



Groupe des Seniors



Mardi 30 avril 2019

Château Cugny – Goumois

Jolie course dans les côtes du Doubs et belle montée au Château Cugny (Roche en forme de château), avec vue sur la vallée.

Déplacement Seniors : En voitures : Les Bois – Noirmont – Saignelégier – Goumois – La Verte Herbe.
70 km aller et retour.

Itinéraire pédestre : **Le matin :** La Verte Herbe – Vautenaivre – L'Essert (point 658) – Sur le Rang – Château Cugny
L'après-midi : Retour par les Roies – Cabane du Bief du Vautenaivre et la Verte Herbe

Temps du marche : Le matin : env. 2h 30 L'après-midi : env. 2h 30
Dénivelé : 400 m.

Rendez-vous Seniors : A la patinoire des Mélèzes à **8h**

Déplacement Tamalous : En voitures : Les Bois – Noirmont – Saignelégier – Les Pommerats – Vautenaivre.
70 km aller et retour.

Itinéraire pédestre : **Le matin :** Vautenaivre – L'Essert (point 658) – Sur le Rang – Château Cugny
L'après-midi : Retour par le même itinéraire.

Temps du marche : Le matin : env. 1h 30 L'après-midi : env. 1h 30
Dénivelé : 220 m.

Rendez-vous Tamalou : A la patinoire des Mélèzes à **9h00**

Repas pour tous : Au Château Cugny. Tirés des sacs, possibilité de faire du feu.

Note : La course aura lieu par n'importe quel temps.
Itinéraire en cas de pluie : Goumois – Abri sous roche du Bief de Vautenaivre. Retour par le même itinéraire. env. 2 x 1h 10

Inscriptions : Jusqu'au **dimanche 28 avril à 18h**, auprès des coordinateurs :
Hermann Führer tél. 079 213 67 92
Willy Calame tél. 032 913 31 65