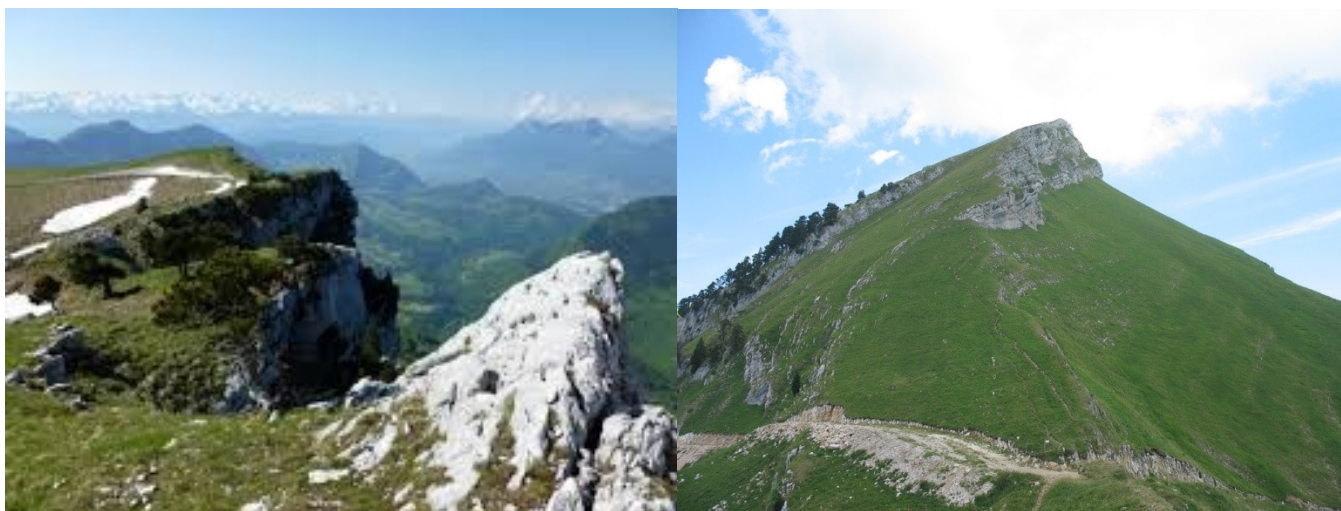


## Printemps dans les Bauges

08 mai au 11 mai 2020

Organisatrice : Marie-Hélène Carré	Niveau : <b>Soutenu ▲▲</b>
Avec accord : <b>oui</b>	<b>Itinérant avec portage</b>
Effectif maximum : <b>6</b>	<b>hébergement: Gîtes d'étape</b>



Crédit photos : altituderando

Le massif des Bauges, c'est un environnement préservé tout près des villes, une flore exceptionnelle, des sommets modestes accessibles en début de saison, et offrant de superbes vues sur les massifs prestigieux: tout pour une belle escapade de printemps !

### Niveau et esprit

Il s'agit d'une randonnée itinérante avec portage sur plusieurs jours. Nous emprunterons des sentiers souvent balisés, avec quelques montées raides, mais sans difficultés particulières en bonnes conditions, celles qu'on peut normalement trouver début mai. Cependant des plaques de neige persistante par endroits, ou fondue dans les jours précédents, peuvent rendre certains passages boueux et/ou très glissants. De bonnes chaussures, des bâtons de marche, et une expérience de la randonnée en montagne sont donc nécessaires.

L'altitude modérée des sommets des Bauges (plus ou moins 2000m) les rend accessibles en début de saison. Les points de vue y sont remarquables, mais se méritent cependant : dénivelés supérieurs à 1000m chaque jour, cheminement sur des crêtes parfois exposées au vent, étapes assez longues. Quelques options vers un point de vue ou autre ne sont pas exclues si les conditions météo sont favorables. Il ne s'agit toutefois en aucun cas de courir en montagne, mais il faut pouvoir maintenir une allure de marche régulière, en enchaînant les étapes, pour avoir le temps de profiter de la vue d'en haut, et d'apprécier les paysages le temps d'une pause, sans arriver trop tard à l'étape.

### Participation aux frais

**199€, incluant** : les demi-pensions, la contribution aux frais de fonctionnement du CAF, les transports locaux, les frais d'organisation (courrier, cartes, etc...), mais **n'incluant pas** : les repas des midis (pris en pique-nique sur le terrain), les en-cas, et boissons diverses, ni le transport jusqu'à la gare de rendez-vous.

## Transport

**Aller :** Rendez-vous le **jeudi 07 mai** à la gare de **Chambéry** (vers 17h00) ou à la gare **d'Aix les Bains** à 17h45.

Nous prendrons le bus qui part de la gare routière de Chambéry à 17h30 et passe à Aix les Bains (gare SNCF) à 18h00. Arrivée à Ecole en Bauges à 18h50. Installation au gîte d'étape.

**Retour :** **lundi 11 mai** à la **gare d'Aix les Bains** en fin d'après-midi.

## Hébergement et repas

Nous serons hébergé-e-s en gîtes d'étape (dortoirs, lits superposés), en formule demi-pension les Jours 1, Jour 2, et Jour 4.

