

## RANDONNEE DU 15 OCTOBRE 2023 – DEPART INTRIAT

Ce dimanche 15 octobre, le Grand Fond organise une rando pour tous. Les coureurs, trailers et randonneurs sont invités ainsi que leur famille à une marche facile et conviviale. Nous sommes 24 (dont quelques enfants) au rendez-vous d'Intriat, hameau d'Izernore.

Nous prenons la direction du barrage des Trablettes. Le sentier de randonnée suit une conduite forcée sur 1 km. Elle alimente la Centrale Hydroélectrique. Elle sert aussi de passerelle pour traverser l'Oignin.



Nous contournons la retenue de la Charmine par l'est, il n'y a presque plus d'eau dans ce lac.



Puis direction les Marmites de Matafelon pour le pique-nique. Au soleil, à l'abri du vent, l'endroit est idéal.



Après les traditionnels chocolats, gâteaux, café, il faut repartir. Nous prenons la berge ouest du lac. Le barrage étant presque vide, nous voyons un ancien pont qui d'habitude est recouvert par l'eau.



Puis c'est le Camping Paradis de Matafelon.



Un peu plus loin, le barrage des Russes, construit par des prisonniers russes en 1917, dont il ne reste que des ruines.



Enfin, c'est la centrale hydroélectrique des Trablettes alimentée par la conduite que nous avons suivi le matin. La montée pour rejoindre le sentier est raide. Nous retrouvons le parcours du matin et puis après le barrage d'Intriat.

16 km / 260 M de dénivelé, une belle balade familiale.

*Domage que nous n'ayons pas été pour plus nombreux. ☹️:*

- 10 randonneurs
- 6 coureurs ou traileurs

