 03-juin 7h00	Bornes Pointe de sous-Dîne 2000 Chalet de Landron	Thorens-Glères Mont Piton / Hameau Cheneviers (1090 m)	G1 col de l'enclave trou de la pierre pointe de sous Dime retour par le passage du Monthieu G2 col de l'enclave trou de la pierre sous Dime retour par le même itinéraire G3 Col de l'enclave trou de la pierre chalet de Landron, retour par la cote 1374, col de l'enclave	910 m 880 m 635 m	11,5 km 10,5 km 8 km	 3430 ET	111 97 77	C AR AR	17 €	Agnès Carron J Rousseau B Cahez <u>JY Vial</u>
Mardi 10-juin 7h00	Belledonne Grand Colon (2394 m)	Revel Pg Pré-Reymond (1375 m)	G1 : Baraque des Carriers, Baraque du Colon puis Sommet et descendre vers le Lac Merlat Retour idem G2 G2 : Montée vers le Lac du Crozet, Col et Refuge de la Pra puis Lac Merlat retour par le même itinéraire G3 : Montée vers le Lac du Crozet et retour par même itinéraire	1380m 1140m 770m	15,8 km 14,5 km 8,8 km	 3335 ET	138 120 88	C AR AR	15 €	Jean Luc Oliot Michel Martin Franois Landrat Sylvaine Raoult <u>Brigitte Cahez</u>

Date	Massif Objectif	Départ	Itinéraire	Dénivelé m	Distance km	Carte IGN	Indice IBP	C AR	CoV / 4 Bassens	Animateurs
Mardi 17-juin 7h00	Beaufortain Refuge du Col du Bonhomme Col de la Sauce <i>Sortie en car</i>	Plan de la Lai (1821 m)	G1 Refuge du Col de la Croix du Bonhomme (2433 m) G2 Col de la Sauce (2307 m) Rocher du Vent (2360 m) G3 Le Biolley La Grande Berge du Lac de Roselend (2072 m)	1055 m 640 m 400 m	15,3 km 9,3 km 8,3 km	3433 OT	151 99 60	AR C AR	CAR	Michel Pegaz JP Charvin G Chalençon J Rousseau J Aglietta JP Humbert
Mardi 24-juin 7h00	Aravis Pointe d'Areu Chalet Méry (2462 m)	Nancy sur Cluses Romme /Brion (1308m)	G1 Tête du Château Pointe d'Areu (2462 m) G2 Tête du Château (2271 m) G3 Tête des Muets (2075 m)	1260 m 1000 m 790 m	18 km 15 km 12,3 km	3430 ET	138 110 97	AR AR AR	27 €	G Baluais G Chalençon Agnes Carron <i>P. Belland</i>
Mardi 01-juil 6h30	Belledonne Lac de Crop (1919 m) Col de la mine de Fer (2400 m)	Prabert Pont de la Betta (1350m)	G1 et G2: Lac de Crop et montée vers le Col de la Mine de fer G3: Lac de Crop	1200 m 650 m	12 km 10 km	3335 OT	122 78	AR AR	11 €	JP Charvin Frederique Chouard Jean-Luc Oliot <i>Michel Sornay</i>
Mardi 08-juil 6h30	Giffre Lac et col d'Anterne (2252 m)	Sixt Fer à Cheval Parking du Lignon (1160 m)	G1 : Col d'Anterne par Collet, refuge et lac d'Anterne (2257 m) G2 : lac d'Anterne (2061 m) G3: Refuge de Sales (1877 m)	1220 m 1000 m 690 m	18 km 16 km 10 km	35330 ET	140 123 87	C C AR	29 €	Sylvaine Raoult Anne Gilotte Pierre Belland <i>Brigitte Cahez</i>

