Les Amis des Sentiers de la Belle Etoile

GAZETTE n°40
Octobre 2015

FFRandonnée

LE MOT DU PRESIDENT

2016, année au cours de laquelle notre association fêtera ses 15 ans d'existence, n'est plus très loin en ce début octobre. Vous recevez donc, joint à cette gazette, votre formulaire de renouvellement ainsi que la convocation à l'assemblée générale, le **mercredi 18 novembre**, sachant que votre licence 2015 en cours reste valable jusqu'au 31 décembre.

Pour les **certificats médicaux**, il y a un changement pour cette année à venir : suite à une concertation entre le gouvernement et les fédérations sportives, il a été décidé d'assouplir les règles de renouvellement. Pour obtenir votre licence FFRP, la fréquence annuelle de présentation d'un nouveau certificat ne concernera plus que les adhérents âgés de plus de **70 ans** au 31/12/2015. Pour les autres, la période passe à **3 ans**. La présentation de ce certificat reste par contre obligatoire pour toute nouvelle adhésion et ce quel que soit l'âge.

Sinon quoi dire de notre programme estival : beau temps, chaud et même caniculaire, quoi demander de plus ? Et pourtant programme chamboulé fin juillet avec 2 annulations et 1 modification suite à la pluie le samedi alors qu'il faisait beau dans la semaine !!! Décidément, Dame Nature a toujours le dernier mot.

Dominique Coisplet

IN MEMORIAM

Nos sincères condoléances à Georges Chaudan pour le décès de son épouse Marcelle survenu le dimanche 5 juillet. Qu'il soit assuré de notre amical soutien

DC

DENT DES PORTES
13 Juin 2015

La Dent des Portes, c'est cette sentinelle calcaire qui veille sur le chemin d'accès au Tréloz ; autant dire que le secteur est largement fréquenté par les randonneurs de tout poil. Mais, après la pluie de ces derniers jours, les connaisseurs des Bauges et de ses chemins gras par temps humide ont dû orienter leurs pas vers d'autres azimuts. Et finalement nous serons « entre nous » pour progresser le long du large chemin en forêt qui conduit au Golet de Doucy. A partir de là, le chemin se fait sentier et c'est à la queue leu leu que la petite troupe attaque les lacets caillouteux qui nous amènent au pied de la paroi : mais où diable va-t-on passer ? La pente herbeuse semble sortir du rocher pour fuir vers le bas ! Pas de panique : le grand géologue a prévu une « sangle » digne du massif de la Chartreuse que quelques judicieux coups de pioche ont transformé en passage sans danger ; et si nous avons fait une courte pause, c'était bien sûr uniquement pour laisser passer des amateurs de trail, foulée dynamique et sac léger. Nous voici finalement parvenus au carrefour des itinéraires : tout droit c'est le chemin du Tréloz, large, sans une pierre et même sécurisé par des filets !

Pour nous, c'est à gauche une vague sente qui empile ses lacets dans les hautes herbes jusqu'à la crête : à nos pieds la Combe d'Ire, en face la Tournette mais quelques nuages tenaces nous masquent le massif du Mt Blanc ; et seules quelques bribes de Vanoise jouent à cache-cache avec les cumulus.

La Dent est à portée de main mais le final, un tantinet aérien, en fera sagement renoncer quelques-uns. De retour du sommet et à nouveau tous réunis, nous explorons méticuleusement le sol à la recherche du moindre espace à peu près plat pour s'asseoir et attaquer un pique-nique bien mérité. Mais le ciel se charge et nous incite à écourter la sieste. La descente se fera par le sentier en forêt, plus direct que celui de la montée. Finalement, nous n'aurons pas reçu une goutte et c'est à La Compôte, devant un verre, que nous savourons les derniers instants de cette randonnée.

André Cr.

