

# La Montagne d'Âge

**DURÉE :** 1 h 10

**POINT DE DÉPART :** 610 m

**DÉNIVELLÉE :** 95 m

**ALTITUDE MAXIMALE :** 660 m

**NIVEAU :** promenade. Sentier accessible avec une poussette 4x4 (par sécurité, le portage est recommandé sur de très courtes portions). Enfants de moins de 6 ans.

## INTÉRÊT DU CIRCUIT

La montagne d'Âge est un lieu privilégié pour faire des promenades avec toute la famille, et en particulier avec les jeunes enfants. Ses sous-bois de châtaigniers offrent une ambiance calme et une proximité de l'agglomération annécienne.

Les combinaisons de parcours sont multiples et vous pouvez, à partir de ce descriptif, rallonger ou raccourcir selon votre envie. La route de crête, interdite à la circulation, constitue un bon point de repère.

rapidement à une patte d'oie. Laissez le chemin qui descend à droite pour prendre celui qui part à gauche, à plat et suivez-le dans la même direction générale. Lorsque vous aurez passé une descente un peu prononcée, vous parviendrez à un croisement important. Partez à gauche sur un chemin en montée qui débouche sur la route de crête au niveau du *réservoir d'eau des Brulas*. **0h35**

## ITINÉRAIRE

Rejoignez Poisy et suivez la direction « Lovagny ». Au panneau d'entrée de commune de Lovagny, prenez la route à droite (*chemin des Tattes*), puis de nouveau à droite le *chemin des Cezards*. Suivez cette route jusqu'à son extrémité. Garez-vous le long de la route, en faisant attention à ne pas gêner les entrées de maisons, de chemins ou de champs.

Passer la barrière et suivez le chemin principal, toujours dans la même direction générale. Au panneau « forêt communale », partez à gauche, et continuez toujours tout droit jusqu'à atteindre une barrière en bois.

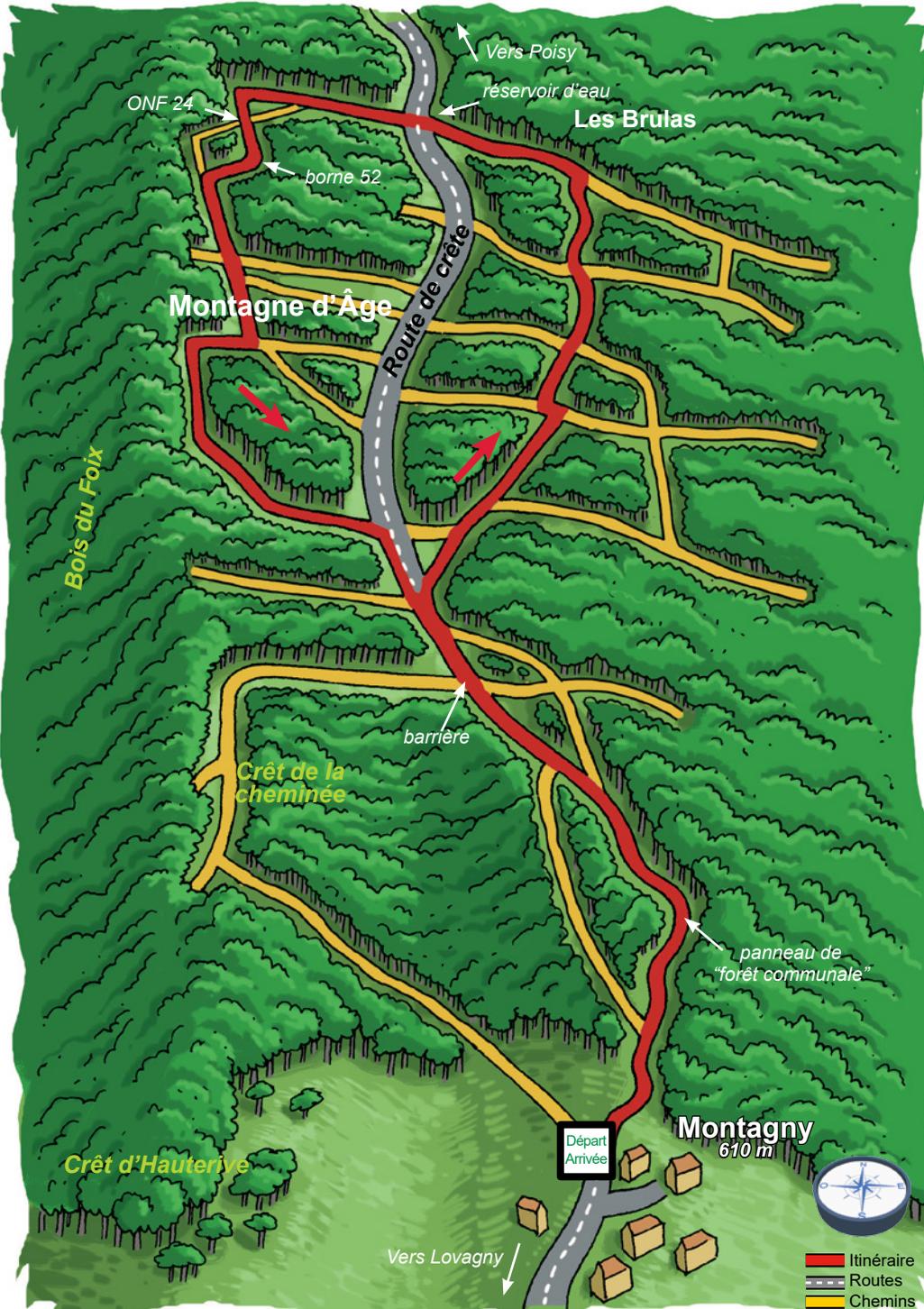
Poursuivez tout droit, vous déboucherez alors sur une grande esplanade. **0h15**

