



Vallon et lac du Mariet

Date : jeudi 21 décembre 2023 - apm	Départ : hameau Montagny – Arith-900m
Massif : Bauges	Distance : 7 km
Dénivelé : D+ 250m	 Niveau 1 facile
Durée : 3h de marche effective	Alt maxi : 1010m

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

Descriptif :

Une balade sans aucune difficulté qui nous mènera dans un vallon avec une ambiance bout du monde. Au programme forêts, alpages et fermettes typiques de l'architecture des Bauges. Un cirque végétal méconnu qui vaut le détour avec un lac en prime !

- **RDV 1** : 13h00 parking parc des sports ARCADIVM ANNECY– retour 17h00 environ

•

Equipement : (pourra évoluer en fonction de la neige présente ou pas)

- *Chaussures de randonnée ou chaussures de type trail crantées*
- *Bâtons de marche*
- *Crème solaire*
- *Lunettes de soleil*
- *Bonnet, gants fins en fond de sac*
- *buff*
- *Pantalon randonnée*
- *Sac à dos 20 l environ*
- *Réserve d'eau 1 litre minimum (pas d'eau sur le parcours)*
- *Réserve personnelle de nourriture (fruits secs, barres de céréales etc.)*
- *Veste avec capuche +Polaire + doudoune compressible*
- *Sifflet*
- *Couverture de survie*

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.