

Marches et Rêves

Siège social : Mairie de Ruoms 07120



**Le Haut GIFFRE
SALVAGNY**

27 Juin 4 juillet 2015

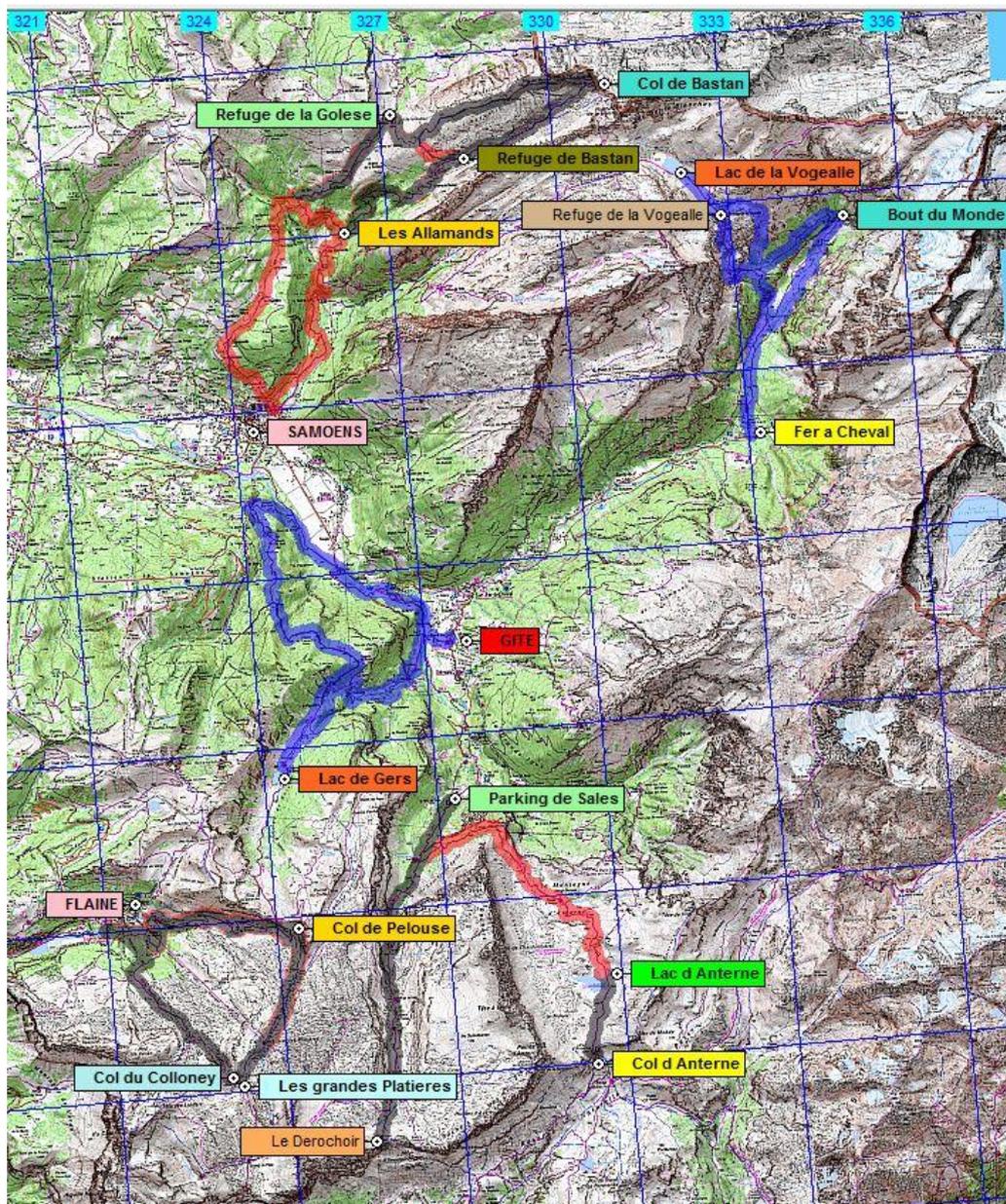
24 inscrits pour cette escapade montagnarde dans le Haut GIFFRE organisée par Claude et André.

Nous sommes hébergés au Cap France de SALVAGNY près de Sixt Fer à Cheval.



Souhaitons tout d'abord la bienvenue à trois couples qui se joignent à nous pour la première fois sur un séjour long.

**Claude et Michèle
Roger et Jacqueline
Didier et Josiane**



Nos Randonnées

Si la randonnée se mesure en nombre d'heures de marche et en dénivelée. Il est parfois intéressant de faire le cumul pour voir apparaitre les capacités physiques des participants. Une belle performance pour les deux groupes qui ont cumulé:

