



AFMTELETHON

INNOVER POUR GUERIR



MARDI 07 DECEMBRE

RANDONNEE EN FAVEUR DU TELETHON D'AIX les BAINS 2021

Organisée par la Gymnastique Volontaire d'Aix les Bains.

« OUVERTE A TOUS »

PROMENADE ET DECOUVERTE AUTOUR LA MONTAGNE DE CESSENS.

Altitude de départ : 725 m - Altitude maxi : 961 m - Dénivelé cumulé environ : 380 m
Distance à parcourir : 12 km - Temps de déplacement estimé : 4h00 - Temps d'arrêts estimés : 2h00

Recommandations : Prendre pique-nique, **chaussures de marche obligatoires**, bâtons recommandés, bonnet, gants, barres de céréales ou autres, 1 litre d'eau, et vêtements adaptés en fonction du temps.

La participation à cette randonnée en faveur du Téléthon est laissée à l'appréciation de chacun.

Les chèques de dons seront à l'ordre de l'A.F.M TELETHON (Association Française contre les Myopathies) et collectés par Madame Noëlle Massa (Bénévole Coordination Savoie A.F.M. Téléthon) adhérente à la Gymnastique Volontaire

Un reçu fiscal pour une déduction d'impôts sera envoyé par l'A.F.M. à chaque donateur ultérieurement

Les inscriptions : jusqu'au 06 décembre 12h00 se feront en **mail ou texto exclusivement**

auprès de : André GENIX Tél. : 06 03 02 99 46. Courriel : andre.genix@free.fr

Déroulement de la randonnée :

Rendez-vous à Grésy sur Aix sur le parking de covoiturage **à 8h20 pour un départ à 8h30.**

Transport vers le parking de Cessens, on finalise sa tenue et on prend le départ de la randonnée en direction des tours César, passage vers l'ancien site de l'abbaye de Hautecombe ; on continue en direction de ND de la Salette, le col du Sapenay par le versant Est, pour arrivée à l'aire de départ de vol libre, sur place repas tiré du sac. On reprend les chemins en direction de la croix, au point culminant on profite de vue sur le lac et la Chautagne. On termine par la descente sur le site historique de l'ancien hôtel, et le retour aux voitures vers 15h30/16h00

VEZ NOMBREUX !!! Merciuuuuuu!!!!!!!!!!

Les effectifs sont limités à 36 personnes, les premiers inscrits seront les premiers retenus, l'horodatage du mail ou du SMS sera la référence, dans tous les cas vous aurez un accusé réception. Les appels téléphoniques ne sont pas pris en compte.

Pass sanitaires et gestes barrières indispensables et masques obligatoires pendant le transport