



# Les Pousse Cailloux du Môle

Programme Juin 2021

Renseignements au : [secretariat.pcm74@gmail.com](mailto:secretariat.pcm74@gmail.com)



Marche Nordique tous les mardis matins inscription doodle

Christine  
Jocelyne  
06.65.02.44.48  
06,75,92,36,97

Date	PK départ	Rando	Descriptif	Cotation	Km	D	Responsable	Téléphone
9.06 mer	PK Communaux	Saveur et Paysages	Boucle	F1	7 ou 10	100	Jocelyne Michèle	J 06.75.92.36.97 M 06 82 66 06 43
06.06 dim	Pk base de loisirs du lac	du lac de Montriond aux Lindarets	Boucle	M2	9	600	Renée	06.52.16.0088
9.06 mer	Pk Bonneville	Les Terrasses d'Ayze	à travers forêts, vignes...	F1	7	220	Jocelyne	06.75.92.36.97
13.06 dim	Pk foyer ski de fond	Plateau des Glières et montagne des Auges	Boucle	M2	8.5	550	Renée	06.52.16.0088
16.06 mer	Pk lac du Môle	Ville en Sallaz		F1	7.5	150	Guy	06.81.53.63.13
20.06 dim	Pk le Planet-La Clusaz	Beauregard /sur les frêtes	Boucle	M2	12	500	Jocelyne	06.75.92.36.97
23.06 mer	Pk Eglise	Arbusigny	Circuit	F1	8	200	Elizabeth	04.50.03.91.54
27.06 dim	Pk le Leutzaz- Megève	Crêtes de Rochebrune	Boucle	M2	8.5	580	Renée	06.52.16.0088
30.06 mer	PK Cimetière Marcellaz	Marcellaz-Peillonex	Boucle	F1	7	100	Michèle	06.82.66.06.43

**TRES IMPORTANT : En fonction de la météo, ce calendrier peut être modifié à la dernière minute. Toujours téléphoner la veille au soir pour confirmation.**

**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.