**Pour le groupe 1
96,936 Km
7537m de dénivelée**

**Pour le groupe 2
86,183Km
6339m de dénivelée**

Une performance qui en a surpris certains

Bravo

Jour 1 Le fer à Cheval, Lac de Vogealle, Le Bout du monde



Tracé : Jour 1 le Fer a Cheval



Distance totale

16.208 km

Déplacements

Arrêts

Durée estimée

06:52:13

Moyenne estimée

2.4 km/h

Amplitude

Montée

1246 m

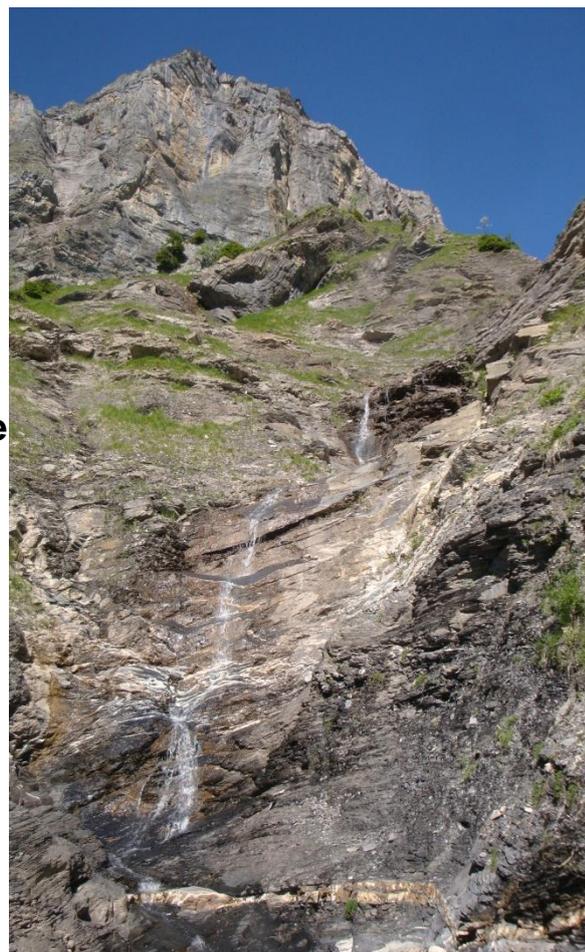
Descente

1243 m

Le fer à cheval est un hémicycle de 4 à 5 km de développement, avec des parois de 500 à 700m de haut, plus d'une trentaine de cascades jaillissent des falaises pour fournir une partie de l'eau du GIFFRE



**Après avoir gravi
une falaise,
longé une cascade,
traversé des pâturages,
franchi des névés,
nous atteignons enfin
Le Lac de Vogelle non
sans avoir pique-niqué
près du refuge du même
nom**



