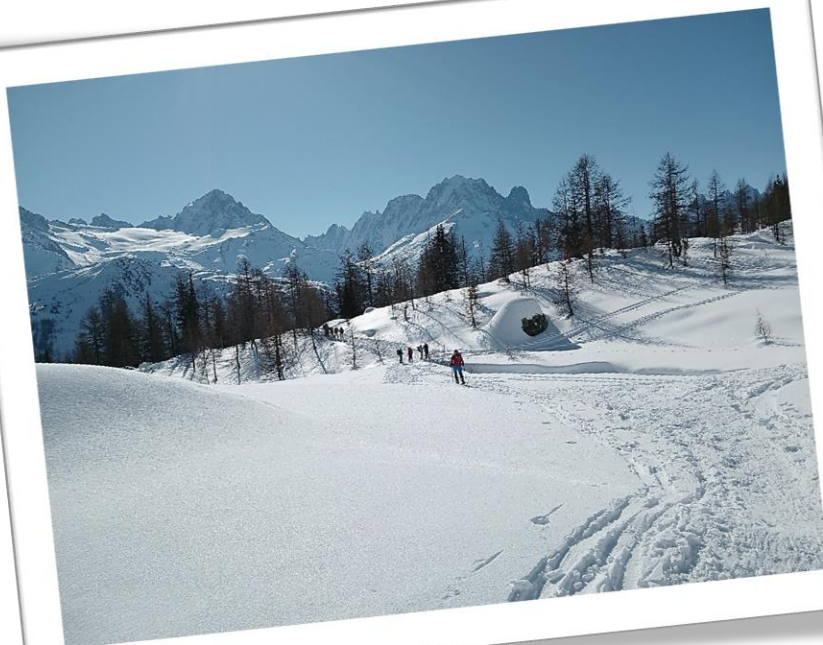




Association de
THONON-CHABLAIS

LES AMIS DE LA NATURE



BULLETIN
1^{er} Semestre 2026 - N°81



Amis de la Nature Thonon-Chablais remercie la municipalité de Thonon-Les-Bains pour le support qu'elle apporte depuis de nombreuses années à notre association avec la mise à disposition des murs d'escalade et la subvention à nos activités de formation.



La Mère Gaud

Foie Gras et Recettes de Terroir

74 140 Ballaison

Tél : 04.50.94.01.18 - Fax : 04.50.94.25.54
www.la-mere-gaud.fr - foiegras@la-mere-gaud.fr

L'enseigne



HOTEL - BAR - RESTAURANT ★★ NN

- Repas de famille
- Banquet de 20 à 150 personnes
- Menus - Cartes - Spécialités
- Piscine couverte
- Jacuzzi - Hammam - Sauna



Logis de France

Laurent et Alain TRINCAZ - 74 360 LA CHAPELLE D'ABONDANCE

Tél : 04.50.73.50.42 - Fax : 04.50.73.52.96

Web : <http://www.hotel-enseigne.com> - e-mail : info@hotel-enseigne.com



STÉPHANE
CONSEILLER IMMOBILIER

”

AMOUREUX DU
GRAND AIR, IL
SAURA INSUFFLER
UNE BOUFFÉE
D'OXYGÈNE À **VOS**
PROJETS

3 en
J'ESTIME
mon bien
CLICS



© VISION 31 - Ordre professionnel Association

ACHAT - VENTE - VIAGER - LOCATION

04 50 04 74 74

www.IMOGROUP-THONON-EVIAN.com



SATORIZ MAGASIN BIO

Nouvelle adresse

**14 Avenue du Pré Robert Nord
74 200 ANTHY-sur-LÉMAN**



100 % BIO



PIONNIER



INDÉPENDANT



ENGAGÉ

**Vous aussi, faites le choix du vrac et des produits bruts,
informez-vous et cuisinez bio !**



Retrouvez nos engagements sur



www.satoriz.fr





*Loisirs actifs, éducation populaire,
Tourisme social et culturel, voyages
Vie collective dans nos maisons,
Internationalisme, laïcité, amitié,
Activités sportives et de pleine nature
Protection du milieu et du cadre de vie.*

AMIS DE LA NATURE FRANCE

S'adresse à tous Jeunes et Adultes

Les Amis de la Nature France (ANF) est membre de l'Internationale des Amis de la nature. Avec plus de 350.000 adhérents dans 45 organisations membres et partenaires, l'organisation des Amis de la Nature créée en 1895 compte, mondialement, parmi les plus grandes ONG (Organisation Non Gouvernementale).

L'association de Thonon-Chablais, créée en 1936, permet à chacun de découvrir les plaisirs de la nature et de la montagne à travers différentes activités de plein air (randonnée pédestre, raquettes, escalade en salle ou extérieur, ski de randonnée, alpinisme, marche nordique, VTT, vélo de route...). Le club gère également le refuge situé dans le hameau d'Ubine (Vacheresse).



Sites Internet :

Amis de la Nature France : <https://www.amis-nature.org>

Association locale de Thonon-Chablais : <https://www.anthonon.fr>

Rendez-vous tous les Jeudis soir à partir de 19h15

(début de la réunion à 19h30) à notre siège

**pour se rencontrer et parler
des sorties du week-end à venir**



Siège des A.N.

3 Avenue du Vernay
74 200 THONON LES BAINS
Tél : 04.50.26.22.12
Mail : secretariat@anthonon.fr

Mot de la Présidente



Cet été a vu un programme riche et varié avec de nombreux treks proposés. Pierre Barrucand a reconduit son séjour fédéral au refuge avec l'aide de plusieurs encadrants. Comme chaque année, fin août, la fête du club nous a tous réunis à Ubine. En septembre, le repas des encadrants s'est déroulé sous forme d'un sympathique pique-nique à la plage en soirée.

Avec la création du prix littéraire environnement, le comité de lecture qui s'est constitué au sein des Amis de la Nature a renouvelé sa participation cette année, la remise des prix ayant eu lieu à Evian le 30 novembre.

Notre section escalade remporte toujours autant de succès et ses encadrants sont très impliqués dans la conduite de cette activité. On a même pu assister à un apéro Halloween avec chasse aux petits monstres et concours de déguisement ! Par ailleurs, des films autour de l'escalade sont proposés au cours de l'année dans le gymnase de Margencel.

La marche nordique attire également un grand nombre d'adhérents et ses animateurs diversifient au maximum cette activité avec entre autres, des sorties nocturnes.

Lors de votre passage au siège, n'oubliez pas d'observer toutes les expositions affichées. Notre équipe dédiée, Maryse Labadie et Belén Garcia Martin, met tout en œuvre pour varier ces expositions et tous les adhérents sont chaleureusement conviés au vernissage. Pensez à regarder toutes les informations sur notre site.

Sous la houlette de Franck Tupin et Dominique Ehinger, la commission montagne a établi le programme d'hiver. N'oubliez pas de vous inscrire à une de nos séances de formation sur l'utilisation du DVA. Elles sont indispensables et obligatoires pour pouvoir sortir en hivernal, que ce soit en ski de randonnée ou en raquettes.

