



# La riondaz et la pointe d'Orsière

Jeudi 9 janvier 2025



Plan des Mouilles

<b>Date</b> : Jeudi 9 janvier 2025	<b>Départ</b> : Les Dzeures (Le Bouchet Mt Charvin)
<b>Massif</b> : Bornes Aravis	<b>Distance</b> : 10 km
<b>Dénivelé</b> D+ 730 m	<b>Niveau</b> : 2
<b>Durée</b> : 3 à 4h	<b>Alt maxi</b> : 1416 m

**Accompagnateur** : Laurent Dollet 06 81 94 19 36 [dolletleroclaur74@orange.fr](mailto:dolletleroclaur74@orange.fr)

**Descriptif** : Itinéraire en boucle avec un départ dans les alpages en direction de la Tulle, nous allons longer celle-ci par la gauche pour se diriger vers le col du Freu. L'itinéraire est alors très agréable tout en rondeur avec vue sur le Charvin et l'Aulp de fier. C'est en général entre la Riondaz et la pointe d'Orsière que nous avons pour habitude de pique-niquer. Le retour commence par une belle descente vers le plan des mouilles. C'est par une piste d'alpage que nous allons rejoindre la ferme des Vouatais. On prolonge le plaisir par une descente de 200 m de dénivelé pour retrouver la passerelle qui enjambe " la chaise". Une petite remontée de 70 m de D+ permet de rejoindre la mouille beufand et enfin le hameau des Dzeures.

**Lieux de RDV** : 8h Arcadium Anecy 8h30 Hermitage à Thônes

## **Equipement et recommandations médicales :**

Sac à dos adapté (randonnée) : 20 à 25 litres

Chaussures à semelles crantées Randonnée : Chaussures montantes et guêtres

Bâtons (grosses rondelles). Raquettes. (DVA pelle sonde si vous avez)

Pantalons adaptés (évitez les jeans). Tee-shirt respirant, polaire et/ou doudoune /veste

Gants et bonnet Lunette de soleil.

Crème protection solaire. Gourde ou camel bag. Petite pharmacie personnelle

En cas (fruits, secs, barres ...) Pique-nique