COL DE LA BAILLETTA 5 juillet 2015

Nous étions 15 en ce joli dimanche ensoleillé à nous retrouver en Haute-Tarentaise. Nous passons près du barrage de Tignes et de son Atlas un peu défraichi et montons au parking de La Sassière où nous garons nos voitures. De là, nous longeons la retenue d'eau puis traversons la digue du lac que nous dépassons ensuite. Nous rejoignons alors une combe dominant le lac de Santel et ce qui reste du glacier du même nom. Nous arrivons enfin au col et à ses 2852 m après une marche sous la chaleur, entrecoupée de sautes de vent. Le déjeuner, à l'abri, nous permet d'admirer le magnifique panorama de la vallée de Val d'Isère et du col de l'Iseran. Nous redescendons par le même chemin jusqu'à la bifurcation qui permet de passer sur l'autre rive du torrent vers le hameau en ruines du Saut. Il est temps pour nous de retourner dans la vallée, vers la canicule, tout en regrettant cet endroit si agréable.

Pierre C.

GRAND ROCHER
7 juin 2015

Décidément, je n'ai pas de chance avec la Maurienne ; la météo n'est pas franchement mauvaise mais elle annonce des risques d'orages en début d'après-midi, surtout dans les vallées, et donc à Saint-Jean de Maurienne où nous devons aller pour gravir le Grand Châtelard. Alors un plan B s'impose. Nous voilà donc partis à 25 pour Allevard où le soleil a des chances de rester un peu plus longtemps. Nous laissons les voitures au foyer de ski de fond, au dessus du col du Barioz, et prenons la direction du Crêt Luisard et du Grand Rocher. Ces sommets sont situés sur une crête que nous atteignons après une bonne heure de marche et d'où nous pouvons admirer la chaîne de Belledonne encore bien enneigée. La vue est magnifique avec, en plus, la Chartreuse à l'ouest et les sommets des Bauges au nord. Les rhododendrons ne sont pas encore fleuris mais c'est pour bientôt. Après la traditionnelle photo de groupe au sommet, nous gagnons une cuvette pour le pique-nique. La météo avait vu juste, le ciel devient tout noir au-delà de Belledonne, là où nous devions aller, et c'est sous un ciel devenu gris que nous entamons la descente via les crêtes puis le refuge du Crêt du Poulet. Au refuge, un grain nous amène à sortir les ponchos mais il ne dure pas et c'est sous le soleil revenu que nous regagnons le parking, bien contents de cette belle balade. Quant au Grand Châtelard, ce n'est que partie remise, nous irons l'année prochaine !

Dominique C.

CHALETS DE MIAGE
18 juillet 2015

Sous un ciel peu engageant, 16 participants prennent le départ pour le Lac Blanc, magnifique point de vue sur le massif du Mont Blanc. Hélas, arrivés à Megève, le ciel bouché et la pluie, qui semble imminente, nous incitent à modifier notre parcours et à opter pour les chalets du Miage, plus proches. Départ du parking de La Gruvaz sous une petite averse qui n'entame pas le moral de la troupe. Un peu plus tard, nous arrivons dans le très beau vallon de Miage, prenons un petit café et décidons de poursuivre jusqu'aux chalets du Truc.

Encore une montée, face au Dôme de Miage, le col et la pointe du Tricot, l'Aiguille de Bionnassay....Arrivés aux chalets, certains me suggèrent de poursuivre jusqu'à la pointe éponyme, endroit agréable pour le pique-nique et d'où nous pourrons contempler la chaîne des Aravis et le Beaufortain.

L'après-midi, une descente en boucle nous ramène au parking, ravis de cette journée conviviale, malgré l'humidité.

Jean-François R.

LE CLOU
Chalet de Bleuette & Maxime
27 juin 2015

Suivant scrupuleusement les indications de Bleuette, une équipe s'est affairée dès le vendredi pour monter les deux barnums, disposer les tables, les chaises... afin d'accueillir un maximum de convives, soit 35 personnes ; ce sera le nombre retenu pour ce traditionnel pique-nique.