Notre prochaine Assemblée Générale va être placée sous le signe du renouvellement. En effet, lors de la réunion de Comité du 4 juillet 2025, trois membres, Jean-Claude Duret, Gaëtan Jager et Alain Leroy, ne se sentant plus en adéquation avec la manière dont l'association est gérée, ont décidé de présenter leur démission. C'est avec regret que le Comité a pris acte de leur décision. Nous tenons à saluer l'engagement et le dévouement dont ils ont fait preuve pendant des années.

En espérant que les conditions météorologiques soient bonnes cette année, je vous souhaite à toutes et tous de profiter au maximum de toutes ces belles sorties que nous vous proposons ; en remerciant au passage tous nos encadrants sans qui rien de cela ne serait possible.

Cordial berg frei !

Régine Jacquel

Texte écrit sans le concours de l'IA

Membres du Comité

Jusqu'au 31 janvier 2026

Présidente :	JACQUEL Régine	06 86 86 36 43
Vice-Président :		
Secrétaire :	RODRIGUEZ Sylvie	06 70 80 37 03
(Encarts- presse - mails)		
Trésorière :	ABELLO Catherine	04 50 81 74 02
Adhésions :	CADET Nathalie	06 81 21 94 04
Responsable travaux Ubine et siège :		
Adjoint travaux Ubine et siège :	TUPIN François	06 43 48 18 89
Jardin d'Ubine :	BASTARD ROSSET Marie-Noëlle	06 23 07 18 08
Référent sécurité incendie :		
Gestion gardiennage d'Ubine & Réservations Refuge d'Ubine :	GARCIA MARTIN Belén	06 83 05 24 46
Liaison Mairies de Vacheresse : et Montriond	TUPIN François	06 43 48 18 89
Environnement :	TUPIN Franck	04 56 30 23 16
Planning du local :	BASTARD ROSSET Marie-Noëlle	06 23 07 18 08
Matériel et commission montagne :	TUPIN Franck	04 56 30 23 16
Responsables escalade :	BEAU Sébastien CLUZEAUD Pierre	06 70 92 08 32 06 28 23 03 12
Formation :	TUPIN François	06 43 48 18 89
Adjoint Formation	LAUVERGEON Stéphane	07 86 63 94 35
Site Internet :	LAUVERGEON Stéphane LABADIE Maryse	07 86 63 94 35 06 72 02 37 94
Bulletin :	ABELLO Catherine	04 50 81 74 02
Bulletin adjointe :	CADET Nathalie	06 81 21 94 04

♦♦♦

Mais aussi :

Délégué régional :	EHINGER Dominique	07 86 71 60 50
Organisation des expositions :	GARCIA MARTIN Belén et LABADIE Maryse	
Vérificateurs aux comptes :	BONDAZ Jean-Paul et PAILLOUX Valérie	

Encadrement Montagne

ABELLO Catherine	06 82 46 88 93	GRAUX Jacques-Bernard	06 60 21 80 80
BARRUCAND Pierre	06 23 75 66 55	HAUCHARD Christa	06 76 73 02 54
BEAU Sébastien	06 70 92 08 32	JACQUIER Jean-Pierre	06 75 11 87 04
BENAND Jacqueline	06 43 23 38 54	JÄGER Gaëtan	06 63 21 67 59
BOUVART Laurence	06 81 16 15 44	LAUVERGEON Stéphane	07 86 63 94 35
BRULPORT Yves	06 23 44 37 21	LEGENDRE Cédric	06 75 09 99 83
CABIROU Edwige	06 52 93 81 26	MOUZAIA Manon	07 77 49 84 00
CASARI Marion	06 68 75 86 74	MOREAU Bernard	06 80 32 27 15
CADET Nathalie	06 81 21 94 04	MOREAU Marianne	06 22 63 56 57
CAMPOS Carmen	06 36 54 01 22	PERRIN René	06 75 03 48 13
CANAVERO M. Madeleine	06 31 69 33 48	PIQUET Charlotte	06 67 69 07 78
COMBEAUD Dominique	07 66 74 81 43	PROUST Antoine	06 72 83 66 57
DANIEL Isabelle	06 52 91 02 35	RODRIGUEZ Sylvie	06 70 80 37 03
DECOURIOUX Johan	06 84 66 89 70	ROGET Martine	06 10 12 52 58
EHINGER Dominique	07 86 71 60 50	ROLLANDO Nathalie	06 24 01 20 07
<i>(Responsable randos piano et medium)</i>			
FAVRE Jean-Pierre	06 95 36 67 97	ROUAULT Rayan	07 62 18 61 39
FREZIER Nelly	06 25 06 11 10	TESSIER Bénédicte	04 50 26 08 51
GAGNAIRE Aude	06 22 48 29 12	TUPIN Franck	04 56 30 23 16
GARCIA-MARTIN Belén	06 83 05 24 46	TUPIN François	06 43 48 18 89
GILARDINI Laurence	06 84 10 01 89	WERLY Baptiste	07 87 22 50 71

Encadrement Marche Nordique

Tous les samedis matin

Responsable : LABADIE Maryse 06 72 02 37 94

CARMONA Claude	06 56 71 57 28	KOPF Valérie	06 88 23 99 20
GARCIA-MARTIN Belén	06 83 05 24 46	LEROUX Dominique	06 80 34 27 73
GUYENOT Elisabeth	06 75 25 79 25	PAILLOUX Valérie	06 72 79 60 67
KOPF Emmanuel	06 63 00 28 62	SACHE Maryline	06 71 08 54 80

**haute
savoie**
le Département

Les Amis de la Nature Thonon-Chablais remercient le Département de la Haute-Savoie, à travers les Conseillers départementaux du Canton de Thonon-Les-Bains, pour sa subvention à notre action d'encadrement des jeunes à l'escalade.

Escalade

Responsables escalade

BEAU Sébastien 06 70 92 08 32

sbastienbeau.74@gmail.com

CLUZEAUD Pierre 06 28 23 03 12

Nos encadrants



BENDOTTI Johvanna
BOUNIOLE François
BULTELE Pascal
DAL FARRA Jonathan
DEQUIER Mona
DOS SANTOS Cédric
DESTAILLEUR Virginie

FAURE Pauline
GALLAY Renaud
KRCA Boris
LACROIX Christophe
LEROLLE Christophe
MOREL Christophe

MOULINTANGUY Aymeric
OLLOION Mathias
PIQUET Charlotte
POPOT Antoine
PREISS Laure
ROUX Guillaume

Contact : escalade.an@gmail.com

Adultes & Fonctionnement de la salle :

Les salles d'escalade sont situées au collège **Jean-Jacques Rousseau** à Thonon-les-Bains et au collège **Théodore Monod** à Margencel.

Les murs sont mis à disposition pour **grimper en autonomie**.

Des encadrants bénévoles sont toujours présents lorsque les salles sont ouvertes. Ils sont là pour assurer l'ouverture et la fermeture de la salle. Ils peuvent vous conseiller, notamment pour la sécurité.

Les enfants restent sous la responsabilité de leurs parents qui doivent être également adhérents.

