

# RANDONNÉE PÉDESTRE

Les chemins,  
une richesse partagée

AVRIL  
OCT.  
2023



[www.mjcevian.com](http://www.mjcevian.com)

**FFRandonnée**   
[www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)

# Informations sur le programme des randonnées MJC Evian 2023



Randonnée pour tous : moins de 600m de dénivelée, 3 à 4h de marche.



Randonnée moyenne.



Bon marcheur.



Très bon marcheur : plus de 1200m de dénivelée, plus de 6h de marche.

\* Sorties pouvant être «allégées» en fonction des participants.

**Toutes les sorties au dessus de 600m de dénivelée seront doublées.**

## CONDITIONS DE PARTICIPATIONS

- Les sorties sont accessibles à tous, y compris au public vacancier en séjour autour du Léman.

- Les randonnées sont GRATUITES. Cependant pour des raisons d'assurance, l'adhésion à la MJC et à l'activité «randonnée» sont obligatoires.

Carte d'adhésion MJC : 14€

S'adresser au secrétariat.

- Activité randonnée + Licence F.F. de Randonnée IRA + Assurances Responsabilité Civile (RC) et accidents corporels incluses : 67€ (Tarif normal)

Hors licence F.F. de Randonnée. : 35€ (Tarif normal).

- Pour partager notre passion et découvrir nos groupes, nous vous proposons des "Pass Découvertes" sur une journée (10 euros) sur une semaine (15 euros) ou sur un mois (25 euros) y compris une licence partielle.

- A l'inscription un formulaire devra être signé, il vous proposera une assurance complémentaire (Notice complète disponible au secrétariat de la MJC), vous demandera si vous êtes en bonne condition physique et apte à la marche en montagne et vous engagera à être bien équipé.

- Ce programme pourra être modifié en fonction des conditions météo ou de l'état de la montagne, à l'initiative des animateurs.

- Pour toutes les sorties se déroulant dans un pays étranger, la carte d'identité ou un passeport est obligatoire. Ne pas oublier de vous munir de l'argent de ce pays.

- Les mineurs devront obligatoirement être accompagnés d'une personne responsable.

- Afin de faciliter la découverte du milieu naturel et notamment de la faune, nous serons dans l'obligation de refuser les randonneurs accompagnés de chien.

- Nos sorties ont pour but essentiel de permettre l'approche du milieu naturel (Faune, flore, géologie, habitats, etc) et humain. Ce ne sont pas des épreuves sportives.

- Pour certaines sorties, nous serons dans l'obligation de limiter le nombre de participants (en raison de difficultés, de l'étroitesse des refuges...).

## INSCRIPTIONS

**Les inscriptions pour les sorties se feront par courriel.**

Vous serez informés de l'heure et du lieu de départ par courriel, le lundi pour les mercredis et le jeudi pour les dimanches.

Déplacement en covoiturage. Une participation aux frais sera demandée aux personnes transportées.









**Toute personne non inscrite sera refusée au départ.**













ESPACES MJC  
ÉVIAN-LES-BAINS

DATE	OBJECTIF	Altitude	Dénivelé	Niveau	Animateurs	Descriptifs
<b>30 AVRIL</b>	<b>Mont Bénand (Bernex) - chanson "la montagne" de Jean Ferrat</b>	1284 m	150 m à 250 m		<b>Anne-Marie et Luc</b>	Nous vous proposons un tour sur le Mont Benand et ces alentours en hommage à Didier sur "sa montagne"
<b>07 MAI</b>	<b>Le Linleu ou Linla (Chablais)</b>	2093 m	500 m		<b>Luc</b>	Son nom viendrait de "Mont des Loups" large pyramide rocheuse à la frontière Suisse avec vue sur la plupart des 4000 m
<b>14 MAI</b>	<b>Lac de la Case (Chablais)</b>	1839 m	625 m		<b>Céline</b>	Au départ de la Fétuière, nous rejoindrons le lac de la Case en passant par le chalet d'Oche puis nous continuerons via le GR 5 "les balcons du Léman". Randonnée en boucle
<b>21 MAI</b>	<b>Alpages de Sémy (Châblais)</b>	1713 m	600 m		<b>Annie et Jean-Michel</b>	Randonnée parcourant les contreforts des Cornettes de Bise sur les hauteurs de Vacheresse. Superbe point de vue au niveau des alpages. La randonnée passe par le lac Fontaine et les marais environnants.
<b>28 MAI Pentecôte</b>	<b>Isérables (Suisse)</b>	1493 m	837 m		<b>Catherine et Guy</b>	La voie des Erables avec vue sur la vallée du Rhône.

