



SOIRÉE PIQUE NIQUE BRAME DU CERF **PLATEAU DES GLIERES**



Date : vendredi 22 septembre 2023 soirée	Départ : parking musée Résistance – Glières 1420m
Massif : BORNES	Distance : 6 km
Dénivelé : D+ 150	 Niveau 1 facile – famille-enfants
Durée : 2h de marche effective	Alt maxi : 1480 m

Accompagnateur : Fabien VIGNÉ : 06 77 64 23 55 - fabienvigne23@gmail.com

Descriptif :

Nous partirons du plateau des Glières de jour en direction de la montagne des Frêtes et nous tendrons l'oreille afin d'entendre le son guttural et caractéristique du cerf au moment du rut

Un moment souvent magique et unique en harmonie avec la forêt et son environnement...A ne pas rater !!!! Une boucle sauvage en pleine nature !

- **RDV 1** : 17h 00 parking Casino – THORENS GLIERES – retour 22h30 environ

Equipement :

- *Chaussures de randonnée ou chaussures de type trail crantées*
- *Bâtons de marche*
- *Bonnet, gants fins en fond de sac*
- *buff*
- *Pantalons short randonnée*
- *Sac à dos 20 l environ*
- *Réserve d'eau 1 litre minimum (pas d'eau sur le parcours)*
- *Réserve personnelle de nourriture + pique-nique (fruits secs, barres de céréales etc.)*
- *Veste avec capuche + Polaire*
- *Frontale*

Recommandations médicales : Chacun de vous devra prévoir ses effets personnels en cas de traitement médical en cours (ventoline, allergies etc.)

Conditions de sortie : Itinéraire à titre indicatif susceptible de modification selon les conditions météo, l'état des sentiers ou l'état physique d'un membre du groupe.

Conditions tarifaires : 20 € par personnes – gratuit pour les enfants jusqu'à 16ans