



MARCHE M. ZAHN

SAINT MARCEL L'ECLAIRE

(69 Rhône - 3kms de TARARE)

07 OCTOBRE 2007

2 CIRCUITS: 12 et 17kms

Découverte des monts de TARARE et du mont "Crépieu"

DEPART ENTRE 8H30 ET 9H30 (dernier délai)

Inscription à l'avance: 5.00€ (repas campagnard à l'arrivée compris)

Inscription le jour même: 7.00€ (repas campagnard à l'arrivée compris)

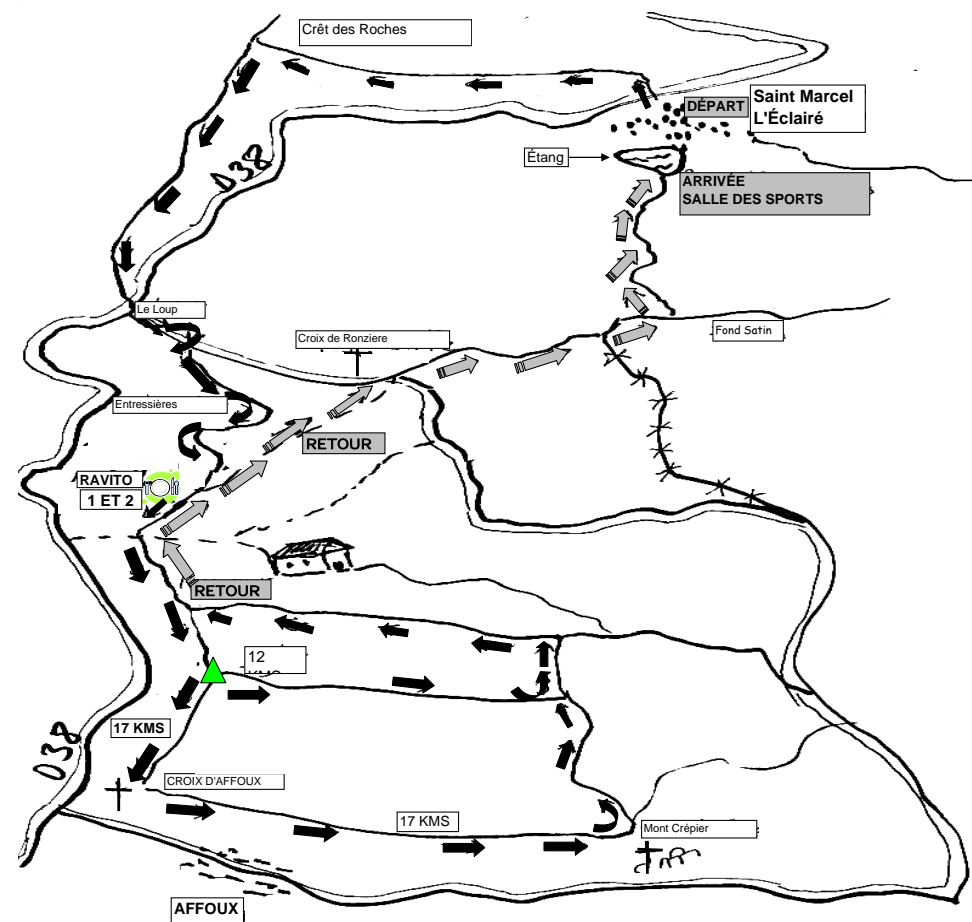
Si places encore disponibles (dans la limite des 200 premiers inscrits)

Renseignements : Tél: 04 26 81 27 82



Action caritative au profit de la recherche contre la maladie de Charcot.
Grâce à votre participation, "ASL Simplement Courir", à déjà reversé la somme de 1350€ à l'association "ARS" en faveur des victimes de la Sclérose Latérale Amyotrophique (variante de la maladie de Charcot)





Marches de 12 et 17 km du 7 octobre 2007 "trophée Michel ZAHN à St Marcel l'Éclairé:

L'A.S.L "Simplement Courir" vous propose deux parcours à la découverte du mont CREPIER

Le PARCOURS et ses points marquants:

Vous partirez de la Mairie de St Marcel l'Éclairé entre 8h30 et 9h30

Vous rejoindrez le mont CREPIER par le crêt des roches (attention prudence en traversant la D38) puis vous arriverez au LOUP qui ne vous mangera pas mais une nouvelle fois la D38 sera à couper avec douceur. Si le ciel est clair vous pourrez regarder vers le SUD EST et voir le mont BLANC, puis après 200m sur la route de RONZIERE ce sera le sentier qui monte aux ENTRESSIERES à travers bois et buisson de Framboisiers (repassez l'an prochain à la saison plus favorable aux gourmands "septembre"). Après cette difficile montée il y aura quelques centaines de mètres pour rejoindre le ravitaillement (1) concocté par notre chef Laurent PERRODON

Le jambon au foin vous sera servi par Marie Thérèse, Marie Agnès, Régis et Bruno.

Suite à ces calories il faut éliminer et vous filerez sur le mont Crépier par le Gouget et les cultures de la ferme LAURENT.

Une vive côte dans les sapins et le 12 kilomètre quittera momentanément le 17 en virant à gauche.

la aussi durant la traverse en forêt quelques sapinières naissantes laisseront votre vue se poser sur le GOUGET, les ENTRESSIERES mais peut être aussi sur le mont BLANC.

Fin de la traverse et de nouveau parcours commun au 17 kilomètres.

Pour le 17 il s'agira d'aller jusqu'à la croix au dessus d'AFFOUX pour découvrir les monts de VILLECHENEVE, AFFOUX, et qui sait, une partie des Alpes du SUD si le ciel est favorable.

Une montée pentue vous mènera doucement au mont CREPIER et son Calvaire de Roches plantée d'une croix.

Vous aborderez la descente pour rejoindre le 12 kilomètre et reprendre une traverse vers le GOUGET .

Dans les parties supérieures que vous venez de découvrir vous aurez peut être ramassé quelques CEPS ou GIROLLES aperçu quelques chevreuils s'ils sont laissés en paix ce jour là.

De nouveau aux pied des ENTRESSIERES le ravitaillement (2) sera encore là pour un Retinton sympathique.

Descente reposante vers la croix de RONZIERE ou vous serez orienté à le fond SATIN.

Une descente en forêt très pentue vous amènera à l'étang de St Marcel l'Éclairé vous en ferez le tour avant de pointer votre arrivée à la salle des sports.

Après quoi le chef Laurent PERRODON et son Adjoint Sbaa FADEL vous mijoteront une andouille à la sauce beaujolaise qui vous remettra de vos joyeuses divagations. Ils vous attendront pour cela ainsi que toute leur équipe à la salle des fêtes.

Il ne restera plus qu'à attendre l'éventualité d'un lot tiré au sort dont le plus intéressant sera "deux repas gastronomiques" d'autres lots vous auront été attribués à l'arrivée si le sort vous est favorable.

Après cette journée n'oubliez surtout pas de mettre vos commentaires sur le FORUM de notre site

www.simplementcourir.fr