

Les randonnées se déroulent sur sentiers entretenus et le plus souvent balisés ne présentant pas de difficultés techniques.  
**Des modifications peuvent être apportées au programme** : destination, heure de rdv, report ou annulation pour diverses raisons.

Il est donc nécessaire de consulter les lundis, mercredis et samedis  
la rubrique "dernières infos randos" du site [www.vivre-a-voilloux.com](http://www.vivre-a-voilloux.com), (page d'accueil en haut à droite)

Les rendez-vous ont lieu sur le parking de l'Espace Animation

**Covoiturage** jusqu'au départ de la randonnée. Frais partagés sur la base de 0.30€ par voiture et par km

## RANDONNEES AUTOMNE 2016

NIVEAU FACILE		RANDONNEES DU MARDI			
Mois	Dates	H.rdv	destinations	responsables	téléphone
Septembre	6	13h15	Chamonix - chalet de la Floria	Maïté -Pierre	06.22.92.30.50
	13	13h15	Boucle sur Cordon	Jean - Olga	06.33.55.11.85
	20	13h15	Boucle sur Servoz	Dominique - Luc	06.81.60.35.97
Octobre	27	13h15	Lac des Gaillands depuis Les Houches	Nadine -Olga	06.19.04.06.24
	4	13h15	Boucle sur Combloux	Jean -Maïté	06.33.55.11.85
	11	13h15	Lac Javen - Megève	Pierre Olga	06.08.54.45.20
	18	13h15	Sources de l'Arveyron depuis les Bois	Maïté -Georges	06.22.92.30.50
Novembre	25	13h15	Le Crêt - Coteau de Saint Martin	Rose - Georges	06.32.23.59.96
	8	13h15	Lac Vert	Nadine -Luc	06.19.04.06.24
	15	13h15	Grotte de Saint Martin - Petit Arvet	Olga -Maïté	06.23.84.07.16
	22	13h15	Luth depuis Oex	Jean - Luc	06.33.55.11.85

L'adhésion aux Amis de Vouilloux est de 15€  
Elle donne accès aux autres activités de l'association.

**Tout randonneur doit se mettre à jour de sa licence  
FFrandonnée 2016 / 2017 d'ici fin décembre,**  
licence délivrée sur présentation  
d'un **certificat médical en cours de validité.**

Tous renseignements à la **permanence du jeudi soir,**  
de 18h00 à 19h00 à l'Espace Animation.

Prévoir un équipement adapté au parcours :

- vêtements de rechange, chaussures étanches, bâtons
  - lunettes de soleil, crème solaire et pour les lèvres
  - boisson, casse-croûte, barres de céréales,
  - et tous renseignements utiles : médicaux, allergies,
  - personnes à prévenir.....
- et choisir un niveau adapté à sa condition physique**

NIVEAU MOYEN		RANDONNEES DU JEUDI							
Mois	Dates	H.rdv	destinations	Situation	Altitudes	Dén.cum	Carte IGN	Responsables	Téléphone
Septembre	8	8h45	Boucle des Voirons	Chablais	1040-1457	450m	3429 ET	Jean-Maïté	06.33.55.11.85
	15	8h45	Lac de Peyre (+ col de Balafrasse 2296m)	Col de la Colombière	1613-2108	495 (+188)	3430 ET	Nadine - Luc	06.19.04.06.24
	22	8h45	Pré Rosset / Rochebrune depuis altiport	Megève	1410 -1893	500m	3531 OT	Olga -Henri	06.23.84.07.16
	29	8h45	Refuge de Folly depuis le Crêt	Samoëns	1000 - 1560	560m	3530 ET	Rose -Laurette	06.32.23.59.96
Octobre	6	8h45	Taninges - le Praz de Lys	Praz de Lys	875 - 1525	650m	3429 ET	Olga -Gilles	06.23.84.07.16
	13	8h45	Parcours en balcon Megève - Praz - Flumet	Megève - Flumet	moyenne 1200	300m	3531 OT	Jean-Henri	06.33.55.11.85
	20	8h45	Balcons sud et nord depuis les Tines	Chamonix	1080 - 1250	300m	3630 OT	Maïté -Evelyne	06.22.92.30.50
	27	8h45	Plateau de Beauregard depuis la Croix Fry	Manigod	1467-1741	550m	3531 OT	Jean - Monique	06.33.55.11.85
Novembre	3	8h45	Lachat d'en Haut	Passy	1112-1680	650m	3530 OT	Laurette- Nadine	06.81.38.21.24
	10	8h45	Les Saisies - col de Vercy - Mont de Vorès	Les Saisies -Megève	1657-2067	450m	3531 OT	Rose - Pierre	06.08.54.45.20
	17	8h45	Col du Joly - Colombaz depuis le Baptieu	Les Contamines	1386-1989	603m	3531 OT	Olga -Henri	06.23.84.07.16
	24	8h45	Chalets de l'Avenaz depuis Pont des Nants	Sallanches	1110-1719	610m	3430 ET	Georges - Monique	06 11 0825 33

