Sur Lyand-Chalet d'Arvière
Bugey (alt. max 1327 m) **– IGN** 3331 OT

Dimanche 17 Février 2019

Animateur et compte rendu : Claire C
Niveau : P1 T1 raquettes

Départ : Sur Lyand –Foyer de ski de fond 1235m
Distance depuis Annecy (8h30) : 56km

Temps de marche : 4h35
Dénivelée : +380m
Longueur : 11.7 km
IBP Index 53

15 **participants (10+5)**

Itinéraire : voir en fin de diaporama
1h10 de route -10 mn pour s'équiper et s'acquitter de la redevance de 1 euro que je n'ai pas pu négocier cette fois, le départ réel est donné à 9h50.
Nous accueillons avec plaisir deux nouveaux inscrits Olivier et Serge, soucieux n'en doutons pas de rééquilibrer une parité souvent fort malmenée.
Montée en douceur, plein Ouest à la croix de Fambam 1316m, par la piste tracée, le hors piste ne présentant qu'une pente plus raide que certains, en grande forme, préfèrent.
A la croix, nous laissons le circuit plein nord de la Croix Fambam (qui se prolonge jusqu'en Raymondy) pour faire un grand virage plein sud. Ce n'est pas une raison pour jouer les petits poucets sur l'itinéraire ; le gant fugueur a été retrouvé. (Merci au soutien de Marie)
Une descente en forêt nous mène NO dans la combe du Cimetière et au parking de la grange d'En Bas (ruines) fermé l'hiver. Nous rejoignons la GTJ (Grande Traversée du Jura)
L'animatrice tient à faire le détour par la Grange d'En Haut, lieu de villégiature hors sac très prisé qu'il faut retenir 1 an à l'avance, plus encore pour Noël ou le Nouvel An (100 euros pour 10 personnes- géré par la Mairie de Lochieu) .On y accède aussi par le Col de la Biche. Les lieux sont occupés, comme toujours.
Retour à la Grange d'en Bas où nous attendaient un participant prudent, soucieux de ses articulations et son soutien (merci Henri).
Direction plein Sud vers le Chalet d'Arvières dans une agréable forêt avec un petit vent de face, heureusement de Sud.
L'aller s'effectue en 2h20 pour 160 m de montée et 220m de descente.
12h10, arrivée à l'ancienne Chartreuse (voir Historique sur la photo).Wikipédia ne dit pas pourquoi Saint Artaud, page d'Amédée de Savoie, chartreux et évêque de Belley fut canonisé.
L'aubergiste nous propose d'utiliser chaises et tables. Mais la majorité du groupe préfère s'installer sur le mur d'enceinte, seul vestige, particulièrement bien exposé au dessus d'une gorge profonde qui mène à Lochieu (habitants : les Chicaneurs, les Chicaneuses) et au Valmorey (GR de Pays). Pas de café, le restaurateur est trop occupé.
13h15, départ à l'heure militaire pour attaquer le retour par le même itinéraire, dénivelés inversés, jusqu'à la Grange d'En Bas, sous l'Hergues, le chemin d'été dans le vallon d'Arvière étant impraticable, et expo, l'hiver.
Nous faisons une courte halte à la Grange de Falavier (photo avec les rondins) parfaitement équipée pour un bivouac sauvage (« lits » aux matelas peu recommandables, matériel de barbecue, bois ...) Cet abri rustique nous avait été fort utile pour pique-niquer par mauvais temps, de là à y dormir ...
Au bout de la Combe du Cimetière, nous prenons par la route une remontée moins raide, quoique.
De là, encore une ou deux bosses pour mieux admirer le paysage (photo de PeakFinder) des Cornettes de Bise au Grand Paradis en passant par les Alpes Valaisannes, tout au fond le Cervin , et notre traditionnelle chaine du MT Blanc, sans oublier la Tournette .
La redescente, en 2h15 est très contemplative.

A 15h30 nous déchaussons pour prendre le pot au Belvédère, agrémenté du cake de Marie et des chocolats de …J'ai un doute. Merci au groupe pour sa flexibilité malgré des niveaux différents, merci à Christine, serre file attentive et dévouée. Merci à tous pour le sirop d'orgeat.

Merci enfin à la météo qui nous a permis des émerveillements supplémentaires et une bonne dose d'endorphine (traduisons : hormone du plaisir sportif agissant sur le moral et diminuant la sensation des petites douleurs, donc que du positif, gratuit et sans effet secondaire).

Maintenant que les formations vont se faire aussi mais surtout d'avantage au niveau des clubs quelques outils utiles pour ceux qui le souhaitent en plus de la carte et de la boussole.
Si une septuagénaire autodidacte y arrive, chacun s'il est motivé, doit pouvoir y accéder :
Openrunner pour la Trace GPS-GPX et la courbe dénivelé (une version de base gratuite)
JGN Superhero pour l'impression gratuite de la carte
Géoportail pente pour l'évaluation des risques avalancheux,
Google photo pour l'album
PeakFinder pour les panoramas (2 euros à vie)

IBP Index pour la **classification effort** (et plein d'autres choses)
.L'IBP 53 signifie une randonnée niveau entre facile et moyen-bas pour quelqu'un de moyennement entraîné, difficile pour quelqu'un de peu entraîné, facile voire très facile pour quelqu'un de très entraîné (voir tableau

Pour voir le diaporama, cliquer sur l'album ci-dessous :

Album **Sur Lyand Chalet d'Arvières**

Photos de : Inès M-Pierre B -Claire C