



Les Pousse-Cailloux du Môle

C 85 Programme Mars-Avril 2019

Renseignements au : secretariat.pcm74@gmail.com



Marche Nordique tous les mardis et jeudis matin

Christine

04.50.43.44.66

Date	Pk départ	Rando	Descriptif	Cotation	Km	D	Responsable	Téléphone
03.03 dim	L'Erigné	Refuge de la Golèse	Aller-Retour	2	9	476	Renée	06.52.16.00.88
06.03 mer	Monnetier	Pierre Vieille	Petit Salève	1	5	250	Ninon	04.50.43.41.03
10.03 dim	Pk Mallatrait	Bellevaux	Aller-retour rocher de la Mottaz via le chalet Tre le Saix	3	8	596	Christine	04.50.43.44.66
17.03 dim	Parking de la télécabine de Zore	Crêtes de super Morzine	Aller-retour	2	9	300	Renée	06.52.16.00.88
20.03 mer	Vérage	Les Charmettes	Aller-Retour	1	6	300	Michèle	06.82.66.06.43
24.03 dim	Park Le Raffour	de Megevette à Onnion	le Sentier des Résistants	2	9	530	Jocelyne	06.75.92.36.97
31.03 dim	Bellegarde	Les Pertes de la Valserine	Boucle	2	13	765	Alain	06.31.50.82.98
02.04 mar	Réunion calendrier 20h30 à Bonneville							
03.04 mer	Choulex	Campagne Genevoise	Boucle dans les marais.Oiseaux	1	6	50	Michèle	06.82.66.06.43
07.04 dim	Park de Leschaux	Traversée du Mont Baron	de Vacheresse à Chevenoz	3	9	600	Jocelyne	06.75.92.36.97
14.04 dim	Bonnavaz	Col de Bolire Col de Foron	Aller-retour raquette Bolire si beau temps col de Foron	2	10	645	Renée	06.52.16.00.88
17.04 mer	Col de l'Encrenaz	Le Char des Quais	Aller-Retour	1	5	250	Michèle	06.82.66.06.43
21.04 dim			Pâques					
28.04 dim	Parking Nangy	Rando saveurs et paysages commune de Reignier *	boucle sur 4 communes avec dégustation produits du terroir	3	10	550	Christine	04.50.43.44.66

TRES IMPORTANT : En fonction de la météo, de l'enneigement ou des risques d'avalanche, ce calendrier peut être modifié à la dernière minute, Toujours téléphoner la veille au soir pour s'annoncer

Niveau de difficulté	Cotation	Distance	Denivelé	Horaire
	1	0 à 5 km	0 à 350 m	0 à 2h30
	2	5 à 9 km	350 à 700 m	2h 30 à 4 h
	3	9 à 13 km	700 à 1000 m	4h à 6 h
	4	13 à 18 km	1000 à 15000	6h à 8 h