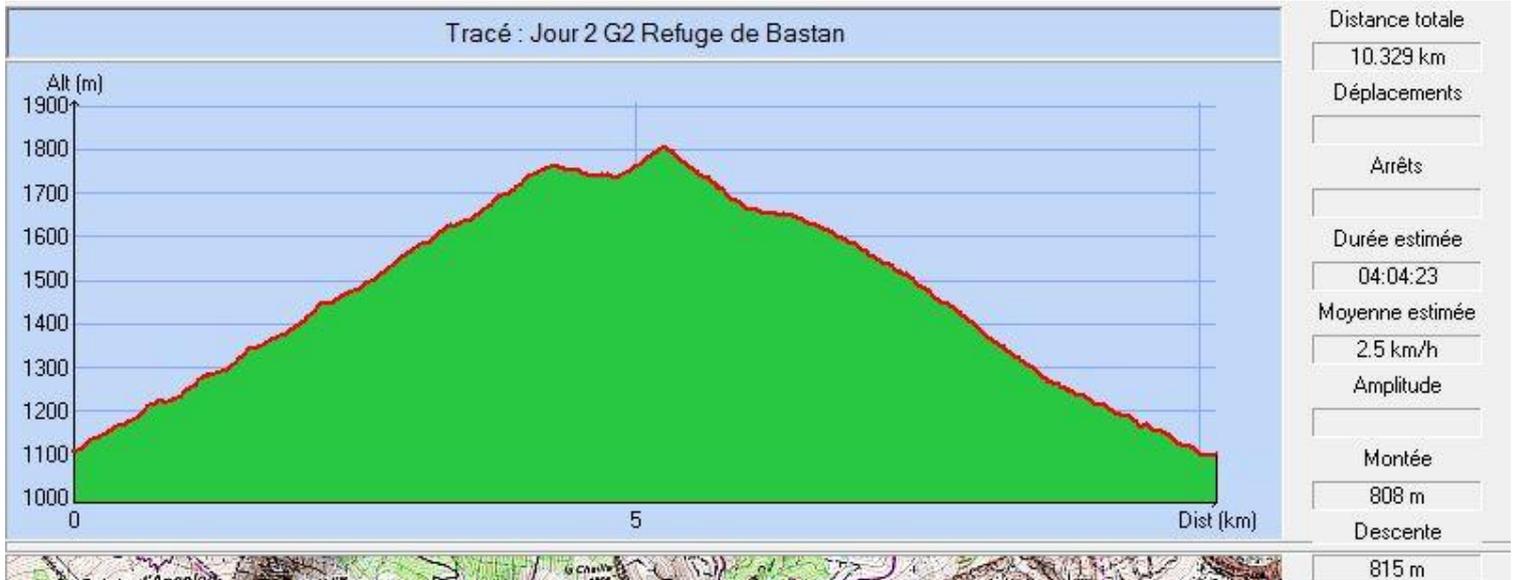
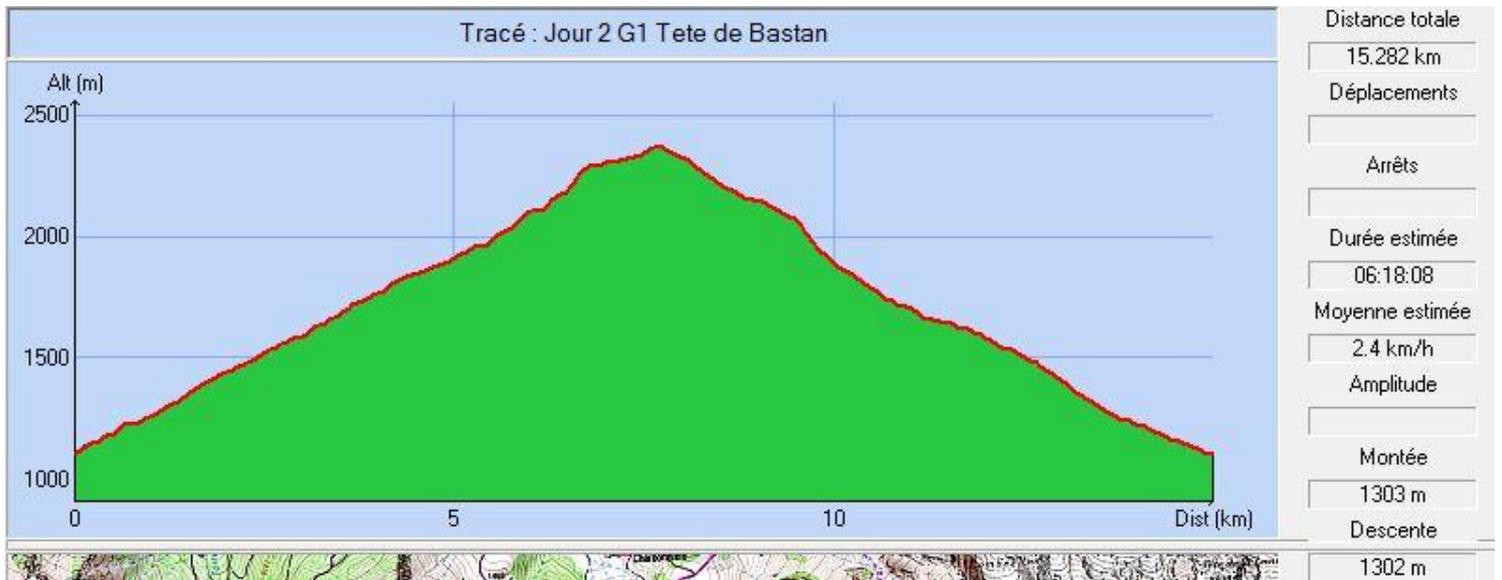
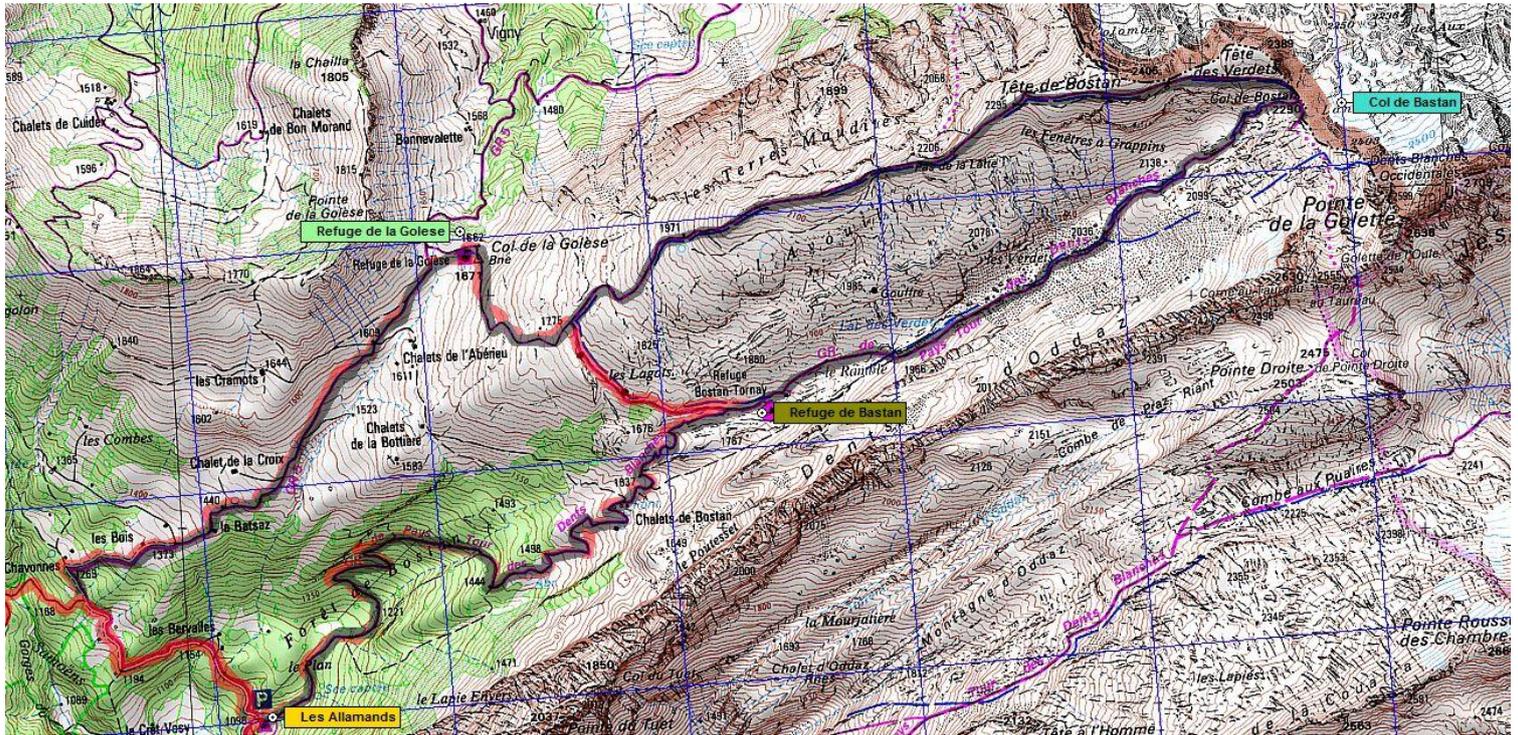


