

## URGENCES



### N° D'APPEL D'URGENCE : 112

Pour contacter les secours, composer le n°112.

Donnez des informations claires et précises :

- Le numéro de téléphone du poste d'où vous appelez
- Le motif de l'appel  
(chute - plaie - malaise - maladie - piqûre/morsure)
- La localisation de l'accident  
(Commune/Lieu-dit, Altitude, Point caractéristique)
- L'heure de l'accident



## Circuit de Planbois

*Petit circuit caractérisé par une courte mais forte montée au départ, suivie d'une seconde partie en descente douce, avec la traversée de la forêt de Planbois.*

Point de départ : **Thonon-les-Bains, 430m**

Distance : **32km**

Altitude maximale : **660m**

Dénivelé total : **260m**

Pratique :

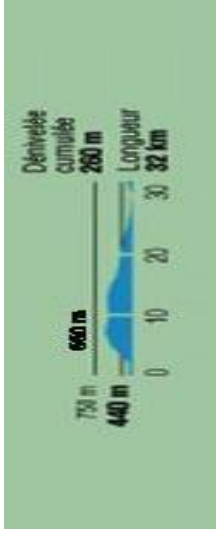
Difficulté :

### Accès

RIS d'information avec plan des itinéraires sur la place de " Crête " au dessus de la Gare, parkings gratuits. Office de tourisme en centre ville (500 m).

# Circuit de Planbois

## Profil de l'itinéraire



## Itinéraire

Sens de parcours : aiguilles d'une montre  
Repères et connexions : Armoiy (séparation avec le Tour du Mont d'Hermone n°29 et le Tour du Roc d'Enfer n°37) ; Drailliant (croisement avec le Tour du Mont d'Hermone n°29 et le Circuit de la Vallée Verte n°28) ; Jouvernex (jonction avec le Circuit du Bas Chablais n°31)  
Descriptif : Planbois est une forêt de collines, parsemée de prairies humides, elle s'étale au pied du massif préalpin du mont d'Hermone. Sa richesse écologique est remarquable. On y trouve plus de 2000 espèces de champignons, le très rare Glaieul des marais et de nombreuses orchidées. La faune est également riche, avec le Castor d'Europe réintroduit, le crapaud Sonneur à ventre jaune, des tritons et des salamandres. Avant de la traverser, vous serez élevé sur le piedmont du massif, par la RD26, jusqu'à Armoiy, pour entamer ensuite une longue descente vers cette fameuse forêt. Vous ne verrez sans doute que ses résineux, ses chênes et ses trembles, mais vous aurez en tête tout ce qui s'y cache ! A la sortie de la forêt, à Jouvernex, vous serez sur le Circuit du Bas Chablais n°31 qui vous ramènera à Thonon par Anthy et la plage de Corzent.