Prenez à droite le chemin à plat et au premier croisement, tournez à gauche. Vous arrivez

rapidement à une patte d'oie. Laissez le chemin qui descend à droite pour prendre celui qui part à gauche, à plat et suivez-le dans la même direction générale. Lorsque vous aurez passé une descente un peu prononcée, vous parviendrez à un croisement important. Partez à gauche sur un chemin en montée qui débouche sur la route de crête au niveau du *réservoir d'eau des Brulas*. **0h35**

Traversez la route et montez juste en face par un chemin avec des racines. Il part un peu sur la droite. Laissez ensuite un sentier qui s'éloigne sur la gauche, pour rester sur le chemin principal qui lui va vers la droite. Il se recouche en rejoignant la crête. Prenez alors le chemin qui part à gauche, continuez tout droit au croisement suivant (marques « ONF 24 » sur un arbre). Le chemin descend et rejoint un croisement avec une borne en pierre N°52. Prenez à droite un sentier encombré de racines, qui descend et tourne à gauche à 90° (ne prenez pas la sente qui continue tout droit). Une descente bien marquée avec des rochers vous amène à un croisement, reconnaissable à une petite mare située sur votre gauche. Partez à droite à angle droit, puis de nouveau à gauche à angle droit. Restez sur le chemin principal, pour rejoindre la route de crête. **0h55**

Prenez alors à droite pour rejoindre l'esplanade, puis, tout droit par le chemin de l'aller, retrouvez votre point de départ en environ 15 minutes.



Copyright : Editions les Guides Goursau - [www.guidesgoursau.fr](http://www.guidesgoursau.fr)



Copyright : Editions les Guides Goursau - [www.guidesgoursau.fr](http://www.guidesgoursau.fr)

# Conseils pratiques

## CLASSEMENT DES RANDONNÉES

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

**Balade.** Accessible aux personnes aimant marcher, même si elles ne sont pas très sportives. Dénivelée 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 dénivelée, 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 dénivelée 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.

## 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/>

# Conseils pratiques

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

De la France à l'Autriche, plus de 20000 sommets alpins affichés en réalité augmentée. Fonctionne même sans couverture réseau grâce au GPS.

EDITIONS LES GUIDES GOURSAU  
[www.guidesgoursau.fr](http://www.guidesgoursau.fr)

EN VENTE sur [www.guidesgoursau.fr](http://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

La Toussuire

**LES GUIDES GOURSAU**  
[www.guidesgoursau.fr](http://www.guidesgoursau.fr)