Une longue descente à travers 'Lapiaz', pierrier et pâturages, nous amène "Au bout du Monde" où coule une multitude de cascades.

C'est en parcourant une très belle vallée glaciaire au fond de laquelle coule le Giffre que nous regagnons nos véhicules.

Une bien belle première journée

Jour 2: Refuge col et tête de Bastan. Départ du parking des Allamands, nous montons ensemble jusqu'au refuge. Un groupe plus en jambe va continuer jusqu'au Col et revenir par la Tête de Bastan. L'autre va entamer la descente par le Col de la Golese



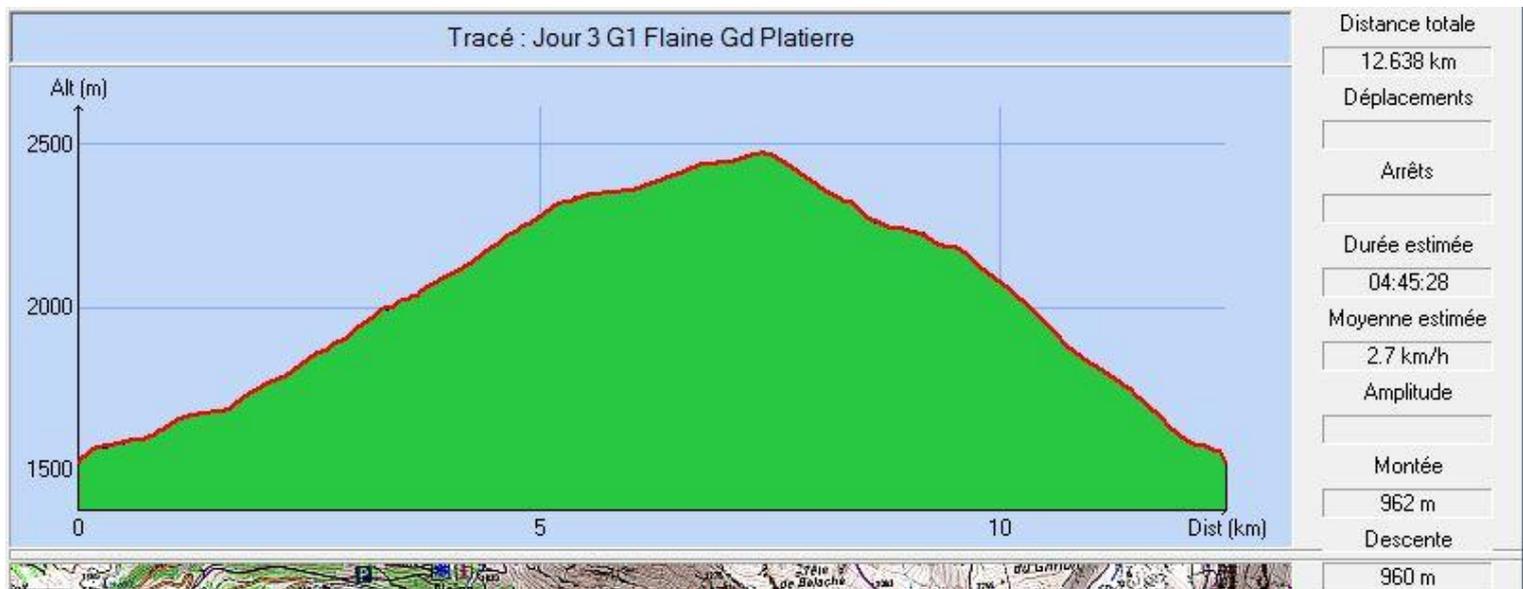
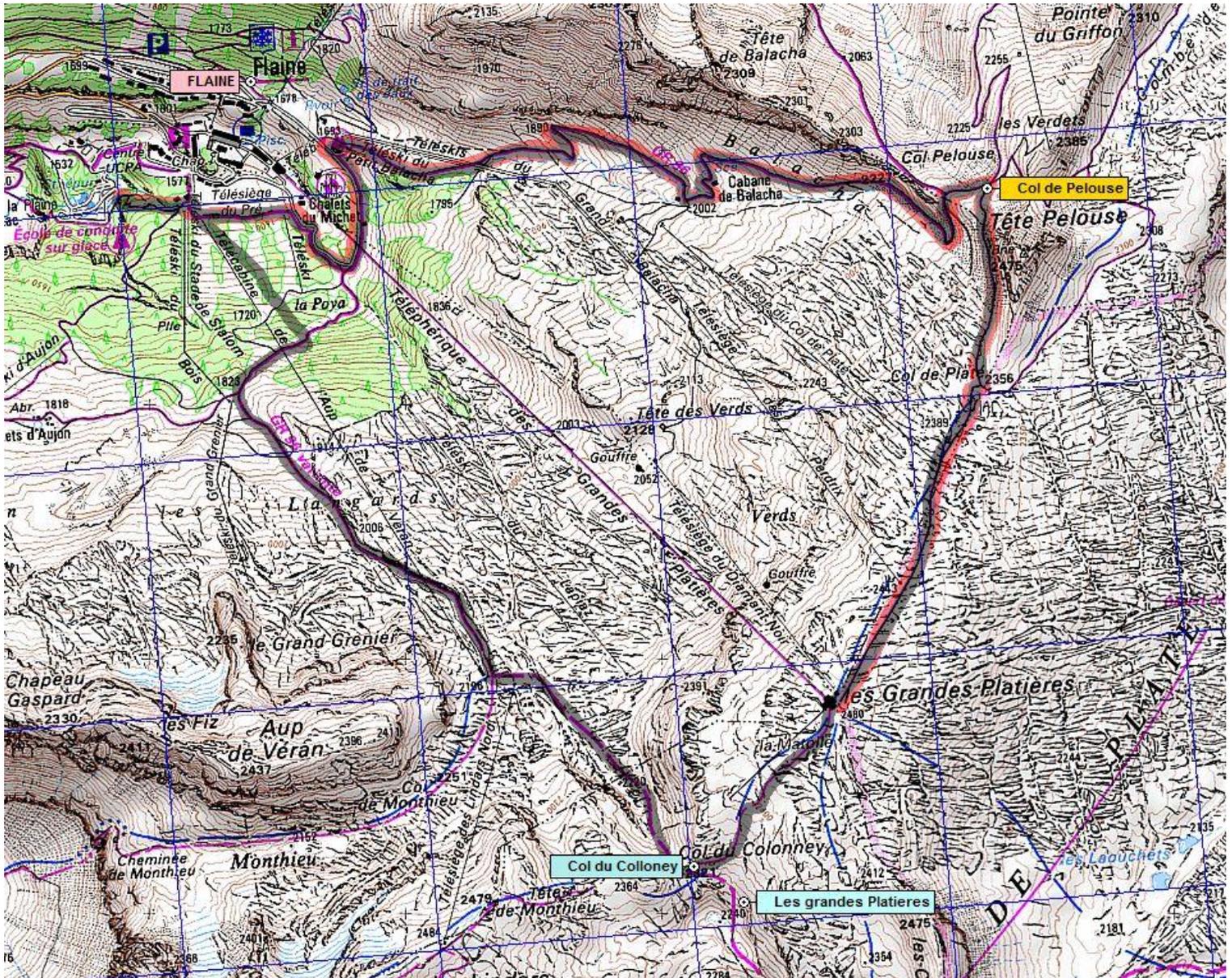