DATE	OBJECTIF	Altitude	Dénivelé	Niveau	Animateurs	Descriptifs
<b>04 JUIN</b> Fête des Mères	<b>Pointe d'Ireuse (Châblais)</b>	1884 m	600 m		<b>Alain</b>	Le panorama à 360° depuis le sommet offre une vue sur tous les sommets environnants.
<b>11 JUIN</b>	<b>Pointe de Châlune (Faucigny)</b>	2116 m	765 m		<b>Shirley et Bill</b>	Secteur classé en réserve de grand gibier. Large panorama sur le point d'Uble et du Roc d'Enfer.
<b>18 JUIN</b> Fête des Pères	<b>Châlets de Darbon (Châblais)</b>	1560 m	700 m		<b>Jean-Michel</b>	Au coeur du Géoparc du Châblais cet itinéraire de presque 9 kms propose un paysage savoyard varié de moyenne montagne. Au départ de la Revenette nous prendrons le chemin de Darbon le long du Nant de Darbon.
<b>25 JUIN</b>	<b>Le Mont Ouzon (Chablais)</b>	1880 m	750 m		<b>Luc</b>	Belle échine calcaire entre les Dranses de Morzine et d'Abondance. Magnifiques points de vue sur le Léman et le Mt Blanc. Passage par une cheminée équipée de câbles pour accéder au sommet. Ouzon viendrait d'Ours
<b>02 JUILLET</b>	<b>Haute-Pointe (Chablais)</b>	1958 m	840 m		<b>Shirley et Bill</b>	La Haute Pointe offre une vue imprenable sur toute la Haute-Savoie et ses sommets, dans une belle ambiance d'alpage.
<b>05 JUILLET</b>	<b>Les Meulières du Mont Vouan (Faucigny)</b>	800 m	310 m		<b>Michèle et Charles</b>	Exploitées depuis le Haut Moyen-Âge jusqu'à la fin du XIXe siècle, ces meulières sont le témoin d'une activité industrielle très active et demeurent uniques dans le sud-est de la France dans la mesure où certaines s'étendent sur plusieurs centaines de mètres
<b>09 JUILLET</b>	<b>Pic de la Corne (Chablais)</b>	2084 m	994 m		<b>Luc</b>	En passant par les lacs de Damoz des Moulins, une belle cime indépendante aux pentes, ravinement et barres rocheuses impressionnantes

DATE	OBJECTIF	Altitude	Dénivelé	Niveau	Animateurs	Descriptifs
12 JUILLET	Refuge Très la Tête (Val Montjoie)	1970 m	770 m		Shirley et Bill	De la réserve naturelle des Contamines-Montjoie, Vues sur Mont Joly à l'ouest et sur le Massif de Mont Blanc à l'est.
16 JUILLET	Refuge de Lorient (Massif du Mont Blanc)	2020 m	765 m		Catherine et Guy	Superbe balade en forêt menant dans un bel alpage. Vue sur le Mont Blanc
19 JUILLET	Lac du Mont Charvin (Les Aravis)	2011 m	850 m		Annie et Jean-Michel	Le Mont Charvin est parfois comparé au Cervin en raison de sa forme pyramidale. Il est un grand classique de la partie Sud des Aravis.
23 JUILLET	La Roche Parnal (Faucigny)	1896 m	750 m		Alain	Au sommet très beau panorama sur le Jura, le massif des Aravis et le massif du Mont-Blanc.
26 JUILLET	Châlets d'Ardens depuis le lac des Plagnes (Chablais)	1732 m	550 m		Michèle et Charles	Ces chalets servent toujours d'alpage dans la zone sauvage au nord d'Abondance, sous la crête d'Entre-Deux-Pertuis.
30 JUILLET	Lac de la Vogèle (Faucigny)	2001 m	1046 m		Luc	Le lac est blotti au pieds des pentes sud des Dents Blanches. Passage technique au départ par le pas de Borré et retour par le « Bout du Monde » et ces magnifiques cascades
02 AOÛT	Croix d'Autigny depuis le lac Fontaine (Chablais)	1804 m	750 m		Alain	La pointe d'Autigny est un point de vue isolé sur tous les massifs du Chablais.
06 AOÛT	Arête de Saix (les Aravis)	1851 m	950 m		Alain	Au coeur des Aravis et face au Mont-Blanc cette belle traversée permet de relier l'alpage de Mayères et son refuge à celui de Doran. Un passage légèrement aérien mais équipé.

