

Réserve Naturelle du Roc de Chère

DURÉE : 1 h 20
DÉNIVELLÉE : 190 m

POINT DE DÉPART : 550 m
ALTITUDE MAXIMALE : 640 m

NIVEAU : promenade. Accessible aux enfants à partir de 6 ans. Quelques passages cependant demandent de l'attention, dans des zones de rochers.

INTÉRÊT DU CIRCUIT

Imaginez-vous, en parcourant ce massif, que le Roc de Chère était encore cultivé et pâturé jusque vers les années 1906, et que la forêt y était inexistante. La particularité de ce massif calcaire vient de la combinaison d'une géologie et d'un climat particuliers qui permet de trouver, sur quelques centaines de mètres de distance, des alternances de végétation de type méditerranéen, des milieux humides et des milieux froids. Le parcours que nous vous proposons traverse tout le massif en passant par ces différents milieux.

ITINÉRAIRE

Sur la route entre Menthon et Talloires, au hameau d'Écharvines, dans la ligne droite de la route, prenez direction « Golf du Lac d'Annecy / Centre équestre ». Garez-vous avant l'entrée du golf, sur un parking de terre battue, en face du panneau d'accueil de la réserve naturelle.

Le parcours décrit est une combinaison du parcours vert et du parcours rouge.

Prenez le sentier qui part devant le panneau d'accueil et suivez à gauche le balisage vert qui correspond au « Chemin des belvédères ». Laissez à droite le sentier par lequel vous reviendrez tout à l'heure.

Suivez cet itinéraire (balisage vert) aux différents croisements, jusqu'au premier belvédère qui donne sur Duingt et sa presqu'île, le Taillefer et le Roc des Bœufs, le Massif des Bauges et le Semnoz. **0h25**

Descendez à droite, en suivant la direction « Chemin des Belvédères » : le sentier en cailloux (glissant en cas de pluie) rejoint un petit collet. Continuez à droite (balisage) jusqu'à un vaste replat qui vous conduit à un croisement important. Poursuivez tout droit pendant 25 mètres pour atteindre un second belvédère. Vous remarquerez les traces circulaires d'anciennes extractions de meules dans les dalles de grès. **0h30**

Revenez au croisement et suivez maintenant par le balisage rouge, un sentier qui descend en lacets sous le rocher du belvédère. Il atteint un grand replat et se poursuit sur la droite. Le sable qui le compose vient directement de l'érosion des rochers de grès situés au-dessus de vous. Continuez en ignorant les petits sentiers secondaires. Vous allez rejoindre un croisement plus important (balisage rouge) **0h40**.

Vous pouvez, si vous le souhaitez, regagner le bord du lac au lieu-dit le « Jet de la Rose », par un aller-retour en 35 minutes ; attention, quelques passages sont raides.

Poursuivez pour aboutir, après avoir dépassé de belles falaises de grès, à une petite montée en goudron. À son sommet, quittez le chemin le plus marqué pour prendre à gauche (balisage rouge) un sentier qui longe le golf, puis part à gauche au-dessus d'une petite falaise (attention aux enfants). Il s'incline ensuite vers la droite à la fin d'une descente plus raide et mène à un croisement important. Partez de nouveau à droite dans un petit vallon pour retrouver, après environ 150 mètres, le portail d'entrée du golf. **1h00**

Suivez le balisage « promeneurs », pour traverser le golf (attention aux balles). Au niveau du petit



marais, prenez à gauche par la piste en graviers, puis, après environ 250 mètres, sortez de l'enceinte du golf par la droite (portail, balisage). Montez par le chemin et au croisement situé après les ruines d'une ancienne maison, partez à gauche pour vous rapprocher du golf. Longez-le par un bon sentier, puis par un chemin plus large, en suivant le balisage, direction « Écharvines ». Attention, c'est un secteur glissant en cas de pluie. Le sentier s'éloigne alors du golf. Au croisement dans la forêt, prenez sur la gauche la piste en descente qui vous ramène en bordure du golf (balisage vert et bleu). **1h15**

Restez le long du golf : vous allez passer à proximité d'une petite maison, puis d'un plan d'eau carré. Le sentier vous reconduit en 5 minutes à votre point de départ.



Conseils pratiques

CLASSEMENT DES RANDONNÉES

Promenade. Vraiment pour tous. Quasiment pas de dénivellée, sentier facile à parcourir, moins de 2h de marche.

