



PROGRAMME DES RANDONNÉES

2 ème Trimestre 2019

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Type marche	Destinations	Animateurs
lundi	01 avr	1/2j	13h30	PTM	10km	200m		Hameau de PEYRIEU -DIZIMIEU (38)	Jean Luc HIVIN
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			CREMIEU (38)	Georges DUPLANY
jeudi	04 avr	1/2j	13h00	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7H30	BM	17km			TRABOULES DE LYON et QUARTIER (69)	Dominique NICOLAFRANCESCO
samedi	06 avr		12h00					TETE DE VEAU - Les 3 Colombes -38300- CRACHIER	
lundi	08 avr	1/2j	13h30	PTM	10,5km			SOLEYMIEU (38)	Maurice RAINE
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			DIZIMIEU (38)	Georges DUPLANY
mercredi	10 avr		19h00					PREPARATION SEJOUR SAVINES LE LAC	
jeudi	11 avr	1/2j	13h00	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	8h00	BM	17km	600m		CIRCUIT DE ST ALBAN -LHUIS- (01)	Aline ROJAT Yvette CHANTEUR
lundi	15 avr	1/2j	13h30	PTM					
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			ANNOISIN (38)	M France JOANNARD
jeudi	18 avr	J	9h00	PTM	8km	150m		Accueil du groupe de St Cyr RV Buvette de la S des Fêtes Destination : Etang de Lemps (38) Puis Apéro offert pique nique à apporter par chacun Dessert à partager	J Claude GACON
lundi	22 avr	1/2j	13h30	PTM				LUNDI DE PAQUES	
		1/2j	13h30	PTM	6/7km				
jeudi	25 avr	J	9h30	PTM	9km	380m		LA BRIVAZ MARCHAMP (01)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7h30	BM		1000m		CRET DE LA NEIGE (01)	Denise CONESA J Claude DURAND
lundi	29 avr	1/2j	13h30	PTM					
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			LEYRIEU (38)	Colette GERARD
jeudi	02 mai	1/2j	13h00	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7H30	BM	17km	550m		VALFLEURY (42)	Daniel CHAYMOL
lundi	06 mai	1/2j	13h30	PTM	8,5km	170m		VEYSSILIEU (38)	Maurice RAINE
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			ANNOISIN (38)	M France JOANNARD
jeudi	09 mai	1/2j	13h00	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7h00	BM	17km	500m		LE LAC DES SAPINS (69)	Dominique NICOLAFRANCESCO Alice FAUGERAS
lundi	13 mai	1/2j	13h30	PTM					
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			SOLEYMIEU (38)	Georges DUPLANY
jeudi	16 mai	J	8h30	PTM	14km	300m		ESVOSGES/ARANC (01)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7h30	BM	16km	700m		SAUT DU GIER (42)	Daniel CHAYMOL
lundi	20 mai	1/2j	13h30	PTM	10km			VERNA (38)	Denise CONESA
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			ANNOISIN (38)	M France JOANNARD
mercredi	22 mai		19h00					REUNION DES ACCOMPAGNATEURS puis CA	



PROGRAMME DES RANDONNÉES

2^{ème} Trimestre 2019

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Type marche	Destinations	Animateurs
jeudi	23 mai	1/2j	13h00	PTM	9/11km				
		J	8h00	BM	16,2km	800m		VILLEBOIS (38)	Serge SALVI
lundi	27 mai	1/2j	13h30	PTM	10km	150m		CREMIEU (38)	Jean Luc HIVIN
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			CREMIEU (38)	Colette GERARD
jeudi	30 mai	1/2j	13h00	PTM	9/11km			A S C E N S I O N	
		J						SEJOUR SAVINES LE LAC du 30/05 au 02/06	
lundi	03 juin	1/2j	13h30	PTM	5km150	150		PANOSSAS (38)	Maurice RAINE
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			ANNOISIN (38)	M France JOANNARD
jeudi	06 juin	1/2j	13h00	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7h30	BM	20km	680m		ST ANTOINE L'ABBAYE (38)	Aline ROJAT Yvette CHANTEUR
lundi	10 juin	1/2j	13h30	PTM				L U N D I D E P E N T E C O P E	
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			ANNOISIN (38)	M France JOANNARD
jeudi	13 juin	1/2j	13h00	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7h00	BM	18km	1000m		LE PAS DE L'OEILLE -VERCORS- (38)	Jocelyne et Bernard PINZETTA
samedi	15 juin		12h00					F E T E D' E T E au Boulodrome de COURTENAY (38)	IL FAUT DES VOLONTAIRES
lundi	17 juin	1/2j	13h30	PTM	9km			LOYETTES (01)	Jean Luc HIVIN
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			CREMIEU (38)	Colette GERARD
jeudi	20 juin	J	8H30	PTM	14,5km	350m		LES PLANS D'HOTONNES EN VALROMEY (01)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7h00	BM		700	6h00	LA MOLIERE (38)	Alice ROJAT Marie Christine FOUILLADE
lundi	24 juin	1/2j	13h30	PTM	10km			COURTENAY (38)	Maurice RAINE
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			CREMIEU (38)	Colette GERARD
jeudi	27 juin	1/2j	13h00	PTM					
		J	7h30	BM	15km	800m		GORGES DU NAN (38)	Jean Claude GACON

**Il est nécessaire de renforcer le groupe des accompagnateurs pour le dynamisme de notre association :
N'hésitez pas à proposer des balades, et si besoin, à vous faire épauler par les accompagnateurs actuels et aguerris,
pour être à votre tour accompagnateur.**

RENSEIGNEMENTS : Jean Claude GACON 06 73 56 07 97 MAIL : larandonneecremolane@orange.fr
SITE : <https://larandonneecremolane.com>

NOUVEAU PARCOURS LE LUNDI, il est proposé des randonnées de **6 à 7 km** sans trop de dénivelé et à rythme modéré.

PRECISIONS Les randonnées en ISLE CREMIEU se déroulent principalement sur les communes du Canton de CREMIEU, elles ont une durée de **3 heures environ** et sont de **9 à 11 km selon le groupe**

Pour les sorties en **1/2 Journée**, **EN CAS DE TEMPS INCERTAIN**, contacter l'animateur pour confirmation du maintien de la sortie.

Pour les sorties en **journée**, s'inscrire **LA VEILLE** auprès de l'animateur

R A P P E L Le co-voiturage est dû pour **TOUTES** les sorties à la journée comme **à la 1/2 journée**

DATES A RETENIR DIMANCHE 7 AVRIL 2019 Rallye Des LAUZES / CREMIEU

VENDREDI 4 OCTOBRE 2019 **ASSEMBLEE GENERALE**

DIMANCHE 20 OCTOBRE 2019 Notre Rando Village