Salle Jean-Jacques Rousseau (Thonon) :

Les horaires :

- Mardi : 17h30 à 22h
- Jeudi : 19h à 22h
- Samedi : 13h à 20h (Ouverture aléatoire, selon disponibilité des encadrants)
- Dimanche : 13h à 20h (Ouverture aléatoire, selon disponibilité des encadrants)

Prêt de matériel :

Sur place, ceux qui n'ont pas encore leur équipement trouveront :

- Baudriers (adultes et enfants)
- Descendeurs
- Quelques chaussons usagés

Magnésie :

En salle, seule la **magnésie poudre** est autorisée.

Suite au verso



Salle Théodore Monod (Margencel) :

Les horaires :

- Lundi : 18h à 23h
- Dimanche : 8h30 à 21h30 (Ouverture aléatoire, selon disponibilité des encadrants)
- Le créneau du dimanche est partagé avec le CAF Léman Thonon.

Magnésie :

En salle, seule la **magnésie poudre** est autorisée.

Cours Escalade et Initiation Adultes :

- **Cours adultes :** L'objectif est de gagner en confiance, perfectionner la technique et progresser à son niveau.

Nous avons fait le choix de 3 stages d'une journée encadrés par un DE Escalade.

- **Séances d'initiation escalade adultes sous supervision :** Les objectifs sont la découverte et l'apprentissage des techniques de base, de conseils ou de simple supervision avant d'être autonome en salle et en falaise.

Séances gratuites sur les créneaux libres (salles de Margencel et Jean-Jacques Rousseau), ouvertes à tous et destinées à l'initiation.

Les enfants et les préados : *Pré-inscription le 15 juin 2026*

- **Enfants 6 à 8 ans (mur du collège Champagne) :**
Mercredi de 16h30 à 17h45
Cours d'escalade par **Cédric BOISSY**.
- **Enfants 8 à 11 ans (mur du collège Champagne) :**
Mercredi de 17h30 à 19h00
Cours d'escalade par **Cédric BOISSY**.
- **Adolescents de 12 à 15 ans (mur du collège Champagne) :**
Mercredi de 18h30 à 20h00
Cours d'escalade par **Fabien CHEVALLAY**.
- **Enfants & Adolescents 10 à 15 ans (mur du collège Jean-Jacques Rousseau) :**
Jeudi de 17h30 à 19h
Cours & encadrement assurés par **Sébastien BEAU**.
- **Adolescents 15 à 18 ans (mur du collège Théodore Monod (Margencel)) :**
Lundi de 17h30 à 19h
Cours & encadrement assurés par **Sébastien BEAU**.

TARIF DES COTISATIONS 2026

CATEGORIE	A	J	E
COTISATION Sans escalade	35 €	17 €	6 €
COTISATION Avec escalade	65€	47€	16€

A : Adulte

J : Jeune jusqu'à 20 ans révolus

E : Jeune jusqu'à 15 ans révolus

Frais d'inscription : 10 € par nouvel adhérent des catégories A et J.

Ecole d'escalade : 235 € par enfant

Une préinscription se fera auprès de Sébastien Beau le 15 juin 2026.

Le paiement de la cotisation A.N. vous couvre en responsabilité civile et individuelle accident pour toutes les activités programmées par l'association. Il est possible de prendre une assurance complémentaire lors de l'adhésion.

Validité de l'adhésion : du 1^{er} septembre au 31 décembre de l'année suivante.

Les **ré-adhésions** pour **tous** les membres ont lieu au siège entre la fin septembre et le début octobre.

Les nouvelles inscriptions ont lieu ensuite.

Pour cet hiver, les adhésions et ré-adhésions sont terminées

Quelques cartes seront disponibles au mois de mai (dates à venir sur le site)

Prévoir une **photo d'identité (obligatoire)** et un règlement **par chèque** (ou éventuellement en espèces mais apporter le montant exact : la monnaie ne sera pas rendue).

Le covoiturage est à privilégier : tarif par personne (Autoroute non comprise)
0,12 € par km + 4 € (boisson)

Pensez à participer au pot et à la prise en charge du déplacement du chef de course en cas de rendez-vous sur place

Séjour à Ailefroide *Groupe escalade « Ados »*

Louise GERMAIN - 16 ans :

J'ai passé un excellent séjour à Ailefroide en mai dernier avec le groupe ado encadré par Sébastien. Le cadre était magnifique avec une vue à 360 degrés sur les montagnes et glaciers alentours. J'ai beaucoup apprécié cette vue. Les voies que nous avons faites étaient très sympas et différentes de celles que l'on a l'habitude de faire dans le Chablais. J'ai pris beaucoup de plaisir à grimper en falaise. J'ai pu y faire ma première grande voie et j'en suis très contente. Nous avons également fait d'autres activités : une randonnée, une baignade dans un lac naturel, un repas dans une auberge et aussi des jeux de société tous ensemble. De plus, le groupe était sympa et l'ambiance était bonne. Un séjour vraiment cool qui m'a beaucoup plu !

Un grand merci aux encadrants pour ce week-end. J'en garderai un super souvenir !

Suzy MESSAMER - 17 ans :

Nous sommes partis en mini bus, direction Ailefroide dans les Ecrins. Arrivés là-bas nous découvrons le gîte, nos chambres et le fait que nous n'avions aucun réseau téléphonique, le message était clair.... Il faut déconnecter et profiter pleinement des falaises et de la nature qui nous entoure ! et le lieu était magnifique entre rivière et montagnes.

Nous avons fait différentes activités telles que la randonnée pour certains, du trail pour d'autres, baignade dans la rivière gelée et bien évidemment de l'escalade en grandes voies et couennes.

Nous avons mangé dans un restaurant et Sébastien nous a offert des crêpes.

Un autre midi nous sommes allés manger dans un refuge mais nous avons fait les trajets en courant, version trail, et un soir nous sommes allés regarder le match de foot sur la télé du bar mais il s'est mis à pleuvoir fort fort donc nous sommes rapidement rentrés. L'ambiance était très cool même si on se levait tôt pour profiter des journées.

Hélène HUMBERT :

Le séjour à Ailefroide s'est déroulé sur 4 jours, hébergé dans un gîte 4 étoiles !

C'était ma première expérience de grimpe en extérieur.

Le programme était réalisé la veille en prenant en compte les envies de chacun. Les propositions ont été variées et ont permis à chacun de trouver une activité qui lui convenait et à son niveau : des groupes de couenne, de grande voie ou encore de Trail.

Découvrir la grimpe en extérieur dans un cadre magnifique m'a donné envie de progresser davantage en escalade pour pouvoir profiter encore plus de nos belles montagnes.

D'autant plus que les personnes que j'ai rencontrées pendant ce séjour (ainsi que celles que je connaissais déjà) m'ont redonné confiance dans ce sport.

Du côté des adolescents comme celui des adultes, la bienveillance, l'entraide, le partage et la bonne humeur ont été les points clés de ce séjour très réussi.

Un grand merci à Sébastien pour l'organisation.

Sébastien BEAU - Responsable Escalade :

Situé à environ 1500 mètres d'altitude, le petit hameau d'Ailefroide vous plonge dans la vallée de Vallouise, au cœur du massif des Écrins.

