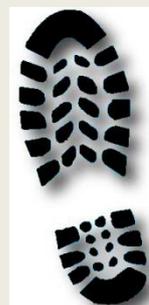
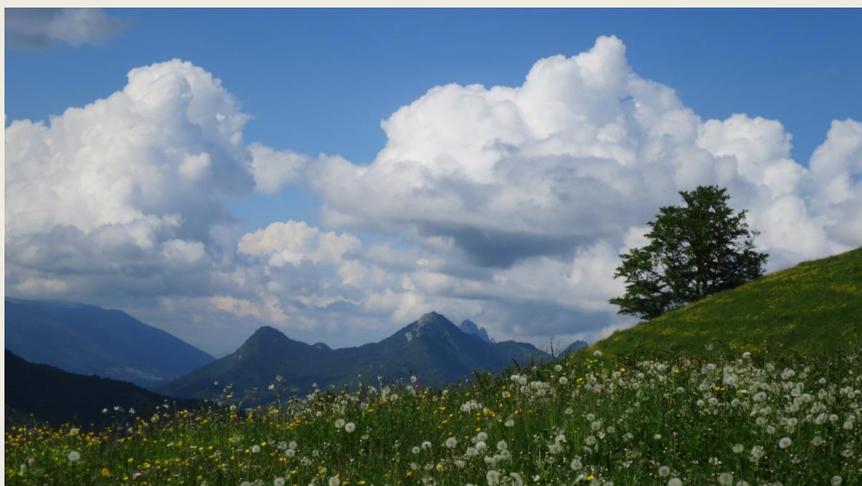
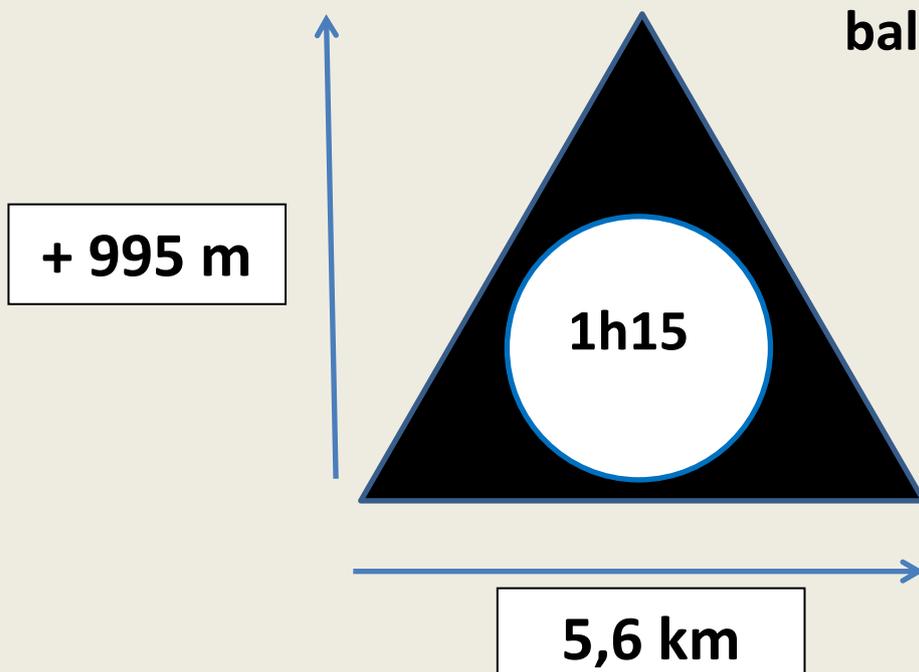