Merci à Bleuette et Maxime qui une nouvelle fois ont mis leur chalet à notre disposition, ainsi que tout le matériel pour notre confort.

Samedi, la météo prévoit une belle journée, les randonneurs se retrouvent à 9 heures à la salle d'animation rurale J Ract, puis au mât olympique, où le covoiturage s'organise pour rejoindre le parking de la chapelle des Pointières, les non marcheurs nous rejoindront à midi.

Nous voici sur notre point de départ, André prend en charge le groupe :...23... 24 ...25 marcheurs ; le compte est bon, Ernest, le serre-file ne doit perdre personne !

Nous empruntons un sentier qui s'élève immédiatement dans la forêt, ce "sentier des Pointières " va nous faire découvrir les vestiges d'une vie passée : le musée du Roselais dans un vieux chalet sera notre première halte....

Tout au long du chemin, nous nous attardons sur des panneaux en bois sur lesquels ont été gravés de nombreux poèmes : l'exode rural, la disparition du hameau, la forêt remplace les cultures .... André nous apporte chaque fois un complément d'informations.

Plusieurs coupes "blanches" de sapins ont défiguré certains secteurs, des sentiers ont été déviés.

Le chalet est en vue, Bleuette agite avec ardeur le "caron" en signe de bienvenue. Maxime sort l'apéritif qu'il a soigneusement mis au frais, Bleuette sa pissaladière toujours très appréciée....et c'est la ronde des amuse-bouche.

L'assemblée ovationne nos deux hôtes pour leur accueil au cœur de la montagne.

Depuis la Normandie, notre président Dominique souhaite une bonne journée à tous.

Le pique-nique est toujours très convivial, 35 convives autour d'une table, c'est plutôt animé !

C'est un moment de partage entre les randonneurs....

Bleuette et Maxime nous offrent le vin, consommé bien évidemment avec modération.

Un grand merci à nos deux hôtes qui nous ont permis de passer une agréable journée dans un site remarquable, merci également à André de nous avoir guidés sur ce sentier qui nous a permis de découvrir la vie dans nos campagnes, il y a un demi- siècle à peine....mais que de changements !!

Roger D.

LAUZIERE : LAC DE L'ARPETTAZ / LACHAT (BONNEVAL)
20 juin 2015

Partis du « Logis des Fées », au-dessus de Celliers, nous avons emprunté un petit sentier, très agréable, que Line, Dominique et moi, avions découvert par hasard, le jour de la reconnaissance de cette rando. Il serpentait dans les alpages, parmi les fleurs printanières, et rejoignait plus haut le classique chemin balcon menant du lac de l'Arpettaz à Bonneval, le Lachat. En 15 jours, Dame Nature, avec la chaleur, avait évolué : les foins avaient grandi, les gentianes et les anémones laissant la place à quelques touffes de rhododendrons déjà bien avancés et les névés, que nous avions eu du mal à franchir, avaient disparu, chassant notre inquiétude mais aussi quelques repères...un seul, tout petit, subsistait, pour la photo ! Nous étions nombreux, ce jour-là, nous eûmes cependant la chance de voir deux chamois se déplacer tout près de nous et dévaler la pente gracieusement.

Nous suivîmes longtemps ce sentier balcon en admirant les sommets : montées, descentes, enjambements se succédaient allégrement en attendant de trouver le coin de prairie, confortable, pour un pique-nique bien mérité, avec l'idée de continuer encore un peu, après le déjeuner.

Mais, brusquement, le ciel s'assombrit, nous laissant à peine le temps de déguster la délicieuse brioche de Simone et nous obligeant à faire demi-tour.

Quel dommage ! Quelques gouttes nous firent sortir les kways et les ponchos, puis finalement le soleil revint. Il brillait très fort à notre arrivée aux voitures...coupant nos envies de retour. Nous décidâmes donc d'aller visiter le refuge, tout rénové, et nous prîmes le temps de goûter au bon clafoutis de Maryvonne, tout en devisant. Ce moment très convivial vint terminer à point, cette belle journée.

