

## Maurienne Seniors - Randonnées Raquettes (14 Sorties Raquettes)

**Inscription Obligatoire sur Doodle à faire jusqu'à la veille de la randonnée et par téléphone entre Téléphone coordinateur : 07 60 48 51 69  
8h et 9h la veille de la randonnée pour les personnes n'ayant pas internet.**

	Date et heure de départ	Destination, description sommaire	Dénivelé	Animateurs
1	<b>Demie-Journée</b>	<b>Bessans sortie commune</b>		
	Mardi 14 décembre Départ La Chambre 11 h 30	G1 : Rocher du Chateau	150 m	Enio Rizzotti / Dominique Pompili
		G2 : Rocher du Château	150 m	Gérard Grenat/Marianne Lyonnet
		G3 : Boucle en direction de la Goulaz	150 m	Alain Sirot / Guy Maubernard
		Ski de Fond		David Ré/Bernard Nouais
		Marcheurs : Circuit sur le plateau de Bessans	100 m	Nicole Mourgues/Jacques Finaz
2	<b>Demie-Journée</b>	<b>Beaune la Buffaz</b>		
	Jeudi 06 janvier Départ La Chambre 11 h 30	G1 : Beaune Village la Buffaz Beaune	370 m	Gérard Truchet/Denis Couvert
		G1 : Beaune Village la Buffaz Beaune	370 m	Bernard Julliard/Marianne Lyonnet
	Covoiturage Modane Jusqu'à Saint Michel Départ 11h 45 de Modane	G3 : Beaune le Thyl	300 m	Bernadette Durieux/Roland Combaz
		Marcheurs	150 m	Jacques Finaz/Alain Sirot
3	<b>Demie journée</b>	<b>Les Bottières</b>		
	Mardi 11 janvier Départ Modane 11h30	G1 : Les Bottières La Chavonnerie Les Granges Léard	337 m	Gérard Truchet/ Laurent Necca
		G 2 : Les Bottières Montfalcon Léard	337 m	Denis Couvert/Bernard Julliard
	Covoiturage La Chambre (Parking Quai de l'Arvan)	G 3 : Les Bottières Montfalcon Léard	138 m	Bernadette Durieux/ Maryse Mille
4	<b>Journée</b>	<b>Valloire Col du Télégraphe (Statues de glace)</b>		
	Mardi 18 janvier Départ La Chambre 8h00	G1 : Départ Col du Télégraphe / Valloire/ les verneys	220 m	Gérard Grenat/Maryse Mille
		G2 : Départ col du Télégraphe / ValloireLes Verneys	220 m	Enio Rizzotti/ Marianne Lyonnet
	Covoiturage Modane jusqu'à Saint Michel Départ 8h15 de Modane	G3 : Départ grand parking Valloire les Verneys	100 m	Kathleen Groues/ Jacques Finaz
		Marcheurs les Verneys statues de glace	100 m	Bernadette Durieux/Nicole Mourgues
5	<b>Journée</b>	<b>Montaimont Col du Chaussy</b>		
	Mardi 25 janvier Départ Modane 8h	G 1 : Bonvillard Croix de la Chal Col du Chaussy l'Alpettaz Bonvillard	830 m	Denis Couvert/ Laurent Necca
		G 2 : Bonvillard Croix de la Chal Col du Chaussy Bonvillard	600 m	Bernard Julliard/Bernadette Durieux
		G3 : Bonvillard Bergein Chaussy et retour	380 m	Guy Maubernard/ Kathleen Groues
		Marcheurs Lac du loup		Nicole Mourgues/Gérard Truchet
		Ski de Fond		David Ré

