

ADAPAR ALBERTVILLE - UGINE +++++ PROGRAMME MONTAGNE ETE 2023

Date	Groupe	Sortie	Départ Ville-Lieudit	Massif Réf.Carte	Altitude		Dénivelé	Temps de Montée	Départ		Responsables
					Dép./ Maxi.	Albert.			Ugine		
		ND Bellecombe									
	1	Mont Vorès (circuit)	Le Planay	Megève	1335/2070	735	2h30	7h30	7h45	Michel L	
02-juin	2	Ban Rouge (circuit)		3531 OT	1335/1980	645	2h30			Michel G	
	3	Refuge du Petit Tétrás (voir +)			1335/1700	365	2h30			Irma - Renée	
		Fournet									
	1	Tour du Bois du Fournet	Fournet	Chambéry	309/950	690	2h30	7h30	7h15	Francis - Agnès	
09-juin	2	Tour du Bois du Fournet		3332 OT	309/950	690	2h45			Francis - Agnès	
	3	Le Tilleret			309/549	350	2h00			René - Irma	
		Sallanches	Burzier								
	1	Ch Mayères Ref Doran (circuit)		La Clusaz	970/1850	880	3h00	7h15	7h30	Michel G	
16-juin	2	Ch Mayères Ref Doran (circuit)		3430 ET	970/1850	880	3h30			"	
	3	Chalet de Mayères			9701560	590	3h00			Renée - René	
		Le Désert									
	1	Pointe de la Gorgeat	Le Désert	Chartreuse	1170/1456	700 cum	2h30	7h15	7h00	Francis	
23-juin	2	Pointe de la Gorgeat	Le Désert	Nord	1170/1486	700 cum	2h45			Agnès	
	3	Pointe de la Gorgeat	Col du Granier	3333OT	1134/1486	350	2h30			Sylvie	
		St Martin de Belleville									
	1	Pointe de la Fenêtre (circuit)	St Marcel	St Jean	1450/2270	820	3h00	7h30	7h15	Michel L	
30-juin	2	Col de la Fenêtre (circuit)		Maurienne	1450/2100	650	2h30			Jean Patrick	
	3	Vers Chalet de Geffriand		3433 ET	1450/1900	450	2h30			Renée	
		Pralognan									
	1	Col de la Vanoise	Les Fontanettes	3 Vallées	1643/2625	882	3h00	7h30	7h15	Jo	
07-juil.	2	Col dr la Vanoise		3634 OT	1643/2625	882	3h30			Jean Patrick	
	3	Refuge des Barnettes			1643/2010	367	2h30			Renée	
		Celliers									
	1	Le Lac Branlay	Celliers Dessus	St Jean	1300/2032	732	3h30	7h30	7h15	Jean Patrick	
21-juil.	2	Le Lac Branlay		Maurienne	1300/2032	732	3h30			Michel G	
	3	Logis des Fées	Les Lèches	3433 ET	1700/1850	250cum	2h30			Irma	
		Col du Glandon									
	1	Col de la Croix	Col du Glandon	Belledonne	1924/2529	605	2h30	7h15	7h00	Francis	
28-juil.	2	Lac de la Croix		3335 ET	1924/2415	491	2h30			Michel L	
	3	Plan des Trois Eaux			1924/2131	207	2h00			Renée	

	Groupe	Sortie	Départ Ville-Lieudit	Massif Réf.Carte	Altitude	Dénivelé	Temps de Montée	Départ		Responsables
					Dép./ Maxi.			Albert.	Ugine	
		Champagny								
04-août	1	Refuge des Gouilles (circuit)	Champagny le Haut	3 Vallées	1444/2350	1100cum	4h	7h30	7h15	Michel G
	2	Plan Bois François	Départ retenue	3634 OT	1444/2100	800cum	3h00			Agnès
	3	Cascade du Py	Parking ski de fond		1470/1750	300	2h30			Renée - Irma
	4	Le Laisonnay d'en bas			1470/1557	150	2h00			Bernadette
		Méribel								
11-août	1	Col de Chanrouge	Mottaret	3 Vallées	1700/2525	825	3h00	7h30	7h15	Jo
	2	Lac de Chanrouge		3634 OT	1700/2349	649	3h00			Jean Patrick
	3	Refuge du Saut			1700/2147	427	3h00			Sylvie
		Les Menuires								
18-août	1	Col de P. Blanche et Monfort (C)	Parking Bruyères	3 Vallées	1750/2660	910	3h30	7h30	7h15	Michel L
	2	Col de Montfort	Parking La Chasse	3634 OT	1860/2660	800	3h00			Jean Patrick
	3	Lac de Pierre Blanche	Parking La Chasse		1860/2300	440	2h30			Sylvie
		St Sorlin d'Arves								
25-août	1	Circuit Lac Bramant et L Blanc	C. de la Croix de fer	Alpes d'Huez	2067/2533	800cum	3h00	7h15	7h00	Agnès
	2	Circuit Lac Bramant et L Blanc		Bourg d'O	2067/2533	800cum	3h30			Michel G
	3	Refuge de l'Etendard		3335 ET	2067/2430	370	2h30			Irma - René
		Roselend								
01-sept.	1	Rocher du Vent	Plan de la Lai	Beaufortain	1817/2335	518	3h30	7h30	7h15	Jean Patrick
	2	Le Rocher du Vent		3532 OT	1817/2335	518	3h30			Jo
	3	La Lauze			18172170	353	2h30			Renée - Irma
	4	La Petite Berge			1817/2071	254	2h30			Bernadette
		St Martin de Belleville								
08-sept.	1	Dos de Crêt Voland	Béranger	3 Vallées	1580/2093	513	3h00	7h30	7h15	Jean Patrick
	2	Dos de Crêt Voland		3534 OT	1580/2093	513	3h00			Michel L
	3	Roc du Midi			1580/1885	305	2h00			Irma - René
		Plan de la Lai								
15-sept.	1	Tête nord des Fours	Plan de la Lai	Megève	1900/2756	856	3h00	7h30	7h15	Jo
	2	Col des Fours (voir +)	cote 1900	3531 OT	1900/2665	765	3h30			Francis
	3	Col de la Sauce			1900/2307	407	2h30			René
		Champagny								
22-sept.	1	Col et Lac de Plan Séry	Le Laisonnay	Vanoise	1560/2600	1040	3h30	7h30	7h15	Michel G
	2	Refuge de Plaisance (voir +)	d'en Haut	3534 OT	1560/2372	812	3h30			Agnès
	3	Refuge de la Glière		3532 ET	1560/2010	450	3h00			Renée/Irma
29-sept.		Fort du Mont	<i>Dernière sortie avec repas au fort du Mont</i>							Tous les
			<i>Pour rejoindre le Fort du Mont 2 départs de rando 1 depuis Conflans - 2 depuis Farette</i>							Animateurs
			<i>Pour les autres possibilité de rejoindre le Fort en voiture</i>							Disponibles