DATE	OBJECTIF	Altitude	Dénivelé	Niveau	Animateurs	Descriptifs
09 AOUT	Col de Rebellion (Chablais)	1925 m	720 m		Shirley et Bill	En boucle depuis la Fétiuère. Vue superbe au pied de la Dent d'Oche.
13 AOUT	Pointe de Chavasse (Chablais)	2012 m	850 m		Céline	En partant de la Chèvrerie nous marcherons dans la forêt de Pététoz afin de rejoindre la pointe de Chavasse. Vue imprenable garantie, retour par Chavan
16 AOUT	Col de Coux (Châblais)	1992 m	650 m		Annie et Jean-Michel	Belle randonnée dans le Géoparc du Châblais. La randonnée débute au Lac des Mines d'Or. Au col nous aurons un magnifique point de vue sur les Dents du Midi.
20 AOUT	Aiguillettes des Houches (Massif du Mont Blanc)	2285 m	845 m		Shirley et Bill	Randonnée qui permet aux marcheurs d'être dans le calme de la réserve naturelle du massif de Carlaveyron.
23 AOUT	Pointe de la Golèse par la Chailla (Haut-Chablais/ Faucigny)	1850 m	600 m		Luc	Ce tour permet de découvrir un magnifique point de vue sur la vallée de la Manche et une grande combe au-dessus des chalets de Cuidex et Bô Morand.
27 AOUT	Le Mont de Grange (Chablais)	2432 m	1133 m		Shirley et Bill	Depuis le col de Bassachaux. Superbe massif dominant la Vallée d'Abondance. Bouquetins et chamois nous attendent au sommet.
03 SEPTEMBRE	Les rochers de Naye (Suisse)	2042 m	850 m		Catherine et Guy	Panorama incroyable sur le lac Léman.
10 SEPTEMBRE	Le Refuge Albert 1er (Massif du Mont Blanc)	2702 m	800 m		Annie et Jean-Michel	Situé au-dessus du Glacier du Tour, sur sa rive droite, c'est le seul refuge géré par le CAF de Chamonix que l'on peut atteindre sans passer

DATE	OBJECTIF	Altitude	Dénivelé	Niveau	Animateurs	Descriptifs
<b>17 SEPTEMBRE</b>	<b>Mont Baron et Mont Veyrier (Bornes)</b>	1254 m	850 m		<b>Alain</b>	Cette randonnée offre un magnifique belvédère sur le lac d'Annecy et les cimes du massif des Aravis et du massif des Bauges.
<b>24 SEPTEMBRE</b>	<b>Le lac vert par le col de Chésery (Haut-Chablais/ Suisse)</b>	2277 m	800 m		<b>Luc</b>	Depuis le village des Lindarets, nous irons découvrir le lac Vert en Suisse qui il y a plus de 50000 ans était un des nombreux glaciers qui alimentaient celui du Rhône.
<b>01 OCTOBRE</b>	<b>Niflon d'en Haut (Chablais)</b>	1758 m	820 m		<b>Shirley et Bill</b>	Depuis Combe de Frélois, l'itinéraire mène à d'anciens alpages réputés où se découvrent la modeste chapelle.
<b>08 OCTOBRE</b>	<b>Sentier des Crêtes (Torgon)</b>	1937 m	1135 m		<b>Catherine et Guy"</b>	Une randonnée au panorama sublime à travers les Crêtes du Domaine de Torgon
<b>15 OCTOBRE</b>	<b>Les Rochers de Moillats (Massif des Bornes)</b>	980 m	650 m		<b>Annie et Jean-Michel</b>	Cette randonnée au départ de Talloires offre une belle vue sur le Lac d'Annecy et les dents de Lanfont. Possibilité de visiter l'ermitage de St-Germain-sur-Talloires.
<b>22 OCTOBRE</b>	<b>Refuge de Varan (Faucigny)</b>	1620 m	800 m		<b>Alain</b>	Vue aérienne sur la vallée de l'Arve et panorama unique sur le Mont Blanc
<b>29 OCTOBRE</b>	<b>Repas de fin de saison</b>				<b>Luc</b>	Pour ne pas faillir à la tradition et pour clôturer cette belle saison que l'ensemble des accompagnatrices et accompagnateurs vous proposent, nous nous retrouverons autour d'une bonne table après la traditionnelle petite rando "de mise en appétit".





**NOTE IMPORTANTE :**

Chaque sortie de ce programme sera associée à une randonnée Cool adaptée au niveau du groupe.

Nous vous proposons également des séjours de plusieurs jours, que ce soit l'hiver ou en période estivale. Voir sur le site internet de la MJC

Ce dépliant est réalisé par l'association les Espaces MJC d'Evian, association affiliée à la Fédération Française de la Randonnée Pédestre (F.F.R.P. [association@ffrp.asso.fr](mailto:association@ffrp.asso.fr))



**FFRandonnée**  
[www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)



**ESPACES MJC**  
ÉVIAN-LES-BAINS