Site réputé en France pour la pratique de l'escalade, Ailefroide offre plus d'une centaine de voies.

Cette année, notre séjour s'est déroulé du 28 mai au 1^{er} juin.

Comme à notre habitude, nous avons voyagé en minibus et fait le choix d'un hébergement confortable, adapté aux groupes.

Nous voilà donc partis à l'aventure, un petit groupe de 12 personnes (5 adolescents et 7 adultes) à la découverte des falaises et de cet écrin de nature tout simplement magnifique.

Comme à chaque fois, nous sensibilisons nos jeunes à l'environnement qui les entoure et leur permettons de vivre de nouvelles expériences en montagne : escalade, randonnée/trail, balades... mais aussi des moments de partage : repas, baignades, yoga, jeux de société.

Et puis, quand l'habitude s'efface... vous prenez enfin le temps de déconnecter (de votre téléphone, déjà !), et vous êtes comme saisi par la beauté du lieu : les falaises à perte de vue, les glaciers en arrière-plan, le bruit des rivières, et ce soleil qui berce vos journées. La vallée étant enclavée, le rythme du jour s'impose naturellement, comme une invitation à savourer chaque instant.

Et là, une sensation naît... comme tomber amoureux. L'envie de ne plus repartir, de vivre simplement au rythme de la montagne et de la nature.

J'ai pris l'habitude de retourner à Ailefroide chaque année, et je sais déjà que je ferai découvrir à nouveau ce lieu magique à de futurs adolescents et adultes en quête d'aventure au cœur du pays des Écrins.



Séjour à Zermatt

du samedi 13 au samedi 20 septembre 2025

Chef de course : Frank Tupin

Participants : Catherine M, Catherine P, Claudette, Isabelle, Jean-Luc, Michel et Sylvie

Sur la route, nous avons fait une halte à Randa pour une petite randonnée jusqu'au refuge de Europahutte en passant par la passerelle suspendue Charles Kuonen à 85 m du sol et longue de 494m.

De là, nous avons rejoint Zermatt pour prendre possession d'un superbe appartement sur les hauteurs avec au sous-sol piscine et jacuzzi.

Les randonnées se sont enchaînées tous les jours puisque nous avons eu la chance de bénéficier d'une belle météo :

- Schonbielhutte depuis Zermatt

A travers des villages avec de vieux chalets datant de 1700. Pas de difficulté mais très long D+1000 - 24kms

La Cabane se trouve au fond d'une vallée juste en face du Cervin face nord mais cela vaut le détour.

- Parcours des 5 lacs : Leisee, Stellisee, Grindjesee, Mossjesee, Grüensee

Depuis la benne de Sunnegga nous avons fait une jolie boucle de lac en lac avec des 4000m tout autour de nous. D+500 - D-1000 - 14kms

- Le Wisshorn 2937m - D+1300 - 14kms

La montée est régulière, un peu raide par endroit en passant par une forêt de mélèzes, puis au travers de paravalanches.

Les derniers 150m sont très raides mais un panorama époustouflant nous accueille. Il y a beaucoup de vent mais un gros rocher nous fait un abri pour pique-niquer et apprécier tous les 4000 autour de nous.

La descente par Trilf nous permet de nous arrêter à l'auberge hôtel de Berggasthaus pour un pot et poursuivre la descente le long du torrent Triftbach plongeant sur Zermatt.

- Hornlihutte – 3260m - D+700 - D-1600 - 15kms

Par le téléphérique Schwarzsee nous arrivons à 2581m.

La montée au refuge Hornlihutte, départ de la voie normale du Cervin, se fait par un sentier escarpé et des escaliers. A l'arrivée il y a beaucoup de vent mais on pourra pique-niquer sur la terrasse à l'abri de celui-ci. Après un café dans le refuge on redescend jusqu'à Zermatt à pied.

On rencontrera marmottes, chamois et écureuils

- L'Oberrothorn – 3414m – D+1300

Depuis le Sunnegga nous nous engageons sur la piste des remontées puis à 2983m le sentier devient raide jusqu'au sommet.

Une vue imprenable, une météo magnifique sans vent nous permet de pique-niquer et de prendre son temps devant ce paysage grandiose.

En redescendant, on fait un crochet, petite remontée de 150m par l'Unterrothorn 3103m où nous apprécions les tables d'orientation nommant les 4000 et à la descente un gros névé pour s'amuser

- Gornergraf – 3090m

Depuis le logement nous prenons le train jusqu'à Riffelalp – 2200m

La montée se fait par un sentier agréable pour atteindre le lac de Riffelsee.

De là, nous partons en direction de la Monte Rosa Hütte, un sentier en dévers le long du glacier Gornergletscher, puis nous remontons un sentier raide de 400m de dénivelé pour arriver derrière la gare Gornergraf. Comme la veille la météo nous permet de pique-niquer face à tous ces 4000 : Monte Rosa, Castor, Pollux, Breithorn, le Matterhorn (Cervin) et j'en passe.

Durant le séjour nous avons cuisiné à tour de rôle de bons petits plats ce qui nous a permis de profiter chaque soir de la piscine et du jacuzzi sans oublier les parties de jeux.

Le jour du départ nous avons fait une halte au barrage Mattmark. Un vent fort ne nous a pas permis d'en faire le tour (2h de marche) mais nous sommes allés au musée, puis à Saas Fee avant le retour sur Thonon vers 18h

Ce fût un magnifique séjour avec des randonnées variées sur des versants différents. Une très belle ambiance, de bonnes rigolades étaient au rendez-vous.

Merci Franck pour l'organisation et toutes ces belles randonnées que tu nous as fait découvrir.

Sylvie



Oberrothorn

Programme Ski de randonnée

Décembre 2025		
Jeudi 4	Pointe des Folllys Tête Pelouse	François Tupin Marianne Moreau
Vendredi 5	Sortie Pleine Lune	Franck Tupin
Dimanche 7	Rochassons	Sylvie Rodriguez
Jeudi 11	Du côté de Chatel	Laurence Gilardini
Samedi 13	Pointe de Chalune	Sébastien Beau
Dimanche 14	Col Ratti	S. Rodriguez et N. Cadet
Mercredi 17	Soirée DVA au siège	René Perrin
Jeudi 18	1^{er} exercice DVA	René Perrin
Dimanche 21 Jeudi 25	2^{ème} exercice DVA  <i>Joyeux Noël</i>	Franck Tupin  

Janvier 2026		
Jeudi 1 ^{er}	Mont Chéry	C. Abello et N. Cadet
Dimanche 4	Lindarets et Chèsery	J. Benand et G. Jäger
Mardi 6	Sortie Pleine Lune	Laurence Gilardini
Jeudi 8	Col des Pauvres	Marianne Moreau
Samedi 10	3^{ème} exercice DVA	Catherine Abello
Samedi 10	Ski de piste	Franck Tupin
Dimanche 11	Pointe de la Golèse	Dominique Combeaud
Jeudi 15	Pointe d'Ardens	S. Rodriguez et M. Moreau
Samedi 17	Ski de piste	Manon Mouzaia
Sam 17+Dim 18	Week-end refuge du col de Cou	F. Tupin et Y. Brulport
Dimanche 18	Le Grammont	J. Decourieux et S. Beau
Lundi 19	Projection film à Margencel	Equipe d'escalade
Jeudi 22	Combe au Trot	Jacqueline Benand
Samedi 24	Ski de piste	Baptiste Werly
Dimanche 25	Pointe de Vorlaz	C. Legendre et S. Lauvergeon
Jeudi 29	Col de Savolaire	N. Cadet + S. Rodriguez
Vendredi 30	Sortie Pleine Lune	Laurence Gilardini
Samedi 31	Assemblée générale	Tous