- Départ du G 1**
- Au Col de Bastan
 - A la Tête de Bastan
 - Le G2 dans les Rhodos
 - Le Col de la Golése
 - Traversée de troupeau
 - Retour dans la vallée



Jour 3: Flaine, Les Grandes Platières. Montée en groupe par le Col de Pelouse mais descente en deux groupes.

- G1 Par le Col du Colloney et le Désert de Platé
- G2 retour par le chemin de montée



Le désert de Platè dominé par la grande Platière 2480m est le plus grand Lapiaz d'Europe. c'est un plateau calcaire entouré de falaises.

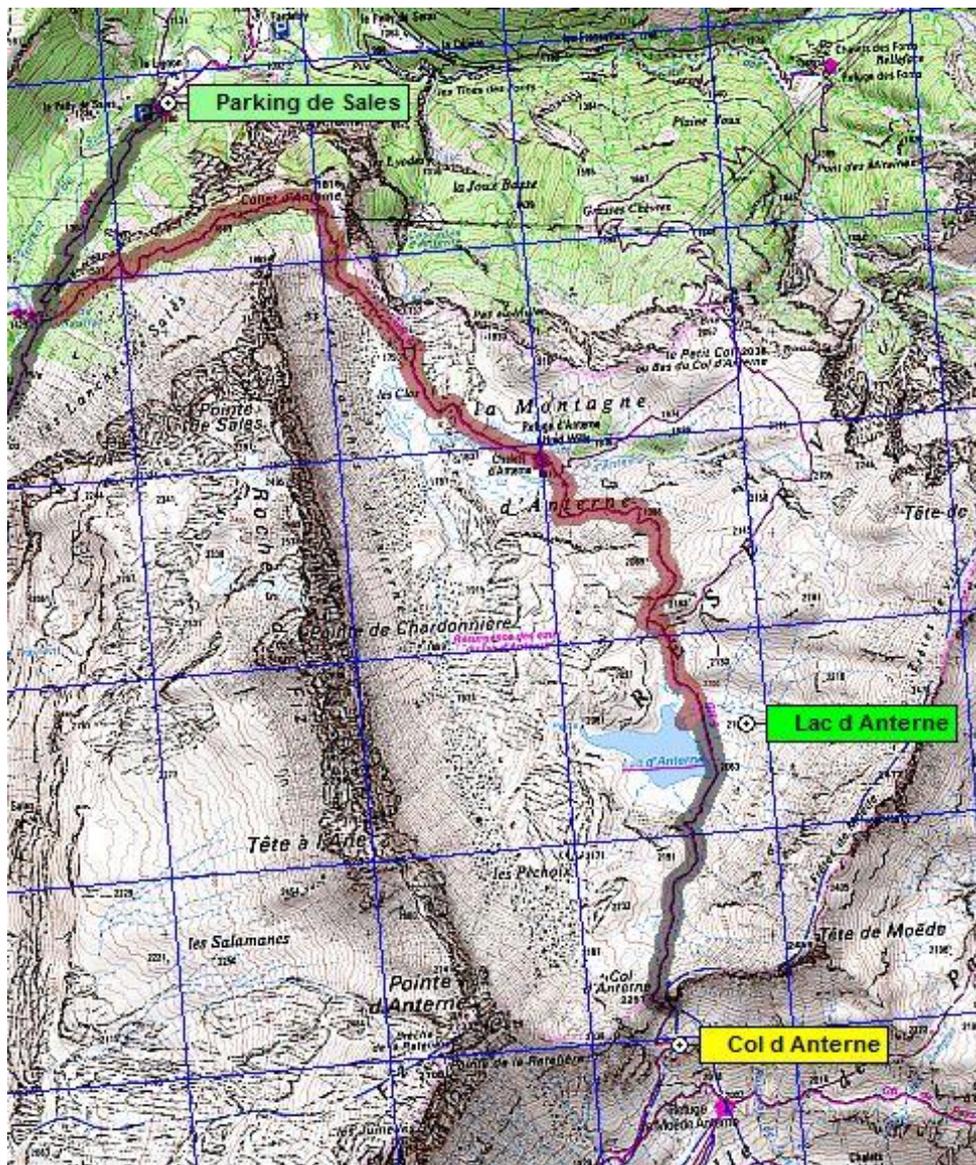


Si la montée au départ de Flaine est monotone, le panorama du sommet est à couper le souffle, devant nous, toute la chaîne du Mont Blanc.

La descente par le Col du Coloney est quand à elle plus technique mais tout aussi belle



Jour 4 : Lac et Col d'Anterne



Au départ du Parking de Sales une belle montée nous attend. Au passage, la cascade de Sauffaz a un bel arc en ciel. Du collet d'Anterne nous dominons Salvagny, nous passons au Refuge d'Anterne puis c'est encore une belle montée pour atteindre le Lac auprès duquel nous mangeons les plus courageux iront jusqu'au Col revoir le massif du Mont Blanc