Date	Massif Objectif	Départ	Itinéraire	Dénivelé m	Distance km	Carte IGN	Indice IBP	C AR	CoV / 4 Bassens	Animateurs
Mardi 15-juil 6h30			Sortie Surprise G1 G2 G3	1300 m 900 m 470 m	15,5km 17 km 10 km		145 125 70		CAR	Jean-Luc Oliot G Baluais J Rousseau M Pegaz JY Vial
Mardi 22-juil 6h30	Beaufortain Pointe Lancebranlette (2936 m)	Col Pt St Bernard (2155 m)	G1 : Pointe Lancebranlette (2936 m), retour lac sans Fond G2 : col de la Forclaz, Lac sans Fond (2235 m) G3 : Lac sans Fond (2235 m)	850 m 560 m 350 m	9,5 km 11 km 7 km	3532 OT	116 81 65	C C C	CAR	François Landrat JP Charvin G Chalençon S Raoul J Aglietta / JP Humbert
Mardi 29-juil 6h30	Les Ecrins G1 G2 lac et glacier d'Arsine (2459 m) G3 Refuge de l'Alpe de Villar d'Arêne (2340 m)	parking col du Lautaret (2036m) Parking cote 1714 Parking cote 1714	G1 sentier des crevasses lac d'arsine retour par parking G2,G3 G2 AR lac et glacier d'Arsine G3 refuge de l'Alpe de Villar d'Arêne retour par la cote 2082	600 m 760m 460m	18 km 16,5km 10 km	3436 ET	111 105 75	C AR AR	27 €	Serge Ballay Anne Gilotte JP Charvin G Chalençon <u>JL Oliot</u>
Lundi 04-août	Haute Marienne Pointe de Tierce (2973 m)	Bessans Pont du Ribon (1740 m)	G1:Vallon du Ribon, Oratoire Saint Anne, Tierce, Vallon d'Avérole G2:Vallon du Ribon, l'Arcelle (2140 m), retour Soliet (2115 m)	1220 m 540 m	10 km 15 km	3633 ET	162 78	AR C	33 €	Michel Martin JB Pautas Michel Martin JB Pautas

Date	Massif Objectif	Départ	Itinéraire	Dénivelé m	Distance km	Carte IGN	Indice IBP	C AR	CoV / 4 Bassens	Animateurs
G1, G2, nuitée au refuge du Villaron - Bessans (capacité max 23 personnes)										
Mardi 05-août	Haute Marianne Malamot Lac Blanc (2850 m)	Lac du Mont Cenis (1974 m)	G1: Fort de Malamot (2850 m) G2 : Lac Blanc (2250 m)	1000 m 750 m	18 km 19 km	3633 ET	120 104	AR AR		Michel Martin JB Pautas Michel Martin JB Pautas
Mardi 12-août 6h30	Tarentaise Grand Cocor (3034 m) Sortie en car	Val d'Isere Pont St Charles (2056 m)	G1 et G2 : Monter par les gorges du Malpasset puis le refuge deu Prariond, continuer en direction du Col de la Galise et rejoindre le sommet du Grand Cocor Retour éventuel via le Col de la Lose ou en revenant au Refuge du Prarion puis retour vers le P G3 : Parcours idem le G1 vers le Refuge de Prariond puis A/R vers les source de l'Isère	1000 m 630 m	12,2 km 9,6 km	3633 ET	118 90	C A/R	CAR	François Landrat Pierre Belland JP Charvin Michel Pegaz
Mardi 19-août 6h30	Mont-Cenis Refuge et col d'Ambin, lac Noir (2900 m)	Bramans Pont d'Ambin (1895 m)	G1 : Lac Noir par refuge et lac d'Ambin (2850 m) G2 Lac et col d'Ambin (2899m) G3 : Refuge d'Ambin (2270 m)	1120m 980 m 340 m	20 km 17 km 8 km	3634 OT	146 128 42	C AR AR	30 €	JB Pautas S Raoult Michel Martin G Chalençon <i>Agnès Carron</i>
Mardi 26-août 6h30	Cerces Pointe des Cerces (3098 m) Tour des lacs Sortie en car	Valloire Plan Lachat (1960 m)	G1 G2 col des rochilles Pointe des Cerces retour par le lac des Cerces G3 col de la Paré col des rochilles tour des lacs grand Ban et Rond	1080 m 560 m	15 km 10 km	3435 ET	136 84	C AR	CAR	JP Charvin JB Pautas M Sornay M Pegaz <i>François Landrat</i>

Date	Massif Objectif	Départ	Itinéraire	Dénivelé m	Distance km	Carte IGN	Indice IBP	C AR	CoV / 4 Bassens	Animateurs
Mardi 02-sept 7h00	<u>Vanoise Italie</u> Lac Bella Comba (2398m) Col Tachuy (2873 m)	Savonnes Pg Pierre Giret (1750 m)	G1: col de la Louie Blanche, lac Bella Comba, Col du Tachuy G2: Refuge Ruitor, Lac du Petit, col du Tachuy G3: Lac du Petit	1110 m 900 m 680 m	14 km 13 km 11 km	3532 ET	131 117 92	C C AR	24 €	Pierre Belland S Raoult Anne Gilotte <u>S Ballay</u>
Mardi 09-sept 7h00	<u>Belledonne</u> Lacs des 7 Laux (2152 m) <u>Sortie en car</u>	Fond de France (1085 m)	G1 et G2 : Chalet de Gleyzin, Col de la Vieille, Refuge 7 Laux. Retour par GR 738 G3 : Chalet de Gleyzin	1100 m 450 m	9 km 4 km	3433 OT	125 66	C AR	CAR	Gérard Baluais JL Oliot F Landrat Brigitte Cahez
Mardi 16-sept 7h00	<u>Aravis</u> Trou de la Mouche (2467 m) <u>Sortie en car</u>	La Clusaz Les Confins (1430 m)	G1 et G2 : Combe de Paccaly, Passage du Père, Roche Perfia, Trou de la mouche (2453 m) Retour par Combe du Gd Cret G3 : Combe de Paccaly (2050 m)	1100 m 500 m	10 km 8 km	3430 OT	128 98	C AR	CAR	Michel Pegaz JY Vial S Raoult P Belland A Gilotte