6	<b>Journée</b>	<u>Pont du Nant la Repose la Norma</u>		
	Mardi 1 Fevrier Départ la Chambre 8 h	G 1 : Pont du Nant la repose la Norma	452 m	Gérard Grenat/Marianne Lyonnet
		G 2 : Pont du Nant Chapelle Sainte Anne la Norma	250 m	Maryse Mille/Jacques Finaz
		G 3 : Pont du Nant la Norma Chemin du petit Bonheur	150 m	Roland Combaz / Bernadette Durieux
7	<b>Journée</b>	<u>Hery sur Ugine</u>		
	Mardi 8 Fevrier Départ Modane 7 h	G1: Bélieuvre /la Montagnette/les Mouilles/Hery	655 m	Dominique Pompili/Alain Sirot
		G2 : Bélieuvre /la Montagnette/les Mouilles/Hery	530 m	Bernard Julliard/Gérard Truchet
		G3 : Les Mouilles/la Montagnette	455 m	Guy Maubernard/ Kathleen Groues
8	<b>Demie journée</b>	<u>Saint Jean d'Arves / Entraigues les Chambons</u>		
	Mardi 15 Fevrier Départ Modane 11h15 Covoiturage la Chambre (Parking quai de l'Arvan) Départ la Chambre 12h	G1 : Entraigues,la Villette,le Pointg,les Buffettes	600 m	Bernard Julliard/Maryse Mille
		G2 : Entraigues,la Villette,le Pointg,les Chambons	390 m	Laurent Necca/ Denis Couvert
		G3 : Entraigues la Villette	130 m	Alain Sirot/Marianne Lyonnet
9	<b>journée</b>	<u>Planay d'Arèche / Journée</u>		
	Mardi 22 Fevrier Départ modane 7 h	G 1 : Le Planay d'Arèche les Chenaillettes Villard	650 m	Dominique Pompili/ Bernard Julliard
		G 2 : Le Planay d'Arèche les Chenaillettes	450 m	Maryse Mille/ Gérard Grenat
		G 3 : Idem G2 jusqu'à 1530 m	330 m	Bernadette Durieux/Roland Combaz
		Ski de Fond		David Ré/ Bernard Nouais
10	<b>Journée</b>	<u>Peisey Nancroix/journée</u>		
	Mardi 1 Mars Départ Modane 7h	G 1 : Plan Peisey vers Nancroix ND des Vernettes et la Chénarie	500m	Gérard Truchet/gérard Grenat
		G 2 : Plan Peisey vers Nancroix ND des Vernettes et la Chénarie	500 m	Enio Rizzotti/ Marianne Lyonnet
		G 3 : Plan Peisey vers la Chapelle des Vernettes	350 m	Guy Maubernard/ Alain Sirot
		Marcheurs	150 m	Nicole Mourgues/ Roland Combaz
		Ski de Fond		David Ré/ Bernard Nouais
11	<b>Journée</b>	<u>Vallée de Névache / Supplément tunnel du Fréjus</u>		
	Mardi 8 Mars Départ La Chambre 7h	G1 : Vers le Refuge du Ricou	515 m	Dominique Pompili/Enio Rizzotti
		G2 : Vers le Refuge du Ricou	515 m	Bernard Julliard/ Gérard Grenat
		G3 : vers le pont de la Clarée avant refuge	350 m	Denis Couvert/Gérard Truchet
		Marcheurs		Nicole Mourgues/Bernadette Durieux
		Ski de Fond		David Ré / Bernard Nouais

12	<b>NOCTURNE</b>	<u>ST François Longchamp</u>	
	Vendredi 18 mars	<b>Un bulletin d'inscription vous sera envoyé</b>	Enio Rizzotti/Dominique Pompili
			Alain Sirot/ Gérard Grenat
			Bernard Juillard/Bernadette Durieux
			Nicole Mourgues/ Maryse Mille
13	<b>Journée</b>	<u>Col de la Croix de fer/ Col du Glandon / journée</u>	
	Mardi 22 Mars	G1 : Saint Sorlin dernier parking / Col du Glandon	740 m Bernard Julliard/ Denis Couvert
	Départ Modane 7h	G2 : Saint Sorlin dernier parking / Col du Glandon	500 m Gérard Truchet / Alain Sirot
	Covoiturage la Chambre départ 7h45 (Parking quai de l'Arvan)	G3 : Saint Sorlin dernier parking / col de la Croix de fer	500 m Guy Maubernard / Kathleen Groues
		Marcheurs	Nicole Mourgues / Roland Combaz
14	<b>Journée</b>	<u>Bonneval L'ecot</u>	
	Mardi 29 Mars	G1 : Bonneval l'Ecot Trièves	300 m Gérard Grenat /Enio Rizzotti
	Départ La Chambre 7 h	G2 : Bonneval l'Ecot Trièves	300 m Marianne Lyonnet/Laurent Necca
		G3 : Bonneval l'Ecot	250 m Guy Maubernard /Bernadette Durieux
		Ski de Fond	David Ré/ Bernard Nouais
		Marcheurs	Nicole Mourgues/ Roland Combaz

2021/2022 9 DP

**Les sorties en montagne comportent toujours une part de risques, ne vous surrestimez pas !  
 Vous gâcheriez votre journée et feriez prendre des risques aux animateurs qui vous encadrent  
 N'ayez pas de honte à marcher dans un groupe plus faible .**

**Il nous arrive tous (animateurs compris) d'avoir quelques journées dans la saison ou nous sommes moins en forme que  
 d'habitude**

**La randonnée doit rester un plaisir à partager .**