Evelyne

Nous avons pu admirer un sceau de Salomon verticillé. Information donnée par Jean-Louis.

Le CARRELET / Lac de la COMBE
10 juillet 2015

Au départ du col du GLANDON, le groupe de 12 marcheurs part au fond du parking par un sentier balcon qui surplombe les derniers virages de la route. Nous laissons à gauche un sentier qui sera le chemin du retour ; une courte descente dans les aulnes, un carrefour de chemins, nous prenons celui de gauche, celui qui part tout droit, va au col et au lac de la CROIX, itinéraire suivi par tous les autres randonneurs.
Le chemin monte en lacets, passe à côté de la source du GLANDON et arrive sur un grand plateau. Sur le coté du CARRELET, un millier de moutons broute dans les pentes ; le berger avec son chien les surveille du versant en face. Un petit aller retour pour voir le sommet qui domine le parking du col, au loin le MONT BLANC et, dans le col de la MADELEINE à droite, le col de la CROIX de FER et, derrière nous, le barrage de GRAND MAISON.

Nous revenons au croisement pour continuer vers les chalets en ruines de la COMBE puis vers le lac du même nom où se trouve le chalet en bois du berger et un grand parc pour les moutons.

Nous avons pris du retard, il est midi, nous allons vers une butte marquée sur la carte à 2235 m. Nous descendons un petit peu, l'endroit est sympa pour le casse- croûte avec le barrage sous nos pieds, la Casse de l'ARGENTIERE et ses éboulis à notre droite et plusieurs sommets entre 2700 et 2900 m sur nos têtes. Nous apercevons le chemin de la Brèche du Pin, but de notre sortie, mais il est trop dans la rocaille. Nous resterons donc plus longtemps au pique-nique avant le retour par le petit lac et l'autre chemin en balcon qui contourne le CARRELET, sur la route qui va à GRENOBLE. Une marmotte monte la garde un peu plus haut. Belle journée, température agréable.

André Ch.

LE MARGERIAZ
8 août 2015

Joli samedi pour ce début août, le ciel est bleu et nous sommes 21 à partir. Après 1h30 de route, nous arrivons au parking près de la Place à Baban, un peu avant la station du Margériaz.
Nous prenons un sentier assez sinueux dans les bois qui nous emmène sur la crête de la montagne.

Nous poursuivons jusqu'au sommet des pistes. Comme il fait très chaud, nous nous installons à l'ombre du bâtiment sommital du télésiège pour notre déjeuner. Quelle ne fut pas notre surprise d'être rejoints par une dizaine de chèvres qui se mettent à fouiller dans nos sacs !
Cette pause bien appréciée, nous redescendons vers la ferme du Margériaz pour acheter quelques fromages de chèvre. Nous retrouvons ensuite le chemin dans les bois et arrivons à la Place à Baban non sans avoir admiré les nombreux trous creusés par l'eau dans la roche.
Après un petit rafraichissement à Aillon Le Jeune, nous rentrons. Le ciel commence à se garnir de méchants nuages...et, vers Fréterive, la pluie se met à tomber dru.
Ce fut une journée agréable qui nous offrit un joli panorama sur la cluse d'Aix les Bains et le massif des Bauges.

Pierre C.

CIRCUIT AUX MONTS DU FÛT
Lundi 17 août 2015

13 personnes au rendez-vous. De Saint Jean de Belleville, la petite route sinueuse nous conduit jusqu'au parking du hameau « la Sauce » 1600m. Le ciel est légèrement couvert, des éclaircies nous motivent.
Nous suivons la vallée par la piste jusqu'au chalet d'alpage « les Combes » avant de prendre le sentier qui longe le Nant Brun. La température est idéale. Sur l'autre versant, le vallon est verdoyant, alterné de ravines et d'éboulis noirs. Une pause s'impose au chalet du Fût.