Date	Massif Objectif	Départ	Itinéraire	Dénivelé m	Distance km	Carte IGN	Indice IBP	C AR	CoV / 4 Bassens	Animateurs
Mardi	Vanoise	Termignon	G1 Lacs et Pointe de Lanserlia Les Arcelles, col de Lanserlia et pointe, descente par le trou du Chaudron, refuge du plan du Lac, retour parking par lacs de Bellecombe	800 m	18,5 km		118	C	CAR	Michel Martin
23-sept	Lac et Pointe de Lanserlia (2909m)	Pg Bellecombe (2300 m)	G2 : Lacs et Pointe Lanserlia, Les Arcelles, col de Lanserlia et pointe, retour par refuge et lac du Plan du lac	700 m	13,5 km	3633 ET	99	C		JB Pautas JP Charvin F Chouard
7h00	Tour des lacs de Bellecombe		G3 : Refuge Lac Blanc, lac de Bellecombe, lac aux Limnés, refuge Plan du Lac, retour parking	344 m	10 km		62	AR		J Aglietta JP Humbert M Sornay
	<u>Sortie en car</u>									
Mardi	Mont Blanc	Bionnassay	G1 : Le Planet, Le Nid d'Aigle, Baraque forestière des Rognes	1300 m	15 km	3531 ET	153	C	32 €	Pierre Belland
30-sept	Nid d'Aigle (2412 m)	Pg Le Crozat (1407 m)	G2 : Le planet, Nid d'Aigle	1008 m	13 km		123	AR		F Chouard A Gilotte
7h00			G3 : Bellevue la Chalette, Col Mont Lachat	730 m	10 km		93	AR		
Mardi	Beaufortain	Arêches	G1 : col de la Louze, sommet par les Rognoux (2686 m)	1250 m	15 km		145	C	CAR	Gérard Chalença
07-oct	Grand Mont (2686 m)	Barrage St Guerin (1530 m)	G2 : Lacs de la Tempête (2131 m)	870 m	13 km	3432 ET	110	AR		JL Olliot JP Charvin
7h00	<u>Sortie en car</u>		G3 :Lac des Fées (1896 m)	500 m	10 km		70	AR		B Cahez J Aglietta .IP Humbert

Date	Massif Objectif	Départ	Itinéraire	Dénivelé m	Distance km	Carte IGN	Indice IBP	C AR	CoV / 4 Bassens	Animateurs
Mardi 14-oct 7h00	Aravis Lac de Peyre (2075 m) <i>Sortie en car</i>	Col de la Colombière (1625 m)	G1: Col et Pointe Balafrasse (2296m)/ Lac de Peyre G2: Tête d'Aufferand, SousPointe de la Grande Combe (1981m) G3: Les Bouts Maroli le Haut (1767 m) Le Chinailon (1582 m)	920 m 660 m 430 m	12 km 10 km 10,5 km	3430 ET	98 86 62	AR C C	CAR	Sylvaine Raoult JY Vial F Landrat M Pegaz JP Humbert
Mardi 21-oct 7h00	Vanoise Refuge de la Vanoise (2530 m)	Pralognan Les Fontanettes (1650 m)	G1 et G2: Montée par la combe de l'Arcelin puis le Refuge. Retour par les Barmettes et le Lac des Vaches G3: Montée par les Barmettes et le Lac des Vaches (2318 m) Retour par le même itinéraire	900 m 700 m	12 km 9 km	3534OT	107 88	C AR	22 €	J Rousseau A Carron S Ballay JP Charvin <i>Pierre Belland</i>
Mardi 28-oct à définir			Petite Randonnée puis Repas de Fin de Saison							

Difficulté * IBP, indice d'effort de la FFRP, www.ibpindex.com C : Circuit AR : Aller-Retour
CoV € : estimation du coût du CoVoiturage en € (par personne pour un véhicule de 4 ou 5 personnes départ Bassens, coût autoroute A/R inclus)
(*) L'animateur noté en *italique souligné* est chargé d'organiser le covoiturage : adressez-vous à lui si vous n'avez pas de véhicule. L'animateur noté en gras est responsable de la sortie : adressez-vous à lui pour tout autre renseignement.