Cascade de Sauffaz



Salvagny



Vers le Col d'Anterne

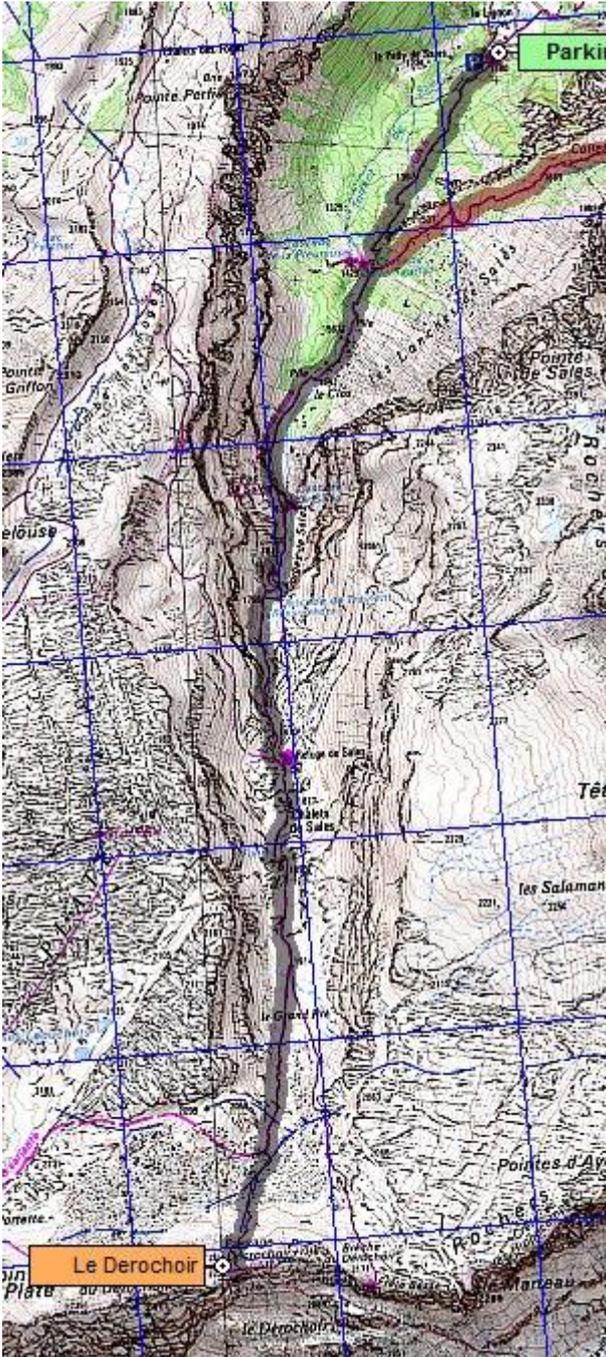


Le Lac d'Anterne

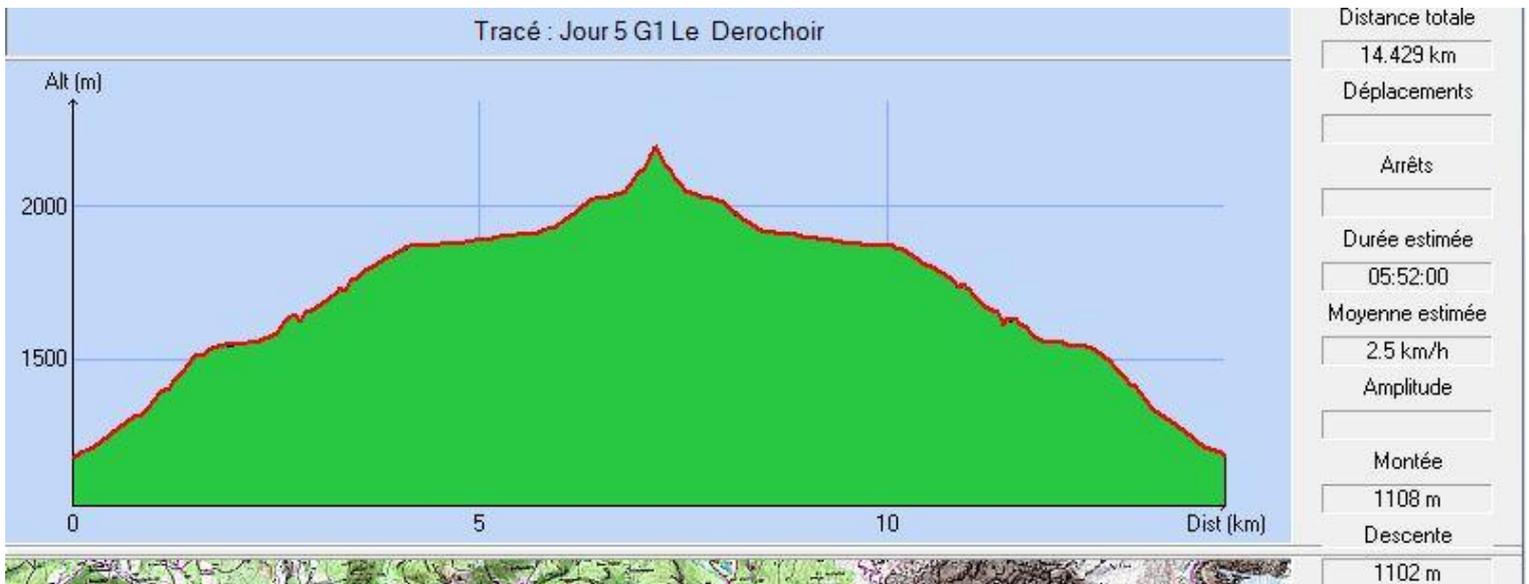


