



Mardi 16 et Jeudi 18 Juin 2026

Randonnées organisées par le club l'Amitié de la Côte d'Aime

Arrivée des voitures particulières à 8 h 15 au parking de Planchanier (2km après Granier).

Les personnes utilisant leurs véhicules personnels sont priées de signaler tout incident de dernière minute, ainsi que leur présence à la personne chargée du pointage à l'arrivée.

Arrivée des cars à 8 h 30 au même parking.

BONS marcheurs G3 :

Départ du parking,
Laval, Le Verraret,
Pra Plan, parking
Planchanier

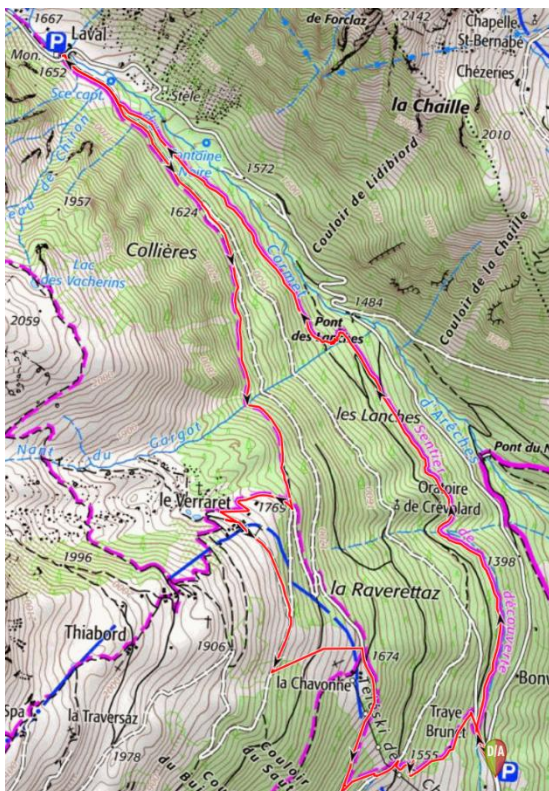
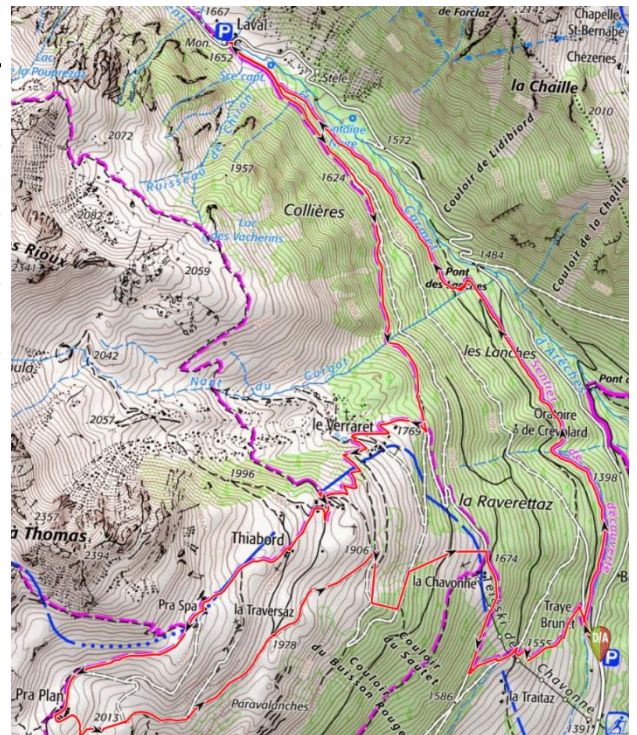
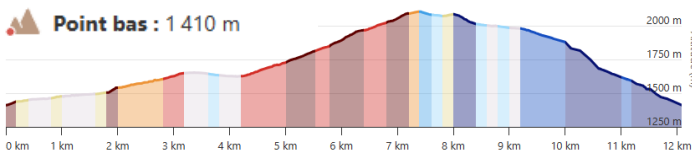
- Activité :** Pédestre
- Distance :** 12,10 km
- Durée moyenne :** 5h 30 ?
- Difficulté :** Moyenne
- Retour au départ :** Oui

Dénivelé positif : + 724 m

Dénivelé négatif : - 722 m

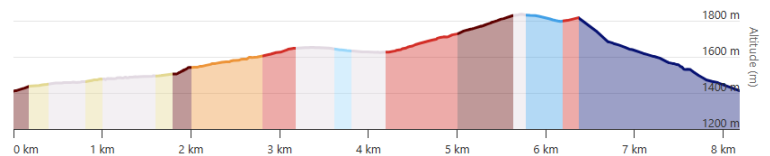
Point haut : 2 105 m

Point bas : 1 410 m



MOYENS marcheurs G2 : Départ du parking, Laval, Le Verraret, parking Planchanier.

