ALFA ALPES RANDO

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
www.ffrandonnee.fr

AVR OCT 2025

alfa3a

MAISON POUR TOUS
ÉVIAN-LES-BAINS

Dates	Accompagnateur (trice)	Objectif	Altitude	Dénivelé	Niveau	Commentaire
6 Avril	Annie + Didier + cool	Le Môle (Faucigny)	1863 m	700 m	2	Montagne dont le sommet culmine à 1863 m, trône au-dessus de la vallée de l'Arve. Sa forme bien particulière fait penser à un volcan. Certains mêmes la comparent au Mont Fuji au Japon.
13 Avril	Luc + Nicolas	Chemin des Carriers (Chablais)	950 m	567 m	2	Depuis le port de Meillerie nous découvrirons le sentier que les Carriers empruntaient depuis Thollon pour rejoindre les sites d'exploitation des carrières de Meillerie.
21 Avril	Alain Jobard + Nicolas	Col de Pavis et lac de Darbon (Chablais)	1955 m	457 m	2	Superbe randonnée en boucle au départ des châlets de Bise permettant de découvrir le lac Darbon, petit bijou dans son écrin de rochers.
27 Avril	Bill + Shirley	Col Ratti (Faucigny)	1923 m	540 m	2	Au pied du Roc d'Enfer cet endroit est devenu un des lieux favoris des vautours fauves.
4 Mai	Catherine + Guy	Mont Pèlerin (Suisse)	1076 m	420 m	2	Vue depuis l'autre rive, sur le Léman et les sommets du Chablais qui tombent à pic dans le lac
11 Mai	Bill + Shirley	Pointe de Recon (Châblais)	1961 m	400 m	2	Aussi nommée la Pointe Haut Saix ou Haut Sex. La crête frontalière avec la Suisse offre des vues superbes.
18 Mai	Luc + Alain Jobard	Cabane de Barme (Suisse)	1920 m	940 m	3	Depuis le lac des Mines d'Or, un aller-retour vers la cabane de Barme dans le Valais (Suisse) en passant par le Col de Coux avec vue imprenable sur les Dents blanches.
25 Mai	Catherine et Guy	Belvédère de Champex (Suisse)	1821 m	400 m	2	Départ du Lac de Champex/Belvédère de Champex
1er Juin	Annie + Bill	Les lacs de Damoz des Moulins (Châblais)	1610 m	550 m	2	D'origine glaciaire, les lacs de Damoz des Moulins tirent leur nom du terme "amont" car ils se situent en amont des anciens moulins de l'Abbaye de St-Jean d'Aulps.
8 Juin	Luc + Didier	Lac de Lovenex et de Neuteu (Chablais CH et FR)	2091 m	890 m	3	Rando en boucle depuis Novel, en passant par le lac de Lovenex avec ses miriades de fleurs, la Dent du Velan et retour par le superbe lac et hameau de Neuteu.
15 Juin	Catherine + Guy	Salanfe / col du Jorat (Suisse)	2200/1926m	810/550 m	3	Lac de montagne. Belle randonnée. Cirque de Salanfe, son lac et son barrage.
22 Juin	Bill + Shirley	Pointe de Châlune (Faucigny)	2116 m	770 m	2	Secteur classé en réserve de grand gibier. Large panorama sur la pointe d'Uble et du Roc d'Enfer.
25 Juin	Annie + Luc	TDL Balcons du Léman (Chablais)	1700 m	800 m	2	Magnifique boucle passant par le col de Cornien, le châlet de Nordevaux et le Pic des Mémises qui porte bien son nom de "balcon du Léman", retour par le col de Pertuis.
28 Juin	Catherine + Guy + Alain J.	TDL GRP Littoral (Chablais)	900 m	500 m	2	Nous emprunterons une partie du GRP littoral du Léman pour faire découvrir notre territoire lacustre
29 Juin	Michèles + Charles	TDL GRP Littoral Chablais)	400 m	150 m	1	Nous ferons le sentier des Bacounis de Meillerie à St-Gingolph en empruntant la via Rhona. Peu de dénivelé. 14 kms aller-retour. Sentier historique des ouvriers exploitant les carrières de pierres qui sont transportées par les barques du Léman pour les constructions à Genève.
6 Juillet	Alain Jobard + Nicolas	Tour de la Palette (Suisse)	2030 m	340 m	2	Rando en boucle depuis le lac Retaud (variante par la pointe 2170 m). Un panorama splendide embrasse la vallée des Ormonts et ses massifs montagneux. Pâturages, fleurs et papillons, rhododendrons, grand châlet d'alpage magnifiquement situé et décoré.
13 Juillet	Bill + Shirley	Col du Fornet et le Venet (Châblais)	2227 m	850 m	3	Au-dessous des Hauts-Forts (sommet culminant du Châblais) nous découvrons de très belles vues des Fornets et de la pointe de la Léchère.