Jour 5: G1: Le Dérochoir

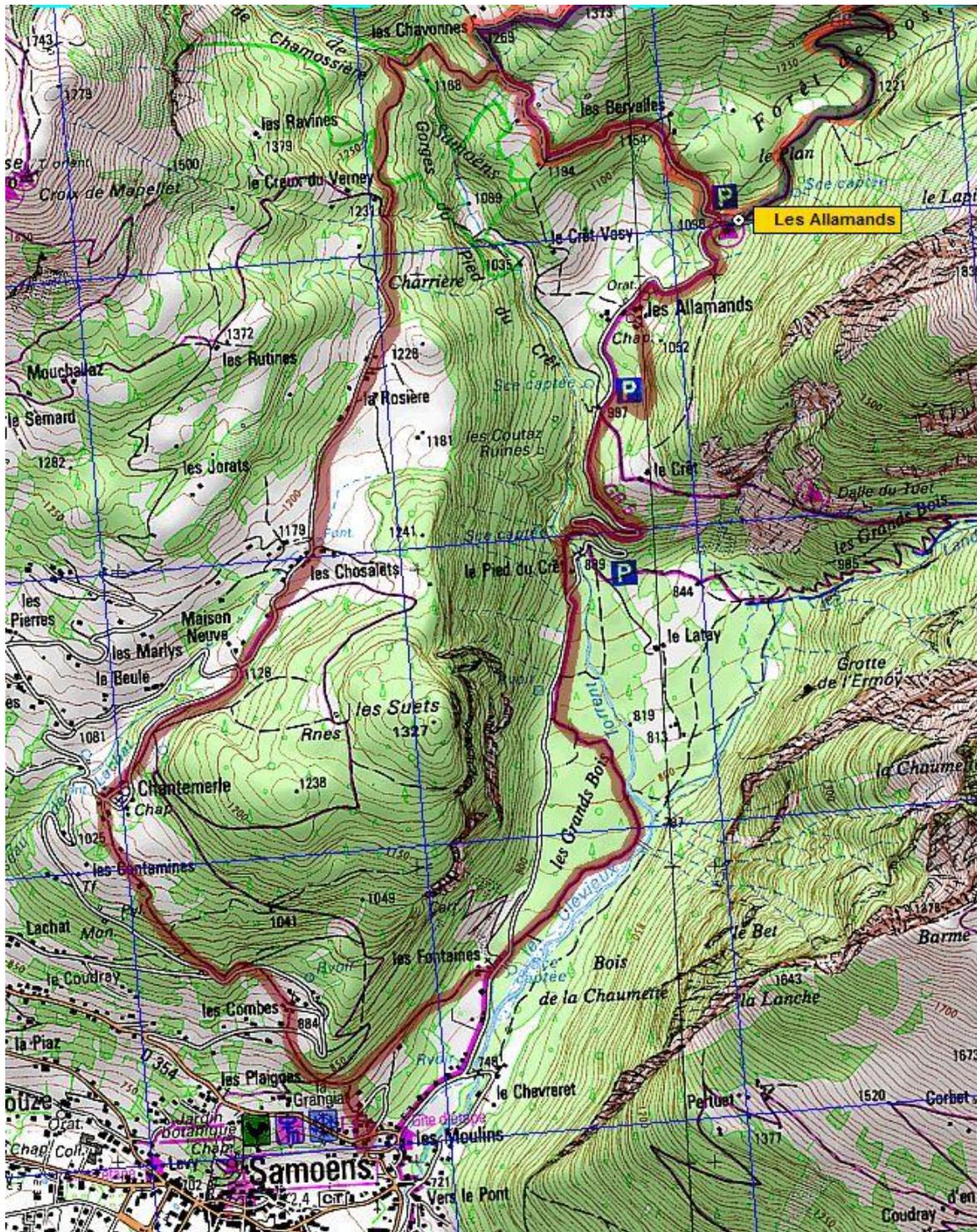
G1 Un passage à risque au fond de la vallée des Sales a mis fin à la rando prévue par le groupe



