



fédération française
des clubs alpins
et de montagne

club alpin **Nantua**

RANDONNEE des 3 LACS 24^e édition

Dimanche 13 Octobre 2019

REGLEMENT :

La randonnée des 3 lacs est organisée par le Club Alpin Français de Nantua avec la participation de l'Office du Tourisme du Haut Bugey et de la Commune de Nantua.

Cette randonnée n'est pas une compétition, les parcours se font à allure libre sans aucune forme de chronométrage.

Les randonneurs doivent se conformer au code de la route, aux arrêtés municipaux en vigueur dans les communes traversées et effectuer les parcours par les itinéraires prévus et balisés.

Chacun veillera à la tranquillité de la faune sauvage, respectera les clôtures des parcs à bétail et n'effrayera pas les troupeaux.

Il est vivement conseillé de respecter le sens de la marche, le point de départ proposé par l'organisation et d'éviter les recompositions d'itinéraires personnalisés qui perturbent le bon déroulement de cette manifestation.

Des barrières horaires suivant les distances proposées seront mises en place à **CHARIX** et au ravitaillement du Montoux.

Pour la sécurité de tous, nous vous demandons de les respecter et de faire en sorte que **votre point de départ soit rejoint au plus tard à 17H30.**

Il est recommandé à chaque participant de se munir de chaussures adaptées à la marche sur tout terrain,

d'un petit sac à dos avec le minimum nécessaire pour passer une journée dehors (réserve en eau, ravitaillement et vêtements).

Plusieurs points de ravitaillement ont été placés sur les parcours (boissons, pain d'épices, comté, bleu de Gex, pain et fruits...).

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vol dans les véhicules ou d'accidents provoqués par une défaillance physique du participant.

Les participants et les bénévoles sont couverts avec la FFCAM par une assurance responsabilité civile ; l'assurance individuelle accident est du ressort de chacun ; chaque randonneur s'assurera que son état de santé et sa condition physique lui permet de parcourir la distance et le dénivelé du circuit choisi. Ne vous surestimez pas et prenez en compte vos temps d'arrêt pour le choix du parcours.

BONNE JOURNEE A TOUS

RANDONNEE DES TROIS LACS

24eme Edition

Dimanche 13 Octobre 2019

La randonnée des 3 lacs est organisée par la section de Nantua du Club Alpin Français avec le concours de l'Office du Tourisme du Haut Bugey et la Commune de Nantua.

Cette manifestation sportive s'organise au départ de l'Espace Trois Lacs (office de tourisme du Haut Bugey) et emprunte ensuite un réseau de routes, chemins forestiers et sentiers sur le territoire des communes de Nantua, Charix et Apremont.

Cinq parcours en boucle sont proposés :

- **14 km** reposant sur l'itinéraire du Tour d'Horizon, allégé de la partie Est, offrant un panorama sur le lac de Nantua et la barre des Fècles.
- **15 km** se dirigeant vers le Mont d'Ain.
- **25 km** ralliant le village de Charix et offrant une superbe vue sur les lacs de Nantua et Sylans
- **35 km** portant les marcheurs confirmés jusqu'au Lac Genin, le 3^e lac et le plus éloigné.
- **15 km** au départ de Charix, circuit facile présentant peu de dénivelée et permettant à des randonneurs moins aguerris de découvrir l'écrin de verdure du Lac Genin.

Ces parcours empruntent pour une grande part les circuits balisés par l'office de tourisme ou les associations de randonnées pédestres mais comptent aussi diverses jonctions et extensions traversant des forêts et espaces naturels de caractère.

Le cheminement se fait intégralement sur des chemins ou passages existants.

Un balisage spécifique est mis en place la veille de la manifestation et retiré au cours de la semaine qui suit.

Aucun classement ni chronométrage n'est proposé sur l'ensemble des parcours.

Les départs s'échelonnent librement de 7H30 à 10 H30 depuis l'OT du haut Bugey et du village de Charix.

Des barrières horaires seront mises en œuvre, afin de clore l'ensemble de cette manifestation au **plus tard à 17H30**.

Plusieurs points de ravitaillement sont mis en place tout au long des parcours, permettant aux randonneurs de découvrir les produits de notre terroir.

Une cinquantaine de bénévoles œuvrent sur le terrain pour la bonne organisation de cette journée et veillent à la protection des sites traversés.

Les organisateurs s'appliqueront à la réussite de cette manifestation populaire, clôturant la saison de randonnée pédestre.

Les mairies et sociétés de chasse de ces communes sont informées du programme de cette journée et des itinéraires empruntés.

L'office National des Forêts renseigné sur cette manifestation, veille à ce que les travaux forestiers en cours n'y apportent que la gêne minimale.