20 Juillet	Annie + Alain Jobard	Les châlets de Chailloux (massif du Mont-Blanc).	1923 m	600 m	2	Les châlets de Chailloux sont situés au milieu d'un alpage. Un paysage de verdure exceptionnel vous permet d'admirer le Massif du Mont-Blanc ainsi que le glacier des Bossons.
27 Juillet	Catherine + Guy	La pointe d'Aveneyre (Suisse)	2008 m	493 m	3	La pointe d'Aveneyre offre un panorama grandiose sur le lac Léman, les Alpes vaudoises et les alpes Fribourgeoises ainsi que sur les sommets du Châblais.
03 Aout	Bill + Shirley	Refuge de Très la Tête (Val Montjoie)	1970 m	770 m	3	De la réserve naturelle des Contamines Montjoie, vue sur le Mont Joly à l'Ouest et sur le massif du Mont-Blanc à l'Est.
10 Aout	Annie + Nicolas	Les châlets de Miage (massif du Mont Blanc)	1560 m	550 m	2	Les châlets de Miage offrent un cadre enchanteur, on se trouve ici au milieu de vastes alpages verdoyants tout en profitant d'une vue sur les glaciers des Dômes de Miage.
17 Août	Bill + Shirley	Lac et pointe de Tardevant (les Aravis)	2110/2501 m	750/1140 m	2/4	Depuis les Confins, la Combe de Tardevant est la seule à posséder un lac dans la chaîne des Aravis. On commence au milieu des pelouses alpines pour finir entre des névés tardifs.
24 Août	Alain Jobard + Nicolas	Lac de Tavaneuse (Châblais)	1997 m	780 m	3	Randonnée en boucle depuis Prétairié. Magnifique panorama sur les sommets du Châblais et au-delà.
31 Août	Catherine + Guy	Pic de Boré (Chabalis)	1974 m	765 m	3	Départ depuis Novel. Vue imprenable sur la face Nord de la Dent d'Oche.
7 Septembre	Luc + Didier	Tête de Bostan (Faucigny/Chablais)	2406	1096	4	Lac de montagne
14 Septembre	Catherine + Guy	Chindonne et dents de Vallerette. (Suisse)	2058 m	450 m	2	La dent de Valerette est un sommet bien connu car c'est une randonnée assez accessible qui offre une magnifique vue. En ettet, vous pourrez voir à la fois le lac Léman, la grande dent de Morcles ainsi que les dents du Midi.
21 Septembre	Bill + Shirley	Roc du château d'Oche (Châblais)	2197 m	990 m	4	Quasiment de même altitude que la dent d'Oche. Le Roc nous offre la possibilité d'une superbe randonnée.
28 Septembre	Alain Jobard + Nicolas	Lac de Chèsery/Lac Vert (Chablais/Suisse)	1992 m	330 m	2	Une randonnée présentant de la distance horizontale et des dénivelés doux. Dans un très beau cadre, on accède à deux charmants lacs d'altitude.
5 Octobre	Annie + Alain Jobard	Pointe de la Gay (Châblais)	1800 m	750 m	2	Vous découvrirez avec plaisir les alpages de Tré-le Saix. Cette balade vous offre un point de vue central sur les Alpes du Léman et un magnifique panorama sur le massif du Roc d'Enfer.
12 Octobre	Bill + Shirley	Col d'Ugeon (Châblais)	2091 m	600 m	2	Avec sa petite incursion dans la Suisse, une randonnée des alpages et des crêtes au pied de la dent du Vélan.
19 Octobre	Catherine + Guy	Torgon (Suisse)	1726 m	775 m	3	Un plaisir pour les yeux valant les efforts de la montée, puisque vous attend au sommet une vue imprenable sur le lac Léman, les alpes vaudoises et valaisannes, les dents du Midi et le Mont-Blanc. Sur le chemin du retour, une dernière aventure vous attend avec la traversée du pont suspendu.
		26 Octobre - REPAS DE FIN DE SAISON				Petite rando matinale pour se mettre en appétit;

