



Les Pousse Cailloux du Môle

C101 - Programme Septembre -Octobre 2021
Renseignements au : secretariat.pcm74@gmail.com



Marche Nordique tous les mardis et jeudis matin - inscription en ligne (ou par tél.)

M. Thérèse
Christine
06.61.12.32.67
06.65.02.44.48

Date	Secteur/PK départ	Descriptif rando	Cotation	Km	D	Responsable	Téléphone
01.09 mer	Juvigny-Park cimetiére	Ballade autour de Juvigny	F1	8	90	Guy	06.81.53.63.13
05.09 dim	Les Praz -Park la Flégère	Lac blanc -Chamonix par téléphérique la Flégère (17€) Aller- Retour	M3	6	475	Christine	06.65.02.44.48
08.09 mer	Perrignier-Park gare Perrignier	Boucle autour de Brécorens	F1	7,5	45	Guy	06.81.53.63.13
12.09 dim	Contamines Montjoie- Park ND de la gorge	La Rosière des Prés- Boucle	M2	8	650	Renée	06.52.16.00.88
15.09 mer	Chevrier -Park mairie Chevrier	Boucle dans le couloir du temps	F1	7	18	Guy	06.81.53.63.13
19.09 dim	Mont Saxonnex- Park Frachets	Rochers de Leschaux par Cenise	M2	10	450	Jocelyne	06.75.92.36.97
22.09 mer	Park le Bété-Rte de Morsulaz	Le Lac Bénit	F2	5	340	Elizabeth	06.24.19.06.94
24.26.09 WE	Malbuisson-Lac de Saint-Point	Week-end Remoray- Boujeons -Jura*				Renée	06.52.16.00.88
29.09 mer	Park Bénite Fontaine	Tour de Saint Sixt et pique nique	F1	6	130	Thérèse	04.50.95.72.13
03.10 dim	Les Contamines Montjoie- Pk La Frasse	Boucle-Les Chalets de Miage	M2	10	700	Renée	06.52.16.00.88
06.10 mer	Pk Arthaz- station lavage	Le Plateau de Loex	F1	6	0	Thérèse	04.50.95.72.13
10.10 dim	Le Sappey- Park Eglise	Boucle sur le Salève-Le grand Piton- la tour Bastian	M2	7	533	Christine	06.65.02.44.48
13.10 mer							
17.10 dim	Bellevaux- Pk l'Ermont	Boucle sur les Niflons	M3	8,25	742	Christine	06.65.02.44.48
20.10 mer	Habère Poche- Park Foyer	Col des Moises	F1	7	250	Guy	06.81.53.63.13
24.10 dim	Sixt Fer à Cheval Pk Gorges	Boucle-Gorges des Tines /Le Mont	M2	9	400	Jocelyne	06.75.92.36.97
27.10 mer	Le Sappey- park église	Boucle sur le salève - Le Sappey	F1	7	270	Elizabeth	06.24.19.06.94
31.10 dim	Pk église Mt Saxonnex	Le Lac Bénit -Mt Saxonnex	M2	10	650	Renée	06.52.16.00.88

*** ATTENTION** : Week-end Remoray du 24 au 26 Septembre . Reste 3 places dispo. Acompte 50€ ordre des PCM.Solde 60 € pour le 10/09

TRES IMPORTANT : En fonction de la météo, ce calendrier peut être modifié à la dernière minute. Tnscription en ligne, message envoyé la veille ou avant-veille de la sortie.

Sentiers : F : Facile, chemin bon sentier. M : Montagnard, pentu, raide ou abs sentier, pierreux. A : Alpin, passage délicat, vertigineux, rocher.

Amplitude : 1 : Jusqu'à 400 D ou 8 km. 2 : De 400 à 800 D ou 8-16-km. 3 : De 800 à 1200 D ou 16-24 km. 4 : Plus de 1200 D ou plus 24 km.