Hiver 2025-2026



Février 2026		
Dimanche 1 ^{er} Jeudi 5	La Chailla Pic de la Corne Nocturne	Catherine Abello Marianne Moreau Franck Tupin
Dimanche 8 Jeudi 12	Pointe de Chavache Aiguille de Mex	J.P. Jacquier et Y. Brulport Laurence Gilardini
Dimanche 15 Jeudi 19	Pointe de Lachau Pointe des Mattes	Jean-Pierre Jacquier N. Cadet et P. Barrucand
Dimanche 22 Jeudi 26	Col des Pauvres Dent de Valerette	S. Lauvergeon + D. Combeaud J. Benand et G. Jäger

Mars 2026		
Dimanche 1 Lun-Merc Jeudi 5	Le Fornet Le Mont Thabor Tour de la Dent d'Oche	S. Rodriguez + N. Cadet F. Tupin + M. Moreau Jean-Pierre Jacquier
Dimanche 8 Jeudi 12	Col de la Corne Le Diabley	J. Ducourieux + S. Beau François Tupin
Dimanche 15 Lundi 16 Jeudi 19	L'Aiguille du Généri Projection Film Margencel La Combe Suspendue	JP Jacquier + Y. Brulport Equipe Escalade N. Cadet + P. Barrucand
Vend-Dim 22 Dimanche 22 Jeudi 26	Allalinhorn/Stralhorn/Rimpfischorn Col des Ecandies Bossetan	F. Tupin S. Lauvergeon + C. Legendre S. Rodriguez + N. Cadet
Vend-Lun 30 Dimanche 29	Séjour au Mont Rose Tête Pelouse	Franck Tupin Dominique Combeaud

Avril 2026		
Jeudi 2	Pic Chaussy	J. Benand + G. Jäger
Dimanche 5 Jeudi 9	Pointe de Chavasse Pointe de Pelluaz	Jean-Pierre Favre Nathalie Cadet
Sam + Dim 12	Aiguille d'Argentière	JP Jacquier + Y. Brulport
Sam + Dim 19 Dimanche 19 Jeudi 23	Le Grand Paradis Course au Grand Saint Bernard Tête du Colonney	JP Jacquier + S. Lauvergeon C. Abello + N. Cadet Marianne Moreau
Sam + Dim Dimanche 26 Jeudi 30	Allalinhorn Tête des Lindars Pointe de Chesery	F. Tupin + Y. Brulport J. Benand + G. Jäger L. Gilardini + M. Moreau



Mai 2026

Du vend 1 ^{er} au dim 3 Lun 4 à Merc 6 Jeudi 7	3 Jours à Arolla/Tête Blanche et Valpelline Traversée du Mont Blanc Pointe de la Terrasse	Franck Tupin Y. Brulport + JP Jacquier Marianne Moreau
Sam 9 + Dim 10 Jeudi 14	Remue-Ménage Ubine Course au Grand Saint Bernard	Tous S. Lauvergeon + M. Moreau
Dimanche 17 Lundi 18	Ecole de Neige Initiation Alpinisme rocheux	Tous C. Piquet + B. Werly
Samedi 23	Course de Neige Mont de Grange	G. Jäger + B. Werly
Samedi 30	Ecole de Glace Mer de Glace	B. Werly + C. Piquet

Les raids et séjours

Toutes activités : ski de randonnée, raquettes et ski de piste

Du 24 au 31 janvier 2026	<i>Ski de Piste dans les Dolomites</i> Avec Franck Tupin
Du 2 au 6 février 2026	<i>Le Beaufortain en étoile</i> Raquettes avec Bernard Moreau
Du 8 au 15 février 2026	<i>Val di Maira (Italie)</i> <i>Ski de randonnée avec Franck Tupin</i>
Du 23 au 27 février 2026	<i>La Tarentaise</i> <i>Ski de randonnée avec Franck Tupin</i>
Du 7 au 14 mars 2026	<i>Séjour dans les Ecrins -Pelvoux</i> <i>Séjour Multi activités avec Franck Tupin</i>

Attention :

- Pour les sorties de plusieurs jours, des arrhes seront demandées.
Une assurance annulation peut être souscrite.
Les cartes A.N seront vérifiées et les participants qui n'ont pas cotisé (et qui ne sont donc pas assurés) seront refusés.
- **Pour les sorties « neige », les cartes devront porter le tampon DVA.**

Pour les inscriptions aux raids, contacter directement le responsable

Programme raquettes et ski de fond

Décembre 2025			
Jeudi 4	Autigny	René Perrin	
Dimanche 7	Plateau de Loex (RP)	Nelly Frézier	
Dimanche 7	Les Rochassons	Carmen Campos	
Jeudi 11	Chalets de Pététroz (RM)	Dominique Ehinger	
Dimanche 14	Les Toblerones CH (RP)	Nelly Frézier	
Dimanche 14	Col Ratti	Catherine Abello	
Mercredi 17	Soirée DVA au siège	René Perrin	
Jeudi 18	1 ^{er} Exercice DVA	René Perrin	
Dimanche 21	2 ^{ème} exercice DVA	Franck Tupin	
Jeudi 25	Joyeux Noël		

Janvier 2026		
Jeudi 1	Le Mont Chéry	C. Abello + N. Cadet
Dimanche 4	Plateau des Glières (RP)	Marion Casari
Dimanche 4	Pointe de Sosay	Stéphane Lauvergeon
Jeudi 8	Arête de Belair (RM)	Bernard Moreau
Samedi 10	3 ^{ème} Exercice DVA	Catherine Abello
Dimanche 11	Tour du Forchat (RM)	Jacques-Bernard Graux
Dimanche 11	Pointe de Sur-Cou	Stéphane Lauvergeon
Jeudi 15	Journernaisinaz depuis Le Lyaud (RP)	Nelly Frézier
Jeudi 15	Les Mémises	Carmen Campos
Dimanche 18	Sur Gémet (RM)	Aude Gagnaire
Dimanche 18	L'Arbaron	René Perrin
Lundi 19	Projection de film à Margencel	Equipe escalade
Jeudi 22	Les Miroirs de l'Eau (RP)	Nelly Frézier
Jeudi 22	Col d'Ubine	Dominique Ehinger
Dimanche 25	Arête des Fours (RM)	Bernard Moreau
Jeudi 29	Col de la Neuvaz (RM)	Bernard Moreau
Samedi 31	Assemblée Générale	Tous

Rando Piano (RP) : sorties pédestres à la demi-journée, à un rythme doux avec 400m de dénivelé maximum.

Elles ont lieu le premier dimanche de chaque mois.