L'ensemble des animateurs ont le plaisir de vous présenter le programme des randonnées pour la saison 2025.
L'activité randonnée et marche nordique est une prestation de la MPT de l'association Alfa3A.
Nous sommes une équipe de bénévoles, animateurs et administratifs, qui sont passionnés et heureux de vous faire découvrir les espaces qui nous entourent dans un esprit convivial et bienveillant.
Nous vous proposons un programme de randonnées, sur la journée, à plusieurs niveaux, rando cool d'environ 250 à 400 m, rando classique à partir de 500 m jusqu'à environ 1000, 1200 m.
Les niveaux de difficultés sont notés sur le programme par le nombre de chaussures, de 1 à 4.
Depuis le début de l'année nous vous proposons également tous les vendredis matin une séance de marche nordique.
Nous fonctionnons selon quelques règles pour le bien-être de tous :
-Nos animatrices et animateurs sont bénévoles, ils organisent les randonnées, font les reconnaissances, élaborent un programme, suivent des formations. Ils vous accompagnent pendant les sorties pour guider et assurer la cohésion et la sécurité du groupe.
Vous devez respecter leurs indications.
Ne pas dépasser l'animateur et ne pas s'éloigner du groupe sans l'aviser. Rappelez-vous que vous êtes responsables de vous-même ! de ne pas mettre en danger le groupe !

-Pour la sécurité de tous : vous devez être en bonne condition physique ne pas vous inscrire si vous ne vous sentez pas en forme, ou en capacité d'effectuer la rando qui vous est proposée. Les animateurs ne pourront en aucun être tenu responsable de votre état de santé.
-Les heures et lieux de départ : sont annoncés sur une communication qui vous est envoyée quelques jours auparavant. Nous vous demandons de les respecter et de vous présenter au minimum 10 minutes avant pour organiser le covoiturage. Vous devez vous inscrire au plus tard le samedi midi, veille de la randonnée, nous vous demandons de bien respecter cette consigne pour que les animateurs puissent organiser au mieux leurs sorties.
Vous devez être équipés avec une bonne paire de chaussures, un sac à dos adapté, des bâtons de marche, un pique-nique et de la boisson en suffisance, un chapeau, casquette..., des vêtements chauds, de pluie. Enfin tout ce que vous pensez nécessaire pour que vous puissiez passer une bonne journée.
-Pendant la randonnée, nous devons tous respecter notre environnement, ramener tous nos déchets, même les trognons de pommes, ne pas cueillir de fleurs, c'est dans la nature qu'elles sont les plus belles !!

-Être discret, ne pas déranger la faune sauvage.

-Rester sur les sentiers, ne pas prendre de raccourcis, quand ceux-ci sont escarpés, veiller à ne pas provoquer de chutes de pierre.

-Respecter les autres usagers et la propriété privée, un chemin passe toujours chez quelqu'un.
L'adhésion à notre groupe, vous permet de bénéficier d'une licence à la FFRandonnée, qui vous couvrent en cas d'accident, d'accéder à l'application Ma Rando, de bénéficier davantage chez divers équipementiers de sport et sur des séjours organisés par des professionnels du voyage.
Nous organisons également des séjours de randonnée en « étoile » ou en autonomie dans divers régions et pays.
L'ensemble des bénévoles restent à votre disposition pour d'amples renseignements et vous souhaite une belle saison sportive avec de belles randonnées, en partageant de bons moments conviviaux dans la bonne humeur et la bienveillance.
Luc Boileau
Responsable activité Rando