



La Boucle de L'Ovine

Jeudi 24 octobre 2024



Date : Jeudi 24 octobre 24	Départ : Le Sappey (Thônes)
Massif : Bornes Aravis	Distance : 15 km
Dénivelé D+ 1030 m	Niveau : 3
Durée : 5 à 6h	Alt maxi : 1786 m

Accompagnateur : Laurent Dollet 06 81 94 19 36 dolletleroclaur74@orange.fr

Descriptif : Circuit en boucle qui consiste à rejoindre le plateau des Glières depuis le fond de la vallée du Sappey à Thônes. Le hameau du crêt sera notre point de départ. Nous abandonnerons rapidement la piste pour rejoindre le chemin de la Choisière. C'est un peu avant les ruines de la frasses, que nous sortons de la forêt pour atteindre le col de la Buffaz. Encore un effort en zigzaguant dans la pente herbeuse pour atteindre le chalet de l'ovine. A partir de là, la traversée en courbe de niveau est agréable et nous permet de rejoindre le col avec une jolie vue côté Bargy

Retour par le plan du loup puis la plaine de Dran. On amorce alors véritablement la descente vers Morette mais au niveau de la Rosière on reprendra 50 m de dénivelé pour passer au refuge de la Tetaz et son belvédère sur la vallée de Thônes. Le hameau du Sappey et la fin de la boucle sont tout proches.

Lieux de RDV : 8h : Arcadium Anecy 8h30 : Lac de Thuy (Thônes)

Equipement et recommandations médicales :

Chaussures de randonnée semelles crantées / Pantalons / veste ou polaire / vêtement de pluie.

- Bâtons de marche / Sac à dos 20 à 30 l / Réserve d'eau 1.5 litre minimum / Pique -Nique et en cas
- Prévoir ses effets personnels en cas de traitement médical en cours (ventoline, allergies etc.)