



PROGRAMME DES RANDONNÉES

3^{ème} Trimestre 2019

DATE	Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Tps marche	Destinations	Animateurs
lundi 01 juil	1/2j	8h30	PTM	10 km			CREMIEU (38)	Georges DUPLANY
	1/2j	8h30	PTM	6/7km				
jeudi 04 juil	1/2j	8h30	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
	J	7h00	BM	14km	800m		LE BELVEDERE D'ARPISON CHARTREUSE (38)	Dominique N Alice FAUGERAS
lundi 08 juil	1/2j	8h30	PTM				Bois des Franchises CHARVIEU (38) suivi d'un pique nique apporté au bord du Lac de Fréminville APERO OFFERT	Vassi KONTIS
	1/2j	8h30	PTM	6/7km			CREMIEU (38)	Colette GERARD
jeudi 11 juil	1/2j	8h30	PTM	9/11km				
	J	7h00	BM	11,5km	1000		CHAMECHAUDE (38)	Serge SALVI
lundi 15 juil	1/2j	8h30	PTM	11km	280m		CREMIEU Michalieu (38)	Maurice RAINE
	1/2j	8h30	PTM	6/7km			VILLEMOIRIEU (38)	Georges DUPLANY
jeudi 18 juil	1/2j	8h30	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
	J	7h30	BM	17KM	600m		VALFLEURY (69)	Daniel CHAYMOL
lundi 22 juil	1/2j	8h30	PTM	9km			CREMIEU (38)	Jean Luc HIVIN
	1/2j	8h30	PTM	6/7km			CREMIEU (38)	Colette GERARD
jeudi 25 juil	1/2j	8h30	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
	J	7h30	BM	17,5km	630m		MONT ST RIGAUD (69)	Daniel CHAYMOL
lundi 29 juil	1/2j	8h30	PTM	11,5km	290m		CHOZEAU (38)	Maurice RAINE
	1/2j	8h30	PTM	6/7km				
jeudi 01 août	1/2j	8h30	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
	J	7h00		850m	6h	LA GRANDE SURE (38)	Aline ROJAT
lundi 05 août	1/2j	8h30	PTM					
	1/2j	8h30	PTM	6/7km				
jeudi 08 août	1/2j	8h30	PTM	9/11km				
	J		BM					
lundi 12 août	1/2j	8h30	PTM					
	1/2j	8h30	PTM	6/7km			CREMIEU (38)	Colette GERARD
jeudi 15 août							ASSOMPTION	
lundi 19 août	1/2j	8h30	PTM	11,6km	200m		CREMIEU MOIRIEU (38)	Maurice RAINE
	1/2j	8h30	PTM	6/7km				
jeudi 22 août	1/2j	8h30	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
	J	7h30	BM	15km	600m		HOTONNES (01)	Daniel CHAYMOL
lundi 26 août	1/2j	8h00	PTM	16km			RECONNAISSANCE RANDO VILLAGE	Jean Claude GACON
	1/2j	8h30	PTM	6/7km				
mercredi 28 août		19h00					Réunion des Accompagnateurs puis CA	



PROGRAMME DES RANDONNÉES

3^{ème} Trimestre 2019

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Typ marche	Destinations	Animateurs
jeudi	29 août	1/2j	8h30	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7h00			1000m	6h	CRET DE LA NEIGE (01)	Denise CONESA J Claude DURAND
dimanche 01 sept								FORUM DES ASSOCIATIONS DE 9h à 14h Les bénévoles sont les bienvenus pour tenir le Stand	Contacteur J Claude GACON
lundi	02 sept	1/2j	13h30	PTM	11km			VERBOIS (38)	Denise CONESA
		1/2j	13h30	PTM	6/7km				
jeudi	05 sept	1/2j	13h00	PTM	9/11km				
		J	7H30	BM	18km	800m		PLATEAU DE CHAMOISE (01)	Aline ROJAT Yvette CHANTEUR
lundi	09 sept	1/2j	13h30	PTM	10km			VEYSSILLIEU La Salette (38)	Vassi KONTIS
		1/2j	13h30	PTM	6/7km				
mercredi 11 sept			19h00					Réunion RANDO VILLAGE	
jeudi	12 sept	1/2j	13h00	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7h30	BM	16km	650m		MONTMELAS ST SORLIN (69)	Daniel CHAYMOL
lundi	16 sept	1/2j	13h30	PTM	9km			CREMIEU (38)	Jean Luc HIVIN
		1/2j	13h30	PTM	6/7km				
jeudi	19 sept	1/2j	13h00	PTM	10km			LEYRIEU (38)	Dominique SIMON
		J	7h00	BM	18km	500m		CUBLIZE (69)	Dominique N Alice FAUGERAS
lundi	23 sept	1/2j	13h30	PTM	12			TREPT (38)	Dominique SIMON
		1/2j	13h30	PTM	6/7km				
jeudi	26 sept	1/2j	13h00	PTM	9/11km			ISLE CREMIEU (38)	M Claire SZCZEPANSKI
		J	7H30	BM	16km	800m		BRISON ST INNOCENT (73)	Dominique N Alice FAUGERAS
lundi	30 sept	1/2j	13h30	PTM	9km				
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			CREMIEU (38)	Colette GERARD

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 à votre tour être accompagnateur.

RENSEIGNEMENTS : Jean Claude GACON 06 73 56 07 97 MAIL : larandonneecremolane@orange.fr

<http://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 Journées, **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

VENDREDI 4 OCTOBRE 2019 **ASSEMBLEE GENERALE** à 20 h 00

DIMANCHE 20 OCTOBRE 2019 **Notre Rando Village** larandonneecremolane.com/randonnee-de-village/