



## Dimanche 21 Avril 2023

### Randonnée Dvélos - Les hauteurs du Grand EPAGNY / ANNECY

Randonnée VTT/VTAE et Marche aux alentours de la commune D'EPAGNY METZ-TESSY  
organisée par l'Entente Sportive Des Anciens Acteurs du Secours (ESAS74)

Départ / Arrivée : Magasin DVélos Zone Commerciale d'Epagny Metz-Tessy

390 Rte des Prés Rollier, 74330 Sillingy

Pour repartir de plus belle, sur cette nouvelle édition et cette nouvelle saison, *l'Entente Sportive des Anciens Acteurs du Secours de Haute-Savoie* avec le soutien de Dvélos reprend l'organisation en vous proposant de nouvelles boucles VTT et 1 parcours pour les marcheurs, marcheurs nordiques et/ou coureurs

Amateurs de randonnée VTT, VTAE et pédestre, vous trouverez ci-dessous la description des parcours et des boucles, à vous de choisir le ou les parcours les plus adaptés à votre pratique.

En ce début de saison nous pouvons proposer des dénivelés modérés, ou adultes, enfants et débutants trouveront leur bonheur.

*Il sera possible sur réservation d'essayer, louer et de tester des vélos à assistance électrique ou musculaire suivant disponibilité en magasin.*

Le départ de toutes les boucles est organisé au niveau du Magasin D'Vélos partenaire de cette randonnée.

Les km et le dénivelé sont donnés à titre indicatif, ils peuvent être modifiés suivant la météo du jour



## VTT

### 1<sup>er</sup> parcours : BOUCLE 1 (Familial)

- Pour les familles avec enfant ou les débutants: 12 à 14 km très faible dénivelé sur un parcours agréable et sans difficulté secteur de Sillingy. Déniv: 150m  
Visite des alentours Sillingy, la balme de Sillingy, son lac (Goudrons et chemins larges)

### 2<sup>ème</sup> parcours : BOUCLE 2

- Pour les pratiquants réguliers : Environ 20 km associant singles, montées, descentes sur pistes roulantes avec quelques difficultés (En montées et en descentes). Déniv: 500m  
Coté Montagne d'Age

### 3<sup>ème</sup> parcours : BOUCLE 3

- Pour les pratiquants occasionnels : Environ 20 km associant singles, montées, descentes sur pistes roulantes sans grandes difficultés. Déniv: 300m  
Coté Brassilly

### Cumul des 2 parcours : BOUCLE 2 et 3

- Pour les pratiquants réguliers et les plus entraînés, cumul des 2 parcours 40 Kms, pour les amateurs de Km et de dénivelé en début de saison  
Bref... pour les plus solides, une sortie pure et dure comme nous les aimons ! Déniv: 800m

## VTTAE

### Parcours non balisé: (Uniquement accompagné ou avec trace GPS) BOUCLE 4

- Pour les habitués du VTT à assistance électrique 25 à 30 km. Déniv: 800m, jusqu'à 50 à 60km.  
Déniv : 1600m  
Associant singles, montées, descentes sur pistes roulantes. Difficultés moyennes pour des adeptes de la pratique.  
2 Départs accompagnés : 8h00/8h15 et 9h00/9h15 possibilité d'avoir la trace sur réservation et inscription avant le  
Coté « Mandallaz »



## MARCHEURS

- **Parcours :**  
De 10 km à la découverte d'Epagny Metz-Tessy, ses alentours et ses hauteurs avec des vues magnifiques sur le lac d'Annecy si la météo est clémente.  
Il est possible de rajouter une boucle de 5 km pour découvrir Metz-tessy (Total 15 km) Total : 150m de dénivelé

## LES HORAIRES

De 7h30 à 10h30 pour les vététistes qui désirent faire plusieurs boucles vaut mieux partir tôt

*Nous vous invitons à respecter les horaires proposés. Le non-respect dégage la responsabilité des organisateurs.*

*Pour des raisons de sécurité et d'organisation, cette randonnée peut être annulée le jour même en cas de problème majeur ou de mauvais temps.*