Rando Medium (RM) : sorties à la journée, à un rythme doux avec 800m de dénivelé maximum en raquettes.

Hiver 2025-2026

Février 2026		
Dimanche 1 ^{er}	Chalets de Lens (RM)	Aude Gagnaire
Dimanche 1 ^{er}	La Chailla	Nathalie Cadet
Jeudi 5	Granges de Lullin (RM)	Jacques-Bernard Graux
Dimanche 8	Les Vignes de Satigny CH (RP)	Nelly Frézier
Dimanche 8	Pointe de la Gay	Carmen Campos
Jeudi 12	Les Trois Moulins/Margencel (RM)	Marie-Madeleine Canavero
Jeudi 12	Pointe d'Ardens	René Perrin
Dimanche 15	Col Ratti (RM)	Marion Casari
Jeudi 19	Excenevex-Yvoire (RP)	Nelly Frézier
Jeudi 19	Pointe de la Croix	Dominique Ehinger
Dimanche 22	Cabane du Petit Pâtre	Nathalie Rollando
Jeudi 26	Le Mont Baron (RM)	Aude Gagnaire

Mars 2026		
Dimanche 1 ^{er}	Tour de Miribel (RM)	Bernard Moreau
Dimanche 1 ^{er}	Chaîne d'Or (RP)	Marie-Madeleine Canavero
Jeudi 5	Château des Allinges (RP)	Nelly Frézier
Jeudi 5	Pointe d'Ireuse	Dominique Ehinger
Vendredi 5	Nocturne aux Tinderets	J. Benand + G. Jäger
Sam 7+Dim 8	Week-End Lamoura (Raquettes ou Ski de Fond)	Marie Tessier
Dimanche 8	Le Crépon de Montoulivert (RM)	Bernard Moreau
Jeudi 12	La Berthe	Carmen Campos
Dimanche 15	Le Bouveret du Lac (RP)	Nelly Frézier
Dimanche 15	Tour de la Haute Pointe	Bernard Moreau
Lundi 16	Projection de film à Margencel	Equipe escalade
Jeudi 19	Crêtes de Zore (RM)	Marie-Madeleine Canavero
Jeudi 19	Traversée de Semy	Carmen Campos
Dimanche 22	Tour d'Hermance (RP)	Nelly Frézier
Dimanche 22	Le Petit Bargy	Bernard Moreau
Jeudi 26	Dolmen de Regnier (RP)	Nelly Frézier
Jeudi 26	Aiguillette des Houches	René Perrin
Dimanche 29	Le Salève (RM)	Marion Casari
Dimanche 29	Lac de Lioson	Nathalie Rollando

Avril 2026		
Jeudi 2	Bisse de Siphon/Lac Mont d'Orge (RP)	Nelly Frézier
Jeudi 2	Pointe de Pelluaz	Carmen Campos

Suite avril 2026		
Dimanche 5 Jeudi 9	Mont Caly – Mont Chéry (RP) Chalet de Tré-Le-Saix/ Sur la pointe (RM)	Marie-Madeleine Canavero Dominique Ehinger
Dimanche 12 Jeudi 16	Sortie à définir Tour du Mont Bénand (RM)	Bernard Moreau Marie-Madeleine Canavero
Dimanche 19 Jeudi 23	Pointe Nord de Pormenaz La Maladière (RP)	Bernard Moreau Jacques-Bernard Graux
Dimanche 26 Dimanche 26	Tour du Lac du Bourget (Vélo) Col Tricot	Marie Tessier + Martine DR René Perrin

Mai 2026 (pédestre)		
Dimanche 3 Jeudi 7	Mont Ouzon et Tréchauffé Boucle Lugin – St Paul (RM)	R. Rouault + M. Mouzaia Marie-Madeleine Canavero
Vendredi 8 Vendredi 8 Sam-Dim 10	Le Bas Chablais (Vélo) Le Môle Remue-Ménage Ubine	Marie Tessier Catherine Abello Tous
Dimanche 17 Jeudi 21 Jeudi 21	Lac de Chèsery par Bassachaux (RP) Vignes de Féchy/Signal Bougy (RP) Sortie Chamois Pointe des Mattes	Nelly Frézier Dominique Ehinger Jacqueline Benand
Dimanche 24 Lundi 25 Jeudi 28 Jeudi 28	Chem Vigne et Sel à Ollon (RM) Le Hucel dep Meillerie (RM) Mont Caly-Mont Chéry (RP) A définir	Nelly Frézier Marie-Madeleine Canavero Aude Gagnaire Nathalie Cadet
Dimanche 31 Dimanche 31	Pyramides de Gypse (CH) (RP) Traversée des Mémises	Nelly Frézier René Perrin

Conduite à tenir pour les sorties



Les membres du Comité et de l'Encadrement sont des bénévoles, qui consacrent une partie de leur temps à se former, à préparer les sorties et le matériel, à repérer des itinéraires, réserver, organiser. Ils font de leur mieux pour que nos activités pourtant "à risque" se déroulent en toute sécurité. Par respect pour le temps qu'ils vous consacrent, vous pouvez leur faciliter le travail :

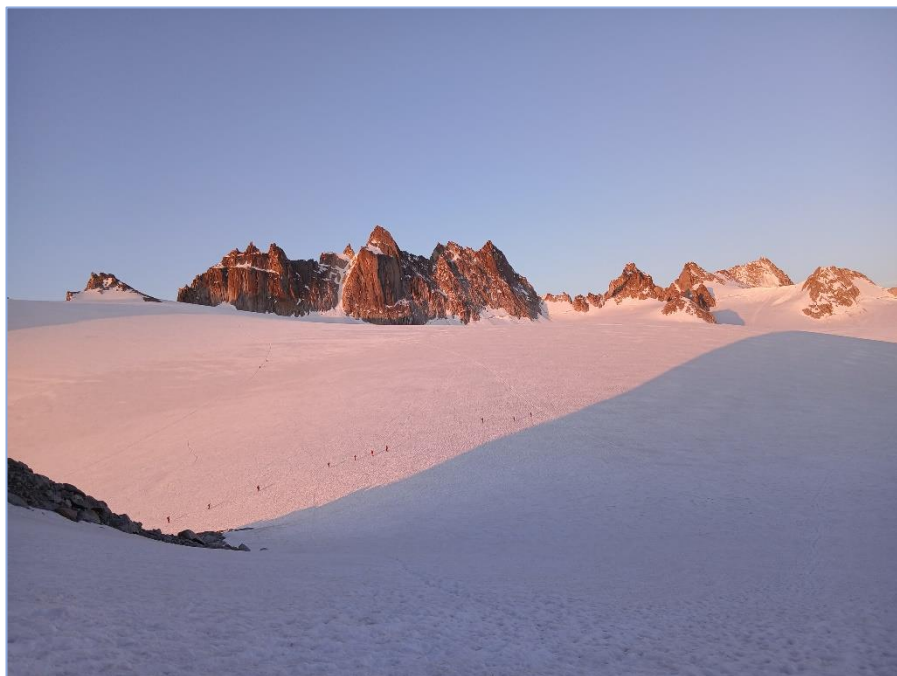
- en vous renseignant sur la sortie, le jeudi qui précède ou par téléphone auprès du chef de course
- en étant à l'heure au rendez-vous et avec le matériel adapté
- en adaptant votre rythme pour rester groupés
- en respectant les consignes (pauses toutes les heures, attente aux carrefours, signaler si l'on s'écarte du groupe, ne pas quitter la collective prématurément...)
- en ne critiquant pas le responsable et surtout pas devant les autres
- enfin, proposer un coup de main pour porter le matériel, faire le serre-file, participer à son niveau et remercier de temps en temps ... autant de gestes qui seront toujours très appréciés.