Balade. Accessible aux personnes aimant marcher, même si elles ne sont pas très sportives. Dénivellée comprise entre 300 et 500 mètres. De 2h à 4h de marche.

Randonnée. Pour des personnes entraînées et expérimentées, qui randonnent régulièrement. Itinéraires de montagne, comportant des difficultés et pouvant demander de l'attention (pierres, racines, raideur, passages aériens). Plus de 500 mètres de dénivellée, plus de 4h de marche.

L'accessibilité aux enfants n'est bien sûr qu'indicative, les différences pour un même âge étant parfois importantes.

LES HORAIRES

Les horaires sont calculés sur une moyenne de déplacement souvent utilisée : 300 mètres de dénivellée par heure à la montée et 450 mètres par heure à la descente.

Ils concernent les temps de marche et n'incluent pas les arrêts : photographie, boisson, pique-nique, etc.

LE BALISAGE

La plupart des itinéraires sont balisés selon la charte de balisage de la Haute-Savoie : poteaux avec plaques directionnelles et balises avec flèches.

Certaines portions d'itinéraires sont communes avec le sentier de Grande Randonnée "GR 96" balisé en blanc/rouge ou avec le sentier de Grande Randonnée de Pays "GRP du Tour du Lac d'Annecy" balisé en jaune/rouge. Lorsque vous aurez à suivre ce type de balisage, cela est précisé.

Conseils pratiques

LE MATÉRIEL

Que vous partiez pour deux heures ou à la journée, un minimum de matériel s'impose :

Choisissez des chaussures de randonnée légères, qui tiennent bien la cheville. Dans un sac à dos, mettez un bon pull ou une polaire, un coupe-vent, une gourde d'eau, de quoi grignoter en cas de fringale et bien sûr un pique-nique si vous partez pour la journée.

À propos de l'eau en montagne : soyez autonome à ce niveau ; si certains alpages ont de l'eau en abondance, ce n'est pas le cas partout et les années sèches ne sont pas rares. Dans ce cas, vous comprendrez aisément que les « alpagistes » économisent l'eau et la conservent pour les troupeaux et leurs activités.

LA SÉCURITÉ

Vous parcourez ces sentiers sous votre propre et entière responsabilité.

Renseignez-vous sur la météo avant de partir : 0892 68 02 74 ou

<http://meteo.chamonix.com/>

Le temps change rapidement en montagne ; partez avec l'équipement adapté à la durée de votre randonnée, à la saison et à la météo.

Ne partez jamais seul et indiquez votre itinéraire à des proches.

Adaptez le niveau de la randonnée à votre forme physique et à celle des personnes qui partent avec vous, en tenant compte des conditions météo. Les parcours deviennent plus difficiles lorsqu'ils ont été rendus glissants par la pluie par exemple.

En fin d'hiver et au printemps, des portions de parcours peuvent être encore enneigées et s'avérer dangereuses (risques de glissades). Renseignez-vous avant de partir sur les conditions de la montagne.

En cas d'accident : composez le 112 à partir de votre portable. Attention, la couverture réseau est irrégulière en montagne.

LES REGLES DE BONNE CONDUITE

Les espaces que vous allez traverser sont aussi des lieux de vie et de travail : respectez donc ceux qui habitent à l'année dans ce milieu. Voici quelques conseils pour favoriser le contact :

- Tenez vos chiens en laisse, surtout dans les alpages ou les pâturages.
- Fermez les portes de parc et les barrières derrière vous.
- Redescendez vos déchets.

Vous avez profité de la beauté des fleurs. Ne les cueillez pas, laissez-les pour que les suivants puissent en profiter aussi. De plus, certaines de ces plantes sont rares, voire protégées.

Alpes sommets

PICS, COLS, LACS, REFUGES, VILLAGES, CHAPELLES, ATTRACTIONS, ETC ...

Balayez l'horizon et identifiez tous les sommets qui vous entourent

Mont-Blanc
Alt. 4810m - Dist. 18.1km - Cap. 191° - Dir. 287m

EDITIONS LES GUIDES GOURSAU
www.guidesgoursau.fr

EN VENTE sur www.guidesgoursau.fr

15 balades et randonnées autour du Lac d'Annecy. Un choix des plus beaux sites à découvrir en famille ou entre amis.

LAC D'ANNECY
Spécial Balades et Randonnées

 **LES GUIDES GOURSAU**
www.guidesgoursau.fr