Dé-balisage des parcours à partir de 14h30

## INFORMATIONS PRATIQUES

### **PARKINGS GRATUITS**

Dans la zone d'Auchan à proximité du magasin Dvélos et ses environs

### **INSCRIPTIONS**

Ouvert aux licenciés et non licenciés.  
Inscription sur place

### **ORGANISATION**

**Entente sportive des Anciens Acteurs du Secours de Haute-Savoie** avec le soutien de Dvélos Annecy



## TARIFS

- Avant 12 ans ou licenciés FFvélo ou FSQT sur présentation d'un justificatif: **6 Euro**  
*Moins de 18 ans FFCT et FSQT : Gratuit*
- A partir de 12 ans : **8 Euro**

**Votre engagement contribue à l'organisation de notre randonnée et la vie de notre association**

## RESTAURATION – BUVETTE - RAVITO

Café de bienvenue offert

1 ravitaillement est prévu devant le magasin Dvélos: Gâteaux, fruits, sirops, chocolat.

A partir de 11h30 et jusqu'à 13h00, buvette et restauration rapide possible sur réservation lors de inscription. (Grande frites + 2 saucisses +1 fruit et une boisson) **10 euro**

## LES PLUS

Possibilités de dépannage aux magasins et de nettoyage du vélo à l'arrivée

**Renseignements sur la randonnée directement au magasin auprès de Christian et Baptiste**

Tél : 04 50 09 50 54 - Email [annecy@dvelos.com](mailto:annecy@dvelos.com)

**Ou auprès du président de l'ESA74**

Tél : 06 15 74 61 70 - Email [esas74112@gmail.com](mailto:esas74112@gmail.com)



## REGLEMENT

Cette épreuve n'est pas une compétition donc pas besoin de certificat médical. Toutefois le participant certifie que son état de santé lui permet de parcourir les randonnées proposées et qu'il n'a pas de contre-indication médicale.

Les parcours ne sont pas fermés, Chaque participant doit se conformer et respecter le code de la route, aux arrêtés préfectoraux et municipaux. Il devra être couvert par une assurance responsabilité civile personnelle et sera responsable des accidents dont il serait l'auteur.

Les randonneurs doivent également respecter les autres usagés des chemins empruntés.

Le port du casque est obligatoire pour les vététistes.

L'organisation décline toute responsabilité en cas de défaillance physique et psychique. Les mineurs doivent être accompagnés d'un adulte.

Préservez la beauté du site et ne laissez pas vos déchets sur le parcours.

En cas d'accident, le participant doit avertir les secours spécialisés en téléphonant au 112

Ce règlement sera envoyé lors de l'inscription et affiché avec les parcours sur l'aire de départ

J'ai pris connaissance dans sa totalité, j'en accepte les termes ainsi que les conditions du parcours.

Je dégage les organisateurs de toutes responsabilités en cas de dommage corporel ou matériel

## L'inscription à la randonnée VTT ou pédestre

**" La D'Vélos les hauteurs du GRAND EPAGNY / ANNECY "**  
**vaut acceptation du règlement.**



## QUELQUES CONSEILS

- Regardez bien le balisage aux différentes bifurcations afin d'éviter de vous perdre (Rubalise, panneaux, peinture dégradable). Attention certaines descentes sont techniques.

- Lorsque vous voulez doubler, vous êtes priés d'annoncer poliment de quel côté vous comptez le faire et d'éviter de raller sur quelqu'un qui a un niveau inférieur au votre.

- Ceci est une randonnée et non pas une compétition : alors courtoisie et respect des autres participants SVP !!!!

- Si toutefois vous rencontrez un ralentissement, profitez-en pour admirer le paysage et discuter avec les autres vététistes ou marcheurs.

Positivez, ce sera tout de même moins désagréable que d'être dans les embouteillages en plein mois d'aout !!!

Il se peut que certains mal attentionnés enlève de la rubalise, n'hésitez d'avertir l'organisation au plus vite.

**Bonne randonnée à TOUTES et à TOUS**