



Amicale Sportive et Culturelle des Retraités Ancileviens

(Association loi 1901 déclarée le 22 Janvier 1992 et statuts modifiés le 4 octobre 2021)

17 Clos du Buisson 74940 ANNECY-LE-VIEUX ☎ 04 50 23 85 07

✉ e-mail : pleinair@ascra.fr - Site : www.ascra.fr

RANDONNEE PEDESTRE

Sortie du 17 septembre 2026

Le Grand MANTI et Vallon de MARCIEU

Point de départ : Parking St Même d'en Haut

DEPART : 7 H 00 du parking cimetière des Glaisins

Prix de la sortie : 20,00 €

Portable ASCRA 06 95 90 72 03

Animateur référent Monique THIBAULT

GROUPE 1 : Monique THIBAULT

Pont de Dugey, cirque de St Même, cascades, Saint Même d'en Haut, Pré de Pratcel, l'Alpettaz 1538 m et retour

Distance : 11,6 km - Dénivelé : 920 m

D2

T2

GROUPE 2 : Pascal THIBAULT

Pont de Dugey, cirque de St Même, cascades, Saint Même d'en Haut, Pré de Pratcel, l'Alpettaz 1538 m et retour

Distance : 11,6 km - Dénivelé : 920 m

D2

T2

GROUPE 3 : Michel RUAUDEL – Anne BONIER

Saint Même d'en Haut, l'Alpettaz 1538 m et retour

Distance : 8,2 km - Dénivelé : 700 m

D3

T3

Option : plus Cascades depuis stèles : distance 3km et dénivelé 200 m

GROUPE 4 : Geneviève BABOU-RUAUDEL

Saint Même Haut, Saint Même Bas, cascades 1026 m, stèles et retour

Distance : 8 km - Dénivelé : 500 m

D3

T3

**Inscription & règlement obligatoires à la permanence le mardi 15/09/2026
de 8h30 à 10h45**

**Chaussures de ville obligatoires dans le car
Batons obligatoires**

N.B. La sortie pourra être annulée en cas de mauvais temps. : information par bandeau déroulant sur le site de l'ASCRA

Bénéficiaire de l'extension IMMATRICULATION TOURISME de la Fédération Génération Mouvement N° IM075100069 ET DE
L'ASSURANCE Cohesion Arcange AGREMENT Jeunesse & Sports -N° 74 S 93 53