



Merci de penser à t'inscrire sur le site internet

21 AU 27 JUILLET 2018

Rando

Haute-Savoie 74

TRACÉ DU G.R. 5 - TRAVERSÉE DE LA HAUTE-SAVOIE

Par Jean-François R. ☎ **06 82 19 74 76**

Randonnée en itinérance sur 7 jours du nord au sud du département. Sentier fréquenté, bien visible, non technique.

Pour plus de détail, merci de prendre contact auprès de l'organisateur. Nous vous communiquerons les détails précis.

Compter entre 600 m et 1000 m de dénivelée par jour avec une randonnée à 1500 m (mais variante possible à 1000m).

Hébergement : 6 refuges et gîtes différents - (voir feuille refuge)- (voir feuille refuge)

Refuges et gîtes suivant le jour

Repas : Des repas hors sac avec des paniers repas récupérables dans les refuges ou gîtes traversés

Prévoir : Vêtements (paires de chaussettes, boxer, tee-shirt, polaire 2nde peau et collant)

Crème solaire, stick lèvres, boules quies, serviette de toilette, nécessaire de toilette, K-way ou coupe-vent, gants en soie, lunette de soleil, sac à viande, bâtons, bonnet, casquette ou visière, médicaments (diarrhée, constipation, migraine)

Lampe frontale (pour se déplacer la nuit dans le refuge)

bâtons (probabilité de névés)

Sac à d'eau hors d'eau (dont le poids ne doit pas dépasser 10 % du poids du randonneur)

Prévoir un contenant de 1,5 à 2 l d'eau et des fruits secs

Coût prévisionnel :

366 € (voir détail dans feuille refuges)

Réservation : Inscription avant le **30 juin 2018** par l'envoi d'un chèque d'acompte de 150 € à l'ordre de Rando's Rhône-Alpes.

Nombre max. de participants : 8

RDV A : Non à Grenoble ; Non à Saint-Etienne ; à Lyon

RDV L : 14H Plage sur lac Léman- Saint-Gingolph - 74500

Pour savoir ce qu'il se passe chez nos associations amies, rendez-vous sur notre site internet www.randos-rhone-alpes.org rubrique « Liens ».

© Rando's Rhône-Alpes 2016