2025 09 04 – Boucle des cols du Crucifix et St-Michel



En cette période de vacances prolongées pour le club, où presque toutes celles et ceux qui randonnent sont parti(e)s à Chamonix, trois Bémols n'ont pas succombé aux charmes du séjour dans la capitale de l'alpinisme et se retrouvent ce jeudi matin au Forezan (Cognin) : Marie-Thé, Maurice, Nadine de retour dans le groupe après une longue absence. Ainsi les 3 gagnent en voiture **Saint Sulpice** où ils débarquent après 8 h 30 sur le parking près de la mairie **(560 m)**.
Si le ciel est nuageux, pas de menace de pluie avant 16 heures. A peine avons-nous lacé nos chaussures de marche et ajusté nos sacs à dos qu' un esseulé du groupe 1, Daniel B, présent avant nous au point de départ nous rejoint et le trio devient quattuor avec une parité parfaite inespérée : 2 dames et 2 hommes. C'est dans la joie et la bonne humeur que les 4 entament à 8 h 45 la randonnée du jour *pedibus cum jambis.* Mise en jambes tranquille sur l'asphalte de la D 916 traversant la commune , passage près de l'église et le long d'un grand jardin très bien entretenu.
Puis le goudron cède la place à un chemin caillouteux, des cailloux de toutes les tailles entre lesquels coule un peu d'eau vagabonde de quelques ruisseaux. Nous montons vers le dernier hameau, **les Michetons (649 m)**, où un troupeau de moutons fait la grasse matinée dans l'herbe. Sur le chemin montant entre les prés alternent les tronçons caillouteux et herbeux.



A droite du chemin, une vache à la posture curieuse : debout, immobile, le mufle collé à la paroi métallique d'une grange tandis que son veau couché regarde benoîtement passer les bipèdes...
Plus loin voici que le chemin est complétement obstrué par un châtaignier écroulé en travers du passage, il faut se débrouiller comme on peut pour franchir l'obstacle .







Nous continuons à monter et arrivons à l'embranchement de l'ancienne voie romaine et de la voie sarde que nous empruntons pour aller au col du crucifix . Cette voie fut construite à partir de 1735 par Victor Amédée III pour permettre un franchissement de la chaîne de l'Epine plus aisé et plus propice au développemnent du commerce entre l'Avant pays et Chambéry. Des siècles plus tard elle nécessite des travaux de

restauration surtout dans certains passages où les murs de soutènement s'écroulaient... Heureusement la Fondation de Stéphane Bern est intervenue pour financer 1/3 des travaux.











Et nous voici enfin arrivé(e)s au point le plus haut de cette voie sarde, au **col du Crucifix (915 m)** et nous y faisons la pause-banane.

Pendant que nous nous restaurons, nous voyons un groupe de VTTistes arrivant du col de l'Épine sur le GR 9A et fonçant vers le col Saint-Michel par le chemin de crête, nous croiserons plus tard ces mêmes randonneurs à 2 roues entre **la Calavanche** et les grottes François 1er.

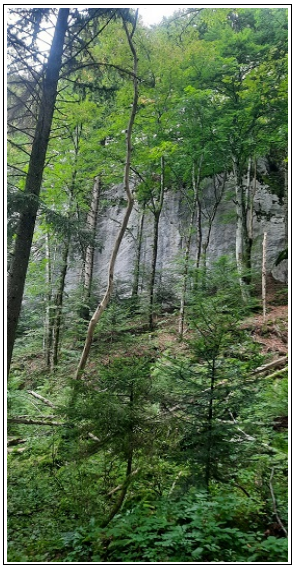




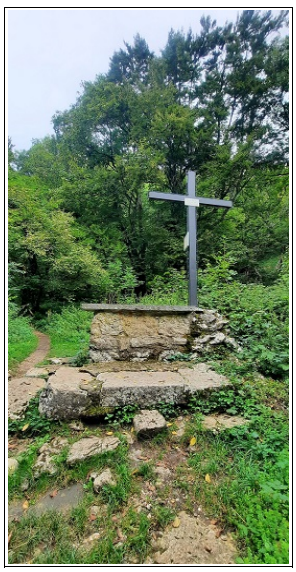
Après cette halte, nous repartons et descendons sur le versant ouest de la chaîne de l'Èpine, du côté Novalaise, avec bifurcation à la cote 858 vers les **Grottes François 1er** situées un peu plus haut **(870 m)**.
Aux abords du chemin, tant à droite qu'à gauche, nous sommes frappé(e)s par la quantité de bois gisant au sol : arbres morts, branches cassées, arbres déracinés par les tempêtes, troncs débités à la tronçonneuse et laissés sur place en vrac ou en tas.

Ces vastes cavités dans la roche sont appelées ainsi car en 1516 le roi, fils de Louise de Savoie, était venu à Chambéry et lors de son retour, dans la chaîne de l'Épine un violent orage l'obligea lui et les gens de la Cour qui l'accompagnaient, à se réfugier dans ces grottes et y passer la nuit.





Après passage en ces lieux et divers commentaires sur cet épisode royal, nous poursuivons notre chemin vers le second col de notre randonnée, le **col St-Michel,** la dénivelée n'est guère importante entre les deux lieux.
Ce col à l'altitude incertaine **(903 m)** - l'altimètre de Marie Thé placé au niveau de la dalle horizontale affiche 890 m – était un lieu de passage très fréquenté dans l'antiquité sur la voie reliant Lugdunum (Lyon) à Mediolanum (Milan). Un petit temple y était construit ainsi qu'une *mansio*, c à d un gîte d'étape, l'ancêtre



lointain des relais routiers. Avec le christianisme, le dieu *Peninus* qui a donné son nom à la montagne a été remplacé par l'archange terrassant le démon....
Bref, le doyen du groupe invite les 3 autres à monter au belvédère, plus haut sur la crête. C'est ainsi que l'on put admirer le lac d'Aiguebelette.





Après quoi, nous redescendons au col, Il est 11 h 30 et des nuages noirs se forment au-dessus du mont Grêle. Nous décidons de ne pas rester en ces lieux et de reprendre l'ancienne voie romaine qui n'est plus qu'un sentier descendant dans la forêt vers Saint-Sulpice.

A midi et quart, en un endroit où une ouverture entre les arbres nous offre une belle vue sur Vimines et plus loin sur l'agglomération chambérienne, nous nous asseyons à même le chemin et nous faisons la pause-déjeuner, alors que le ciel bleu est de retour au-dessus de nos têtes....

Pique-nique amical et convivial avec partage de pêches de vigne, de chocolat fin et de cafés (il y a même 2 thermos pour 4).



A 13 heures nous reprenons la descente vers **les Michetons**. Sur le bord du chemin , Marie-Thé, la photographe du jour, repère quelques fleurs, dont des campanules et d'autres que les botanistes -absents aujourd'hui – pourront identifier.





Nous retrouvons l'embranchement des 2 voies , la boucle est bouclée . Il nous reste à refaire en sens inverse le chemin du matin passant près de **les Michetons** où des colchiques signent la fin de l'été et les châtaignes annoncent l'automne.

Nous retraversons partiellement la commune pour revenir au parking de départ.
A 14 heures, ravis de cette randonnée à quatre, effectif réduit mais unitaire -Bémol et groupe 1 – que nous serons heureux de rééditer... avec 7 km et un dénivelé positif de 400 m, nous remontons dans les voitures et regagnons nos pénates respectifs.

Photos : Marie-Thé
Texte et mise en page : Maurice