Puis nous prenons le sentier direct dans les alpages parmi les belles tarines. Un peu plus tard, nous arrivons sur la crête et la suivons jusqu'aux tables d'orientation incurvées pour reconnaître les différents sommets.

Quatre gros rapaces nous font une démonstration de vol libre : vautours ? aigles ? gypaètes ? Nous cherchons une place abritée pour le pique- nique.

Retour par la piste jusqu'à la fruitière, quelques achats de fromages, et nous retrouvons le parking.
Enfin une randonnée appréciée pour sa température agréable après la canicule.

Henri D.

REFUGE DU MONT POURRI
22 août 2015

Grand beau temps annoncé et nous sommes 15 pour cette randonnée en altitude en Tarentaise avec un départ de la station Arc 2000. Le plus difficile, lors de la reconnaissance, avait été.....le franchissement de la barre d'immeubles au dessus du parking d'arrivée ! Ouf, en ce mois d'août 2015 pas de travaux ni d'escaliers et de portes à trouver ! La route qui traverse est ouverte et nous pouvons stationner au départ du sentier.
Montée tranquille avec quelques raidillons sans plus et, très vite, nous perdons la vue sur la station et entrons dans un paysage grandiose : devant nous les glaciers de la face nord de Bellecôte et, derrière nous, le Mont Blanc et les Grandes Jorasses. Arrivés au col de la Chal, nous basculons sur le versant Peisey-Nancroix et arrivons au-dessus du refuge avec un magnifique panorama sur la Grande Motte et le lac de la Plagne.

Pour le pique-nique, c'est l'embarras du choix, le tout est de choisir la bonne cuvette et la bonne « gouille ». Bien rassasiés, certains choisissent la sieste, d'autres le café sur la terrasse du refuge.

J'avais prévenu le groupe que nous aurions à grimper l'après-midi car il nous faut maintenant remonter de 200 m environ pour regagner le versant des Arcs. Au lac des Moutons, c'est chose faite et nous croisons.....1500 moutons gardés par 2 patous pacifiques et un berger roumain. Le Mont Blanc est un peu caché à la descente mais le Beaufortain et la Pierra Menta éclairés par le soleil sont superbes. Voilà donc une belle journée, bien remplie à la satisfaction de tous.

Dominique C.

MONT MIRANTIN
29 août 2015

C'est par une journée radieuse que nous avons gravi les pentes du mont Mirantin, 1020m de dénivelée.
Départ de Plan Villard au-dessus d'Arêches. A la balise de « la cote 2000 », nous jouissons d'un premier panorama sur les montagnes du Beaufortain ; certains sommets sont noyés dans la pénombre, d'autres illuminés. Il fait très chaud.
Nous traversons sous la Légette du Mirantin pour atteindre le chalet du lac. Au passage, nous remarquons un névé, sous la pointe de la Grande Journée ; Ernest nous dit qu'une pierre y est gravée de ce message « quand tu me liras, les gens de la plaine auront soif » ! Après 2h45 d'efforts, « le Pas de l'Ane » est franchi ; nous sommes sur une petite crête, chacun commente les chaînes de montagnes qu'il connait, la vue à 360 degrés est à couper le souffle !

Je décide d'emmener le groupe au sommet du Mirantin, itinéraire un peu plus aérien... Tous les participants suivent, mais bientôt certains hésitent, renoncent...et un petit noyau seulement grimpera jusqu'à la croix, au sommet, à 2460 m.

Retour « au Pas de l'Ane » pour un pique-nique bien apprécié. La descente se fait sans encombre par le même chemin.
Quelle belle journée pour randonner ! Alors, à bientôt sur les chemins du Beaufortain.

Ernest B.

Au chalet du lac, Ernest et Jeannot s'improviseront même cordonniers pour dépanner une jeune dame dont les deux chaussures s'étaient éventrées !

Evelyne