Durée du parcours : 3 heures 40 - Distance : 8,2 Km -
Dénivelé + : 460m. Difficulté : Moyenne




- Activité :** Pédestre
- Distance :** 8,19 km
- Durée moyenne :** 3h 40 ?
- Difficulté :** Moyenne
- Retour au départ :** Oui
- Dénivelé positif :** + 460 m
- Dénivelé négatif :** - 458 m
- Point haut :** 1 836 m
- Point bas :** 1 410 m

Mardi 16 et Jeudi 18 Juin 2026

Petits Marcheurs G1 : Départ du parking, Laval, Parking
Durée du parcours : 2 heures 30 - Distance : 6,5 Km - Dénivelé
240 m - Difficulté : Facile

 **Activité** : Pédestre

 **Distance** : 6,48 km

 **Durée moyenne** : 2h 30 ?


 **Difficulté** : Facile

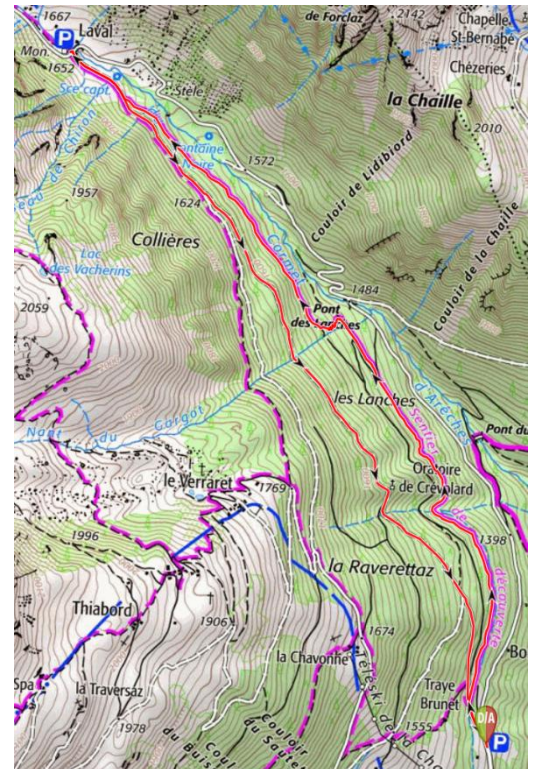
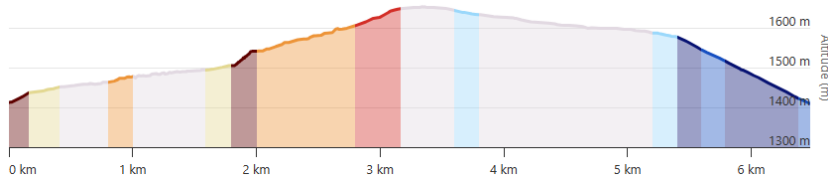
 **Retour au départ** : Oui

 **Dénivelé positif** : + 241 m

 **Dénivelé négatif** : - 243 m

 **Point haut** : 1 653 m

 **Point bas** : 1 410 m



Attention : Ces parcours sont ceux prévus lors des reconnaissances, les conditions météo pourront obliger les encadrants d'adapter les itinéraires le jour des sorties pour garantir la sécurité des groupes.

RECOMMANDATIONS :

N'oubliez pas votre repas et boissons tirés du sac.

Sacs étiquetés, bâtons obligatoires attachés au sac de préférence, lunettes de soleil, bonnet, gants, vêtements chauds et de pluie et de rechange, boisson pour le parcours, encas et pharmacopée personnelle.

N'oubliez pas d'apporter les documents nécessaires à chaque déplacement :

- ✓ Carte de Générations Mouvement de l'année en cours.
- ✓ Carte d'identité et carte Vitale

Départ des cars vers 16 heures.

Participation :

27 € par personne incluant le transport en car, les frais d'organisation.

12 € par personne pour les utilisateurs de voitures particulières.

**Inscriptions et chèques à retourner par le correspondant de votre club à la
fédération Impérativement avant**

Lundi 1 Juin 2026



Mardi 16 et Jeudi 18 Juin 2026

Vous avez tous pris connaissance du **règlement 2026** de la Commission La Forme.

Certificat médical : Il est obligatoire pour tous, chaque correspondant La Forme n'acceptera sur les feuilles d'inscription que celles et ceux qui seront à jour de ce document. Rappel du règlement : Seront valables les CM communiqués par Mail au plus tard le jour de l'inscription de la **première sortie annuelle** de chacun.

Il est de la responsabilité de chacun de s'assurer que les difficultés de la randonnée choisie :

- ✓ Correspondent avec leur condition physique et niveau d'entraînement.
- ✓ Soient en adéquation avec les recommandations de leur médecin.

Ramassage CARS : Vous devez téléphoner aux responsables encadrants cars pour prévenir de tout incident de parcours :

Cette sortie est organisée par le club l'Amitié de La Côte d'Aime :

Président organisateur et correspondant « Forme » : André Girard

Pour les encadrants :

Marithé Blosser 06 84 17 31 65 Serge Vibert 06 81 77 88 69 Olivier Dubost 06 44 13 58 69
Paul Grisard 06 08 02 20 24

Mardi 16 Juin

Cars Tarentaise

Pas de car pour BOURG-St-Maurice

Car de Bozel

7 H 10 Bozel (devant Mairie/Poste)
7 H 20 Vignotan
7 H 35 Moûtiers (Parking Cimetière)
8 H 30 Parking Planchanier Granier/Aime

Jeudi 18 Juin

Combe de Savoie

6 h 20 Voglans (Aire de Covoiturage de Villarcher)
6 h 35 Montmélian (Parking Super U "Francin")
6 h 50 St Pierre d'Albigny (**Parking bas vers Station-service Intermarché**)
8 H 30 Parking Planchanier Granier/Aime