



## Randonnées douces avec Sandrine Amey

**Dates et horaires : voir programme en page 46**



### Lieu de rendez-vous

Place des Tilleuls, Albeuve.

### Type de randonnée

Randonnée facile d'environ 1h30-1h45 de marche effective, dénivelé positif de max 250-300 m, rythme tranquille.

### Régions possibles

- Intyamon
- Région Pringy
- Le Pâquier
- Broc
- Moléson
- Chia
- Part-Dieu
- La Tour-de-Trême

### Tarif

Fr. 10.-/personne, par randonnée.

### Annulation

La randonnée a aussi lieu par mauvais temps, du moment qu'il s'agit d'une pluie légère. Toutefois, en cas de pluie forte, orage ou de vent compromettant la sécurité du groupe, annulation possible jusqu'à la veille.

### Santé

Les problèmes de santé éventuels sont à annoncer avant le départ de la randonnée et les médicaments personnels (par exemple en cas d'allergie, d'asthme, etc) sont à emmener.

### Matériel

Chaussures adaptées à la randonnée sur terrain irrégulier / Bâtons de randonnée / Habits adaptés à la météo du jour / Protection contre la pluie / Lunettes soleil / Crème solaire / Petit encas / Boisson / Médicaments personnels / Répulsifs, taons, etc.

### Renseignements et inscriptions

Guy Grangier 079 241 60 27

**Découverte-Nature – Ch. des Gentianes 10 – 1663 Pringy**  
Sandrine Amey – Accompagnatrice en montagne dipl., Membre ASAM  
info@decouverte-nature.ch – 079 302 18 72  
[www.decouverte-nature.ch](http://www.decouverte-nature.ch)