

Haute Nendaz – Isérables (M1912)

remplace marche Gemmi - Kandersteg

Date : **Mercredi, 26 juin 2019**
Renvoi éventuel : 28 juin 2019 **Délai d'inscription** **21 juin 2019**
Type de marche : **M** **Région :** VS
Introduction : Cette marche offre une belle vue sur la plaine du Rhône et les sommets du bas Valais.

Depuis Haute Nendaz, nous montons jusqu'au Grand bisse de Saxon, que nous suivons à travers de la forêt du Plagne jusqu'à Les Dzoras.

De là, nous entamons la descente, parfois un peu raide, vers Isérables, ou le téléphérique nous ramène en plaine.

Programme :

- Déplacement : En train, bus et téléphérique
- Parcours : Haute-Nendaz (téléphérique) – Pra da Dzeu 1771m – forêt du Plagne – Les Dzoras 1753m – Les Tsans Roux 1402 – pt 1233 – Isérables 1109m

Recommandations: chaussures de marche, bâtons recommandé, pique-nique tiré du sac, protection pluie

Temps de marche : 4.00h **Distance :** 12 km
Effort : Montée 405 m Descente 680 m
Altitudes : Minimum 1106 m Maximum 1771 m

Déplacement :

| Aller | Départ | Arrivée |
|-------------------|--------|---------|
| Vevey - Sion | 08h04 | 08h57 |
| Sion - Hte Nendaz | 09h40 | 10h20 |

| Retour | Départ | Arrivée |
|-----------------------------------|--------|---------|
| Isérables – Riddes (téléphérique) | 16h10 | 16h16 |
| Riddes - Martigny | 16h55 | 17h08 |
| Martigny - Vevey | 17h16 | 17h54 |

Rendez-vous : 07h45 Gare de Vevey
Prix du billet (train): CHF 32.-- env. (demi-tarif, y compris café/croissant)
 Le prix peut varier selon le nombre de participants.
Inscription : Le vendredi avant la course, avec le formulaire d'inscription ci-dessous. Sans internet: par formulaire d'inscription séparé.

Attention : Veuillez consulter impérativement le **répondeur** **021 924 36 83** la veille de la course dès 15 h. Des informations importantes pourraient vous être communiquées.

Chef de course : Rémy Béguin **Adjoint :** Mary-Hélène Mueller
 Téléphone 021 922 4345 026 912 0616
 Mobile 079 259 3602 079 373 1305
 Mail remy.beguini@bluewin.ch mh.mueller@gmail.com