### Le mardi : randonnée facile

- entre 2 et 3 heures de marche
- entre 200 et 300m de dénivelé
- entre 5 et 7 km aller/retour

Rendez-vous à **13h15**, départ 13h30

### Le jeudi : niveau moyen

- entre 4 et 6 heures de marche
- entre 400 et 700m de dénivelé
- entre 7 et 10 km aller/retour
- pique-nique

Rendez-vous à **8h45**, départ 9h00

BONS MARCHEURS		RANDONNEES DU DIMANCHE							
Mois	Dates	H.rdv	destinations	Situation	Altitudes	Dén.cum	Carte IGN	Responsables	Téléphone
Septembre	4	8h15	Alpages de Blaitière (depuis parking Biollay)	Chamonix	1046-1926	880m	3630 OT	Evelyne - Gilles	06.21.11.25.57
	11	6h45	Les Quatre Têtes par Doran	Sallanches	970-2364	1394m	3430 ET	Olga -Nadine	06.23.84.07.16
	11	7h45	Arête des Saix par Doran	Sallanches	970 - 1850	880m	3430 ET	Luc - Maïté	06.81.31.30.65
	18	7h45	Chalets du Criou depuis Vallon d'en Haut	Samoëns	730-1664	934m	3530 ET	Babeth -Rose	06.09.58.21.83
Octobre	25	7h45	Refuge du Grenairon depuis Salvagny	Sixt Fer à Cheval	930-1974	1044m	3530 ET	Babeth - Jocelyne	06.09.58.21.83
	2	7h45	Refuge Gramusset depuis col des Anne	Arais Grand Bormand	1721-2162	441m	3430 ET	Luc - Gilles	06.81.31.30.65
	9	7h45	Lac de Lessy par le Paradis (2 niveaux)	Petit Bormand	1000 - 1844	900 ou 600	3430 ET	Pierre -Rose-Jean	06.08.54.45.20
	16	8h15	Tour du Mont Lachat depuis Bionnassay	Les Houches	1410-2017	800m	3531 ET	Laurette-Olga	06.81.38.21.24
	23	7h45	Dent de Verreu depuis le Mont	Sixt Fer à Cheval	972-1901	950m	3530 ET	Suzanne -Jean	07.87.12.85.73
	30	7h45	Roche Parmal par montagne de Bellajoux	Petit Bormand	1050- 1694/1896	650 / 850	3430 ET	Pierre - Georges	06.08.54.45.20
Novembre	6	8h45	Refuge de Varan	Passy Bay	1100-1640	540m	3530ET	Luc - Monique	06.81.31.30.65
	13	8h45	Alpage de Porcherey	St Nicolas de Verocce	1160-1717	550m	3531 OT	Jean-Marc -Laurette	06.81.69.13.12
	20	8h45	Le Gâteau depuis la Tonnaz	Flumet	1180-1588	450m	3531 OT	Gilles -Jocelyne	06.89.20.57.08
	27	8h45	Mayères depuis Champ Devant (St Roch)	Sallanches	1030-1580	550m	3430 ET	Jocelyne -Monique	06.41.94.51.28

### Le dimanche : bon marcheur

- entre 5 et 7 heures de marche
- entre 500 et 1200m de dénivelé
- entre 10 et 20 km aller/retour
- pique-nique

Heures de rendez-vous **variables**