Le Jour 3, nous ferons étape au gîte situé au-dessus de la coopérative laitière d'Aillon-le-Jeune, une des meilleures adresses de toute la région pour les spécialités laitières ! Nous préparerons notre dîner en commun à l'aide des produits locaux en vente à cette fromagerie (pain artisanal des Bauges, œufs, crozets, charcuterie, polenta, confitures et douceurs du pays ...et superbes fromages produits sur place dont la fameuse **tome** des Bauges. Celles et ceux qui apprécient les meules et fromages authentiques seront comblé-e-s ; par contre les personnes incommodées par les parfums d'alpage, ou intolérantes aux produits laitiers, pourront préférer s'inscrire à une autre sortie.

Prévoyez au départ au minimum les pique-niques des J1 et J2 (vendredi 8 et samedi 9 mai).

## Programme

**J1 (vendredi 08 mai) : vers le Plan de la Limace, sac léger mais pas à allure d'escargot !**

**14 km, + 1000m -1000m, 6h30** de marche effective environ

Journée de mise en jambes, en boucle à partir d'Ecole en Bauges (732m). Sac léger, avec juste les affaires de la journée et 1 picnic. Par le bois du Replat, montée à la Croix d'Allant (1580m) et au Plan de la Limace (1720m), Point de vue sur le lac d'Annecy, la Tournette, les sommets des Bauges alentour, et, si le temps est clair, quelques sommets plus prestigieux au loin.....

**J2 (samedi 09 mai) : avec le Mont Colombier en point de mire**

**18 km +1450m -1300m, 8h00** de marche effective environ

Départ d'Ecole en Bauges (732m). Montée assez raide dans le bois de la Fullie jusqu'à la chapelle Saint Bernard, (1005m), chemin de crête jusqu'aux chalets de la Fullie (1390m). Nous sortons de la forêt un peu avant d'atteindre le col de la Cochette (1695m), sous le Mont Colombier. Si les conditions sont favorables (plus de neige, pas trop de boue, ce qui rendrait le terrain trop glissant), nous nous engagerons sur la sente raide qui mène au sommet (2045m). Superbe belvédère ! Descente sur le chalet de Rossane (1813m). De là, en fonction des conditions et de la forme du groupe, nous pourrions aller visiter la grotte du mineur, voire pousser jusqu'à la Dent de Rossane (1895m). Descente à Aillon le Jeune (896m) où nous ferons étape.

**J3 (dimanche 10 mai) : les crêtes du Margériaz, côté pile et côté face**

**21 km +1000m - 750m, 8h00** de marche effective environ

Départ d'Aillon le Jeune (896m), montée vers le sommet du Mont Margériaz (1845m), vue magnifique sur le Mont Blanc et la combe de Savoie, parcours de crêtes jusqu'au col de la Vergne (1520m), descente jusqu'au hameau des Chavonnes et sentier à flanc sous les falaises du Margériaz, que nous longerons sous sa face « à pic », jusqu'au col de Plainpalais (1173m). Un sentier dans la forêt après le creux du Loup nous conduit au hameau de La Magne (1085m), où nous ferons étape dans l'ancienne école.

**J4 (lundi 11 mai) : encore quelques crêtes et grande descente vers le lac**

**18 km, +900m -1450m, 7h00** de marche effective environ

Départ de La Magne (1085m) en direction des chalets Gralette, montée à la Croix des Bergers (1371m), pour un joli point de vue sur le Mont Blanc -qui ne sera peut-être pas le dernier de la journée - puis direction les chalets Mermet (1140m) et les crêtes du mont Revard (1562m). Descente vers Aix les Bains (240m) par le chemin de la crémaillère, par la pointe de l'Aigle, ou autre sentier secret

dans la falaise.

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisatrice se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.*

## Équipement

### Papiers :

- Carte CAF, carte d'identité ou passeport valide.
- Carte Vitale ou carte européenne d'assurance-maladie.
- Espèces, carte bancaire.

### Marche et portage :

- **Chaussures de marche** de moyenne montagne, rôdées mais pas usées, de préférence à tige haute et imperméables, avec semelles crantées en bon état (type « vibram »).
- **Bâtons** de marche.
- Sac à dos de 30 à 40 litres contenant toutes vos affaires.
- **Gourde ou poche à eau contenance minimum 2 litres.**

### Nuitées :

- **Drap-sac**, bouchons d'oreille, sandales ou chaussures légères pour le soir
- Affaires de toilette minimum : savon, brosse

à dents, petite serviette

### Vêtements :

- **Chaussettes de rechange**
- Pantalon ou short (1 rechange).
- Chapeau ou casquette
- Tee-shirt, sous-vêtements (1 rechange).

### Pluie ou froid :

- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant.
- Bonnet, **gants**, tour du cou ou écharpe.
- Sur pantalon de pluie, guêtres "stop tout".
- Housse de pluie pour le sac à dos.

### Sécurité :

- Pharmacie personnelle
- **Sifflet, couverture de survie.**
- Téléphone mobile et chargeur.
- **Chapeau, crème et lunettes de soleil.**
- Lampe frontale
- Papier toilette

## Inscription

Vous pouvez faire une demande d'accord dès maintenant, en procédant de préférence en ligne. Votre inscription ne sera effective qu'après réception de l'accord de l'organisatrice et de votre règlement ou paiement en ligne.

Les inscriptions seront validées à partir du **vendredi 06 mars 2020** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#).

Lorsque vous vous inscrivez plus de 30 jours avant le départ, vous pouvez souscrire une assurance annulation (voir conditions).

A bientôt !