




Tour de la Montgne des Frêtes



Date :	9 Novembre 2024	Départ	Col des Glières
Massif :	Massif des Bornes-Aravis	Dist ance	16 km
Dénivelé :	D+ 700 m	 Niveau 2	
Durée :	5h	Alt maxi :	1 688 m

Accompagnateur : David : 06 34 27 65 48 - davideloche@msn.com

Descriptif :

Au départ du Col des Glières, nous partirons en direction des Frêtes, puis jusqu'à Champ Laitier. Cet itinéraire assez sauvage, nous offrira une traversée au calme dans la forêt et la alpages. Ces alpages, qui ne sont plus fréquentés à cette période par les troupeaux, peuvent aussi être une bonne occasion d'observer un peu de faune sauvage. Le retour se fait par le Col de Spée et la traversée du Plateau des Glières.

RDV : 8h00 parking des sports face à l'Arcadium (Annecy) ou 8h30 Hermitage à Thônes

Equipement Chaussures de randonnée / Bâtons de marche / Lunettes de soleil - Sac à dos 20 à 30 litres + Réserve d'eau : 1 à 1,5 litre/ Réserve personnelle de nourriture (fruits secs, barres de céréales + Pique-nique / Veste / Doudoune ou polaire / Pantalons adaptés / Bonnet / Gants / Vêtement de pluie.