



Parcheggio al ponte de La Lay, che si trova appena sopra il ponte di La Lay sulla destra all'uscita del villaggio di Contamines Montjoie.



Sentiero largo e scorrevole



Ufficio del turismo
18 Route de Notre-Dame de la Gorge
74170 Les Contamines-Montjoie
Tel : +33 (0)4 50 47 01 58
<http://www.lescontamines.com>



WC non attrezzato nel posteggio sopra l'ufficio del turismo di Contamines Monjoie.



DESCRIZIONE:

Dal parcheggio, attraversare la strada che parte dal ponte di "La Lai" e prendere, di fronte, il sentiero GR5 che, in questa parte è ampio e scende lungo la riva sinistra del torrente.

Il pendio si addolcisce rapidamente e diversi complessi ludici sono visibili sulla destra: uno skate-park, una pista da bowling e alcuni giochi per bambini. Il percorso è ora pianeggiante ed entra in un bosco rado. Lungo il tragitto vi sono numerose panchine, occasione per una pausa all'ombra degli alberi.

Se ci si lascia cullare dal suono dell'acqua, si può approfittare anche dei benefici della freschezza che questi ultimi permettono. Grazie all'ombra degli alberi, infatti, è un luogo ideale per le calde giornate estive.

L'escursione termina all'altezza del ponte che conduce alla frazione di Chovettaz.

Il ritorno si compie dallo stesso percorso.



Il Bon Nant

Nella Savoia il termine "nant" si applica a tutti i torrenti di montagna. Durante la preparazione delle mappe il nome "nant" è stato attribuito a decine di torrenti e ruscelli.

Il Bon Nant nasce nella riserva naturale di Contamines al Col du Bonhomme e sfocia una quindicina di chilometri più a valle al Fayet; è uno degli affluenti più importanti dell'Arve.

Il torrente fa da spartiacque tra il massiccio del Monte Bianco e quello del Beaufortain.

E' utilizzato dall'uomo per la produzione idro-elettrica e per la pesca (nelle sue acque si trova la trota Fario).

SCHEDA 16

SULLE SPONDE DEL BON NANT



1140m



2,6Km



35 m+



1 h



1105 m



FICHE 10
**AU BORD DU
 BON NANT**



1140 m



2,6 Km



35 m+



1 h



1105 m



DESCRIPTIF:

En descendant du parking, il est nécessaire de traverser la route qui part sur le pont de la Lay pour prendre en face le GR5, qui dans cette partie est un large chemin qui descend le long de la rive gauche du torrent.

La pente s'adoucit rapidement et différentes aires de loisir sont visibles sur la droite ; un skate parc, un boulodrome et quelques jeux d'enfants. Le chemin est maintenant au plat et pénètre dans un sous bois clairsemé. Cette promenade est jalonnée de nombreux bancs ; l'occasion d'une petite pause à l'ombre des arbres.

Si on se laisse bercer par le bruit de l'eau on profite également de la fraîcheur que cette dernière dégage. Combiné avec l'ombre des arbres, c'est un endroit idéal pour les chaudes journées d'été.

Elle prend fin au niveau du pont menant au petit hameau de Chovettaz.

Le retour se fait par le même chemin.

Le Bon Nant

En Savoie le terme "nant" s'applique à tous les torrents de montagnes. Lors de l'établissement des cartes le nom de "nant" a été attribué à des dizaines de torrents et ruisseaux.

Le Bon Nant prend sa source dans la réserve naturelle des Contamines au Col du Bonhomme et se jette une quinzaine de kilomètres plus loin au Fayet; il est un des plus importants affluents de l'Arve.

Il représente la frontière entre le massif du Mont Blanc et celui du Beaufortain.

Il est utilisé par les hommes pour la production d'hydro-électricité et pour la pêche (on y trouve la truite Fario).



Parking du pont de La Lay, qui se trouve juste au-dessus du Pont de la Lay sur la droite à la sortie du village des Contamines Montjoie.



Piste large roulante



Office du tourisme
 18 Route de Notre-Dame de la Gorge
 74170 Les Contamines-Montjoie
 Tel : +33 (0)4 50 47 01 58
<http://www.lescontamines.com>



WC pas pour handicaps sur le parking en dessous de l'office du tourisme des Contamines Montjoie.