Pourquoi j'aime l'alpinisme...

Mon club m'a transmis les valeurs de la montagne en me donnant la possibilité d'encadrer un groupe.

Mais guider en montagne, c'est aussi porter la responsabilité de l'autre, veiller à chaque pas qu'il puisse suivre, sans crainte, dans la trace.

En haute montagne la notion d'un pas régulier, presque métronomique, impose le rythme et permet au second de trouver son souffle et sa sécurité dans la régularité du mouvement. Dans cet effort cadencé, l'alpinisme révèle toute sa vérité : une harmonie entre la beauté des paysages et le lien silencieux de confiance entre les hommes." Aux alentours du Trient, l'aiguille du Tour s'élève devant nous au soleil levant. Chaque sortie est un émerveillement, un rappel de la beauté et de la vulnérabilité de ces géants.



Tour du Portalet – Un week-end d'alpinisme magique (et brûlant) 🔥

Un week-end intense et inoubliable dans les hauteurs valaisannes, entre beauté brute et chaleur écrasante...

Départ sous un ciel d'un bleu éclatant pour le tour du Portalet, avec nuitée à la cabane de Saleinaz, perchée face aux grandes murailles du Trient.

La montée en fin de journée fut déjà un défi : 28°C au soleil à 17h, une chaleur caniculaire qui n'a pas sa place à cette altitude...

À l'aube, réveil à 4h sous 11°C — le regel des nuitées n'existe plus !

Nous traversons les vestiges du glacier de Saleinaz, témoins silencieux du retrait glaciaire, pour rejoindre les pentes menant au bivouac de l'Envers des Dorées, avant d'atteindre le col de Plines.

S'ensuit la majestueuse traversée du glacier du Trient, encore entièrement enneigé, offrant une progression douce jusqu'à notre sommet du jour : la Pointe d'Orny (3 272 m).

Là-haut, un spectacle à couper le souffle : 360° sur les Alpes valaisannes ... Silence total, gratitude absolue.

La descente par le glacier du Trient nous ramène lentement vers la vallée. Les derniers mètres sur la langue terminale, privée de neige, font un "floc-floc" inquiétant sous les crampons : la glace souffre, fond, se retire.

Un week-end magique, physique, mais aussi marqué par la chaleur étouffante, difficile pour nos corps... et plus encore pour Dame Nature.

Un contraste saisissant entre la beauté éternelle des montagnes... et leur fragilité bien réelle.

Stéphane



Tête du Rutor

Samedi 05 et dimanche 06 juillet
Haute Montagne

Chef de course : Franck Tupin secondé par Dominique Combeaud et Sébastien Beau.

Participants : Agnès, Catherine, Carmen, Laëtitia, Sandra, Sylvie, Daniel, Dominique, Sébastien.

Nous quittons Thonon à 7 heures et passons le tunnel du Mt. Blanc avec 30 minutes d'attente (cool) puis le rassemblement des deux voitures pour le traditionnel café à la frontière.

Petite surprise de Franck avec arrêt à Pré-Saint-Didier d'où il nous fait découvrir la passerelle suspendue et panoramique de l'Orrido ! Une vue stupéfiante au-dessus du gouffre et de la vallée.

Arrivée à la Thuile, mise en jambe avec visite de la vieille ville. Juste 6 km après c'est le grand départ de « La Joux».

Belle montée le long des cascades avec brumisateur sur la passerelle de cette dernière !!!

Un joli raidillon en serpentins nous mène jusqu'au refuge A. Deffeyes à 2494m. Familiarisation avec ce site magnifique, boissons réconfortantes et accueil sympa à l'italienne.

Dès 18h30 au premier service, c'est le repas (inutile de vous dire qu'il y a du monde).

Bon menu de qualité hormis la traditionnelle salade de fruits en boîte... sauvé, il y a des carottes !!!

Balade sur les hauteurs du refuge pour admirer d'un côté, le glacier, et de l'autre, la face italienne du Mont Blanc entre autres.

Petit déjeuner à 4h et nul doute un départ à la frontale.



Il nous faut un peu plus d'une heure pour rejoindre le début du glacier brut avec quelques crevasses à enjamber, mais sans crainte.

Puis, c'est la rencontre avec la neige et le moment de former les cordées au nombre de trois menées Franck, Dominique et Sébastien. Une répartition judicieuse qui nous conviendra jusqu'au retour.

Une ascension sans encombre jusqu'au sommet avec passages en rocher sur la dernière arrête.

La neige porte encore bien dans la descente, mais nous ne trainons pas car le temps commence à changer...

Presque 5 heures de montée et le repas se fait au refuge. Un joli groupe de bouquetins nous divertis près du lac.

Tous très heureux d'en avoir pris plein les yeux. Un grand MERCI à Franck de notre part à tous.

Sylvie



Entre ciel et calcaire

Hier, nous avons pris la direction du massif du Bargy pour l'ascension de la Pointe du Jallouvre (2 408 m) par l'arête des Bouquetins — une ligne aérienne, sauvage et captivante. Quatre cordées se sont élancées, dix passionnés unis par la même envie d'altitude, d'aventure et de partage. Sous la conduite sereine de Sébastien, Stéphane, Cédric et Baptiste, les chefs de cordée ont mené chacun leur groupe avec précision et confiance.

Le temps, couvert en altitude, offrait une lumière d'automne douce et mystérieuse. À l'horizon, le massif du Mont-Blanc restait parfaitement dégagé, comme suspendu dans une clarté irréelle.

L'arête des Bouquetins, c'est tout sauf un simple sentier : une rando-escalade en terrain d'aventure, un itinéraire à inventer au fil des pas et des ressauts, où chaque passage demande lecture du rocher.

Les 900 m de dénivelé depuis le parking se sont effectués en près de cinq heures d'ascension, rythmées par les assurages et les sourires partagés. Une progression lente et harmonieuse, portée par l'esprit de cordée.

La descente s'est effectuée par la voie normale, en suivant l'arête du Rasoir et son couloir pierreux, balayé par un vent puissant qui ajoutait à la rudesse du décor.

De retour dans la vallée, c'est au Reposoir, au pied de la majestueuse Pointe Percée, que nous avons célébré cette belle journée autour du traditionnel pot de l'amitié.

Un grand merci à toutes et à tous pour votre confiance, votre bonne humeur et votre engagement sur cette magnifique aventure collective.

@+

Stéphane Lauvergeon



Hommage à Josette Setti

Josette Setti, dite Zette, nous a quittés à l'âge de 102 ans.