CIRCUIT TRAIL KV DE L'EPION

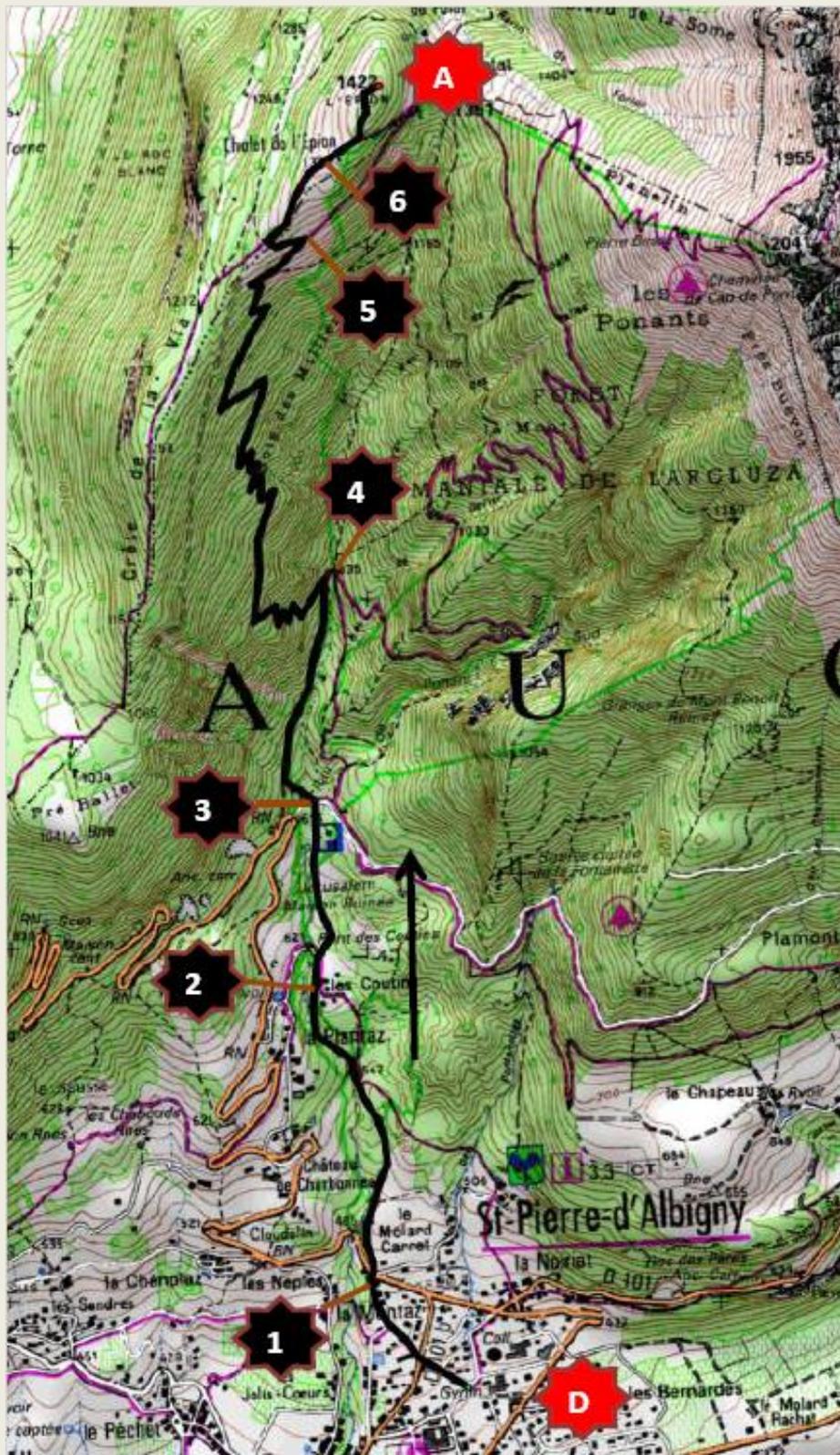


balisage noir



Temps et distance sont indiqués pour le parcours de montée

Ce parcours propose une montée “droit dans la pente” au départ du gymnase vers le sommet de l’Epion situé entre le col du Frêne et celui du Potat. Le tracé longe le ruisseau du Gargot puis bifurque dans la forêt par le sentier des Millières pour s’achever sur la crête, derrière le chalet de l’Epion. Le paysage s’ouvre alors entre la Combe de Savoie et le massif des Bauges, avec une vue sur le Mont Julioz, le Colombier d’Aillon et le Mont Morbié. Le retour s’effectue par le même chemin.



D Départ du Gymnase (altitude 430 m), monter par le chemin des Aubépines, traverser la D101b en direction de la Montaz, continuer sur la droite dans la rue des Ponants pour atteindre **(1)** la route du col du Frêne (altitude 480 m).

Traverser cette route et poursuivre en face par le premier chemin sur votre gauche. La route se transforme en route forestière et surplombe le ruisseau du Gargot situé à votre gauche.

Poursuivre en alternant le sentier et la route forestière jusqu'à atteindre **(2)** le hameau des Coutins (altitude 620 m) en suivant toujours le cours du Gargot.

Rejoindre la route sur 30 m jusqu'au pont des Coutins et continuer l'ascension par un sentier démarrant à droite du pont jusqu'à **(3)** atteindre le carrefour de la route forestière (altitude 690 m).

Prendre la route à plat à votre gauche sur 100 m, traverser deux lits de ruisseaux et emprunter sur votre droite le « sentier des Millièrès » en direction du col du Potat. Le chemin se poursuit sur une section de route forestière jusqu'au lit du Gargot et **(4)** repart vers la gauche dans la forêt (altitude 835 m). Continuer à monter par le sentier qui enchaîne de nombreux virages et présente une alternance de bois de feuillus et de sapinières.

Après le passage d'une barrière à bétail en bois **(5)**, longer la clôture sur votre gauche et rejoindre sur la droite la route du Potat (altitude 1330 m). Poursuivre la montée sur cette route gravillonnée jusqu'à atteindre **(6)** le chalet de l'Epion (altitude 1380 m). Contourner le chalet par la droite, traverser le chemin et rester en lisière de prairie avant de **(A)** rejoindre le sommet boisé (altitude 1422 m).

La partie basse du chalet de l'Epion est ouverte et peut vous abriter pour une pause, merci de respecter les lieux.

Retour par le même chemin avec le balisage marqué "Retour".

Numéro d'urgence = **112**

Équipement conseillé = chaussures de trail à crampons, bâtons de marche, gourde (pas de point d'eau).

Le sommet du parcours peut être enneigé en période hivernale.

Parcours en allure randonnée = 3h aller/retour

Itinéraire à télécharger en format PDF et GPS sur :

Site de l'APA : <http://www.ap-arclusaz.fr>

Rubrique : Parcours TRAIL

Ce document a été édité avec le concours de l'APA.

Nous contacter : apa.info@orange.fr



L'Amicale Pédestre de l'Arclusaz est une association sportive créée en 2000.

L'activité principale de l'APA est la pratique de la course à pied et plus particulièrement du Trail (course et marche rapide sur les sentiers et chemins). Basée à Saint Pierre d'Albigny, sur le piémont du massif des Bauges, le terrain de jeu est varié et très plaisant.

L'APA propose des entraînements de groupe, des sorties pour des courses locales ou plus lointaines, des animations diverses (week-end courses et tourisme, activités sportives diverses).