




# TABLEAU RÉCAPITULATIF – AU DÉPART DE CHAMBÉ

Les falaises sont classées en fonction du temps total de trajet depuis Chambry. Ce « temps total », très théorique, est l'addition du meilleur temps possible en train, du temps à vélo et du temps de marche d'approche.

Pour plus d'informations sur chacune de ces falaises, référez-vous au [topo PDF](#). Pour savoir comment lire ce tableau, [c'est ici](#).

				Zone	Temps total depuis Chambéry
<b>Virieu le Grand</b>	<b>41'</b> (D/1C) Virieu le G.	<b>A : 5' – R : 5'</b> 0,9 km, 8 D+, 12 D- <b>Accessible à pied</b>	M.A. : <b>A : 5' – R : 3'</b> Cot. : 4 à 7+ Expo. : SE et N	Bugey Sud	51'
<b>Essieu - Contrevoz</b>	<b>41'</b> (D/1C) Virieu le G.	<b>A : 50' – R : 40'</b> 10,9 km, 175 D+, 65 D-	M.A. : <b>A : 5' – R : 3'</b> Cot. : 5+ à 7+ Expo. : S	Bugey Sud	1h36
<b>La roche de Narse</b>	<b>56'</b> (D/1C) Tenay	<b>A : 20' – R : 15'</b> 3 km, 70 D+, 30 D- <b>Accessible à pied</b>	M.A. : <b>A : 20' ; R : 10'</b> Cot. : 4 à 7 <b>7 GV</b> Expo. : S, E	Bugey Sud	1h36
<b>Vertrieu</b>	<b>59'</b> (D/1C) Ambérieu	<b>A : 50' – R : 50'</b> 13 km, 55 D+, 90 D-	M.A. : <b>2'</b> Cot. : 4 à 6 Expo. : NO	Bugey Sud	1h51
<b>Ambérieu - Salèze</b>	<b>59'</b> (D/1C) Ambérieu	<b>A : 35' – R : 15'</b> 3,8 km, 150 D+, 10 D-	M.A. : <b>A : 20' – R : 15'</b> Cot. : 6 à 7 Expo. : S	Bugey Sud	1h54
<b>Le pâté</b>	<b>56'</b> (D/1C) Tenay	<b>A : 1h – R : 20'</b> 6 km, 320 D+, 15D-	M.A. : <b>A : 2' ; R : 2'</b> Cot. : 5+ à 7 Expo. : S, SO	Bugey Sud	1h58
<b>La Balme (de Yenne)</b>	<b>Op 1</b>	<b>28'</b> (D/1C) Culoz	M.A. : <b>A : 2' ; R : 2'</b> Cot. : 7 à 8 Expo. : N (ombre, abrité pluie)	Avant pays Savoyard	2h10
	<b>Op 2</b>	<b>41'</b> (D/1C) Virieu le G.			
<b>Neuville sur Ain</b>	<b>Op 1</b>	Pont d'Ain	M.A. : <b>1'</b> Cot. : 4 à 7 Expo. : S, SSE	Bugey Sud	2h15
	<b>Op 2</b>	<b>59'</b> (D/1C) Ambérieu		Bugey Sud	