Elle était née en 1923 à Lyon où son père, plombier-zingueur avait trouvé un emploi. De retour en terre chablaisienne, elle épouse Paul Moynat en 1939. De cette union, naissent Gérard en 1940 et Elyette en 1945. Séparée, elle se marie avec Franck Setti dont elle aura une fille, Sylvie.

Les AN, créés en 1936, ont acquis le chalet d'Ubine en 1937. Ils ont attiré dès sa création une jeunesse thononaise, qui trouvait dans la montée en alpage sa principale distraction, avec les bals, le cinéma et le sport, notamment la gym à l'Etoile Sportive. Zette fit partie de cette première génération d'AN qui a connu le vieux chalet, la route caillouteuse d'Ubine, le vélo jusqu'à la Revenette. Les soirées se passaient dans la fraternité des repas, des jeux de cartes. Le dimanche était consacré aux randonnées autour d'Ubine. Zette fut le centre d'une famille qui consacra son énergie et son talent aux AN. Les frères Setti, Serge secrétaire des AN, Gilles le musicien, Franco le maquisard, furent les chevilles ouvrières avec d'autres, de la rénovation du chalet et Zette de son aménagement.

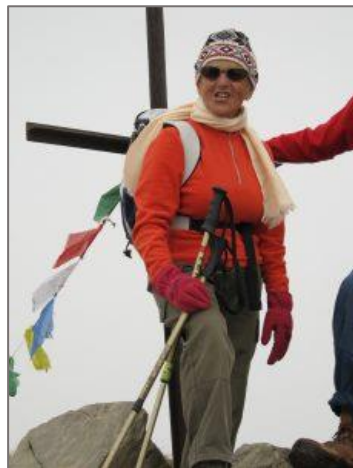
Elle aura partagé son amour de la montagne avec les anciens : Christin et Duchassin les présidents, Fonfon Michoud, Henri Comte, Bernard Magnin, Cimadomo le peintre, JP Erba, Tamanini, Pierre Barone, Nano Tchanz, Martel et bien d'autres ... une génération !!!

C'est avec son fils Gérard, devenu jeune président, que les AN changèrent de dimension. Les courses devinrent plus soutenues, les ambitions plus grandes. Elle fut une des premières femmes à pratiquer la montagne au même titre que les hommes et a ainsi ouvert la voie à la féminisation des AN. Zette se mit au ski de randonnée et participa activement à cette évolution. On la vit sur les courses les plus difficiles. Elle fit les raids hivernaux comme le Tour du Chablais, la Haute-Route Chamonix-Zermatt, la Silvretta, l'Oberland Bernois, les Dolomites, l'Ortlès, la Haute-Route Corse, le Damastock, l'Allalinhorn, les Ecrins et bien d'autres. Sans oublier les courses du Rallye des 2 cols et le relais du Mont-Baron.

Sa longévité dans cette pratique difficile a fait l'admiration des plus endurants. Elle ne cessa le ski de piste qu'à l'âge de 86 ans. Elle fut une encadrante assidue du ski scolaire avec Marcel Droz et a ainsi enseigné le ski à des générations de petits thononais.

On se souviendra de sa discrétion, de sa gentillesse, de son attention aux autres et de son charisme tranquille. Elle a été le centre d'une famille qui a fait des AN ce qu'elle est maintenant : une grande et belle association.

Merci, Zette, pour tout ce que tu nous as donné.



Serge Dupessey

REFUGE D'UBINE LE CMACLIE

A proximité du GR5 (46°18'25''N – 6°44'37''E)



En été, chalet gardé, 35 places. En hiver, chalet non gardé, 19 places.
Cuisine équipée avec fourneau à bois et cuisinière à gaz, eau courante.
Salle commune avec poêle à bois. Eclairage solaire.
Douches et sanitaires intérieurs en été. Toilettes sèches en hiver.
Ravitaillement possible à Vacheresse.
Téléphone de début juin à mi-septembre : **04.50.73.12.98**

Tarifs : (les chèques vacances sont acceptés)

- Adhérents AN Adulte : 12 € / Enfant (7 à 12 ans) : 3 € / - de 7 ans : gratuit (sauf groupe)
Réciprocité aux adhérents *Auberge de jeunesse*
- Non adhérents : Adulte : 17 € / Enfant (7 à 12 ans) : 7 € / - de 7 ans : gratuit (sauf groupe)
- Tarif pour la journée (utilisation de la cuisine) : 3 € / personne
- Gratuité pour les guides et accompagnateurs moyenne montagne sur présentation de leur carte.

Réservation obligatoire : Sur le site des AN : anthonon.fr

Pour récupérer les clés : hors gardiennage, les clés sont remises contre présentation du bulletin de réservation, d'une pièce d'identité et 100 € de caution. Les clés sont à retirer au Café de la Mairie à Vacheresse, chez Mme Isabelle Tagand (téléphoner une semaine avant au 04.50.73.14.18 afin de convenir d'un rendez-vous).



80 ans des Amis de la Nature : Zette et les présidents

Lumininie

Bougies parfumées

Fabriquées en Haute-Savoie

Cire végétale européenne
Parfums de Grasse
Mèche en bois qui crépite

-20% avec le code **AN20**

lumininie.com

Abonnez-vous:



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

Les Amis de la Nature Thonon-Chablais remercient la Région Auvergne Rhône-Alpes pour sa subvention pour le rééquipement du mur d'escalade du gymnase Jean-Jacques Rousseau

mond
vél

SPORT
2000

ESPACE
MONTAGNE

17 et 24 bd du Pré Biollat - Anthy/Léman

anthy-sur-leman.mondovelo.fr / sport2000.fr

VIN DE MARIN
Vins de savoie - AOC

Domaine Delalex - Producteur
Vin blanc / rouge / rosé et jus de raisin
Tél. 04 50 71 45 82
74200 MARIN

LABEVIERE
Electricité Climatisation

BATIMENT INDUSTRIE
MAGASINS

THONON **04.50.71.25.05**



AQUA THERMIC

*Chauffage • Sanitaire • Energies renouvelables
Installations • Dépannage*

Les Combes • 74360 VACHERESSE

Tél : 06 07 50 05 • E-mail : aqua-thermic@hotmail.fr



Contrôle Technique Automobile

CONTROLE TECHNIQUE DES TISSOTTES

**Patrick MOREL
& Jean-François MOULIN**

04 50 81 76 83

33 chemin des Tissottes - 74200 THONON



TERRE BIO

Alimentation bio, cosmétique, compléments alimentaires

Ouvert du lundi au samedi

**6 Boulevard Georges Andrier
THONON**

**04 50 70 62 27
thonon@terre-bio.com**

**6 Place Charles de Gaulle
EVIAN**

**04 50 75 09 78
evian@terre-bio.com**

Album photo

Eté 2025



Du 03 au 09/06 – Séjour Luxembourg



Du 08 au 11/07 – Séjour Famille



Du 18 au 20/07 – Séjour Trièves



02 et 03/08 – Tour des Fiz



09/08 – Marche nordique Le Lyaud



14/09 – Rando piano vignes de Saillon



18/09 – Traversée Billiat - Ireuse



11 et 12/10 – Remue -ménage Ubine