Le Dérochoir



Groupe 2: Promenade au dessus de Samoëns



Tracé : Jour 5 G2 Les Allamands



Distance totale

10.888 km

Déplacements

0

Arrêts

0

Durée estimée

03:40:25

Moyenne estimée

3.0 km/h

Amplitude

0

Montée

660 m

Descente

661 m



Départ à côté du vieux Tilleul planté en 1438, pour une montée sur les hauteurs de Samoëns. beaux paysages de montagne, sur un banc des commères commentent le passage du groupe. Nous finissons en triomphe avant d'aller manger une glace bien méritée par ces temps très chauds



Jour 6: Le Lac de Gers



Tracé : Jour 6 Lac de Gers-MNT - 03/07/15



Distance totale	19.959 km
Déplacements	05:42:47
Arrêts	03:19:20
Heure de début	08:15:57
Heure de fin	17:18:04
Amplitude	09:02:07
Montée	1519 m
Descente	1519 m



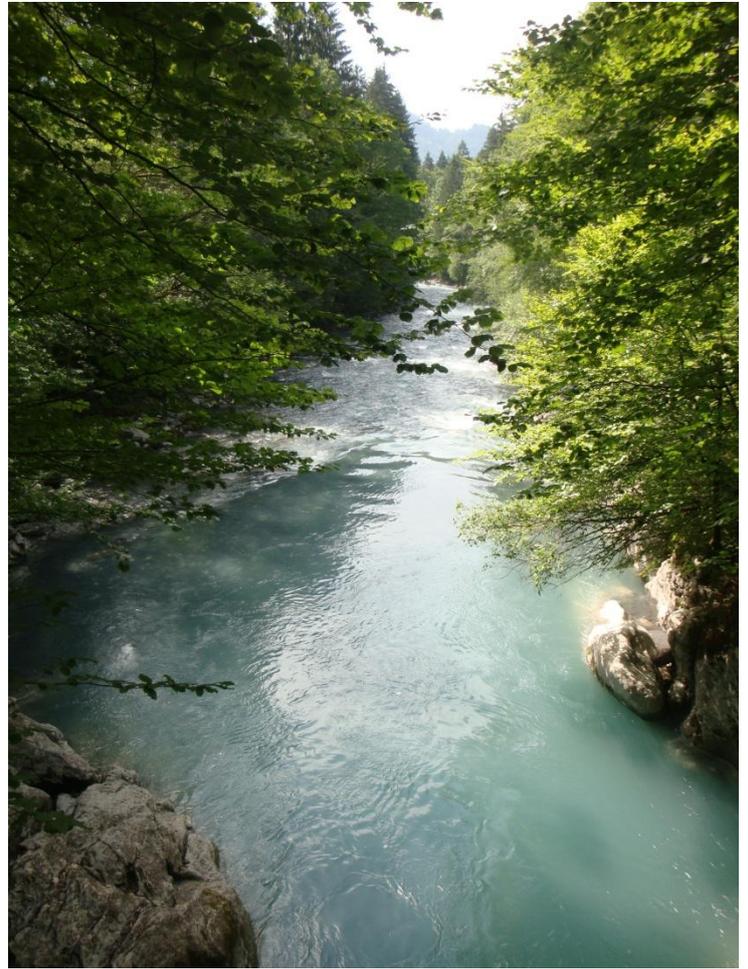
**Départ de Salvagny pour cette dernière sortie .
Nous montons le long d'une piste de ski jusqu'à une vallée glacière au fond de laquelle se trouve le Lac de Gers**





Nous déjeunons au bord du lac. Le refuge renferme tout un bestiaire. Au retour une grande descente nous ramène au gîte en longeant Le Giffre





**Dans les gorges de la Tines, le Giffre se resserre, notre sentier aussi et des échelles apparaissent, le chemin devient très chaotique. Un beau final pour un beau séjour
Merci aux organisateurs!!!!!!!!!!!!!!**

La vie au Gite



Repas en plein-air

Anniversaires

Apéritif en rouge et blanc

Dégustation de la "Grole"

Animations diverses.