



Montagne du Gros Foug (forêt de clergeons)

Mercredi 22 Novembre 2023



Date : 22 Novembre 2023	Départ : Forêt de Clergeons
Massif : Jura	Distance : 8 km
Dénivelé : D+ 400 m	Niveau 1
Durée : 3h00	Alt maxi : 1025 m

Accompagnateur : Leblan Yoann : 06 02 08 26 27 mail : Yoann.escape@gmail.com

Descriptif :

Jolie boucle forestière entre Rumilly et le Rhône. Nous ferons un bain de forêt qui nous emmènera sur un point de vue à 360° et admirerons la vue du lac d'Aix les bains et de l'albanais. Nous tomberons peut-être sur des champignons, prévoyez vos petits paniers !!

Lieu de RDV :

- **RDV** : 8h30 parking du Casino Seynod

Covoiturage : 8 places sont disponibles dans le véhicule. S'il y a plus de personnes, une seule voiture supplémentaire serait nécessaire.

Equipement :

- Veste/ Pantalon adapté ou short /casquette ou chapeau
- Chaussures de randonnée à semelles crantées / Bâtons de marche
- Lunettes de soleil
- Sac à dos 20/30 litres + Réserve d'eau 2 litres
- Pique-nique et Réserve personnelle de nourriture (fruits secs, barres de céréales)

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.

↳ **Participation aux frais de route 10 € depuis Seynod le trajet**