

Samoëns en fleurs (printemps 2014)/informations préliminaires

< Samoëns en fleurs (printemps 2014)

Balades dans Samoëns en fleurs

Période

du samedi 21 au samedi 28 juin.

Thème

découverte de la vallée du Giffre, du Cirque du Fer à Cheval, du Massif du Mont-Blanc

Hébergement

Chalets de Plampraz (<http://www.chaletsdeplampraz.fr/>) pendant la semaine ; hébergement simple en demi-pension.

Repas

matin et soir : repas à l'hébergement ;

midi : pique-nique tiré du sac ;

ravitaillement : à Samoëns (1 km).

Randonnées

six randos au départ ou proches de Samoëns avec deux animateurs et deux niveaux de marche ;

Le Croz, la Bourgeoise, Le Criou, le refuge des Fonts, le refuge d'Anterne Alfred Wills, le Mont du Buet (3096 m), le Cirque du Fer à Cheval, le lac de Montrond, le Giffre, le lac Léman...

Nombre de places

15

nombre de participants minimum : 8.

Coût

environ 250 € en demi-pension.

Les randonnées

Nous partirons à la journée, parfois tôt le matin, et rentrerons vers 16 ou 17 heures. Le pique-nique est prévu au soleil, au milieu des fleurs. Si le temps est mauvais, nous ne ferons pas de sieste le midi !

Deux balades par jour sont programmées, l'une tranquille, l'autre moins. Nous essaierons, autant que faire se peut, que les deux randonnées journalières se situent dans la même zone.

Les randonnées tranquilles :

- ▶ montée à la Bourgeoise (1770 m) au départ du lac de Joux Plane, descente à Sur les Chables (+100 m, -400 m, 4 km) ou Cessonnex (+100 m, -900 m, 8 km) ;
- ▶ montée à la Tête du Vuargne (1825 m) au départ du lac de Joux Plane, descente à Verchaix (+250 m, -700m, 10 km) ou Plan Praz (+340 m, -1160 m, 15 km) ;
- ▶ journée au Cirque du Fer à Cheval (+300 m, -300 m, 10 km) ;
- ▶ les gorges des Tines au départ de Samoëns, retour par les Vallons (+200 m, -200 m, 11 km) ;
- ▶ le Giffre au départ de Plan Praz, retour par Verchaix (+230 m, -230 m, 11 km) ;
- ▶ le lac de Montrond (+190 m, -190 m, 6 km), Les Lindarets, Avoriaz, le belvédère des Échertons (+200 m, -200 m, 3 km) ;
- ▶ Le Grand Balcon sud, face au Massif du Mont Blanc, entre les téléphériques de La Flégère et de Planpraz (+400 m, -240 m, 5 km) à Chamonix...

Les visites possibles :

- ▶ *La Jaÿsinia*, le jardin de Madame Cognacq-Jaÿ ;
- ▶ le musée de la Musique mécanique des Gets ;
- ▶ la Chartreuse de Mélan à Tanninges...

Les randonnées moins tranquilles :

- ▶ La Bourgeoise (1770 m) par Mouchallaz au départ de Plan Praz (+970 m, -80 m, 8 km), et la descente ;
- ▶ La Croix de la Frête (1950 m) au départ de Sixt (+1130 m, -30 m, 8 km), et la descente ;
- ▶ le Petit Col d'Anterne (1950 m) au départ du Chalet du Lignon (+1100 m, -1100 m, 15 km) ;
- ▶ Les Hauts Forts (2400 m) au départ d'Avoriaz (+1260 m, -20 m, 6 km), et la descente ;
- ▶ le Môle, le tour de la Pointe d'Uble ;
- ▶ montée au refuge du Grenairon (1950 m) au départ de Sixt (+1050 m, -40 m, 6 km)...



La cascade du Rouget



Le Mont Buet



Massif du Mont Blanc

