



Caractéristiques des sorties organisées par La Randonnée Crémolane

| Jours | Horaires | Nombre de Kms Dénivelé | Difficulté | Lieu |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| LUNDI ½ journée | 13h30 - 17h00 <i>Départ le matin en juillet et août</i> | 6 à 7 km 0 à 200 m | Circuits faciles | Canton de Crémieu |
| | | 7 à 10 km 0 à 300 m | “Pour tous marcheurs” (PTM) : débutants et tous marcheurs | |
| JEUDI | 1/2 journée 13h00 - 17h00 <i>Départ le matin en juillet et août</i> | 6 à 8 km 0 à 200 m | Circuits faciles rythme lent peu de dénivelé “Doux marcheurs (DM) : débutants et tous marcheurs | Canton de Crémieu |
| | | 9 à 12 km 0 à 500 m | Circuits faciles avec un rythme un peu plus poussé “Pour tous marcheurs” (PTM) : débutants et tous marcheurs | Canton de Crémieu |
| | Journée complète 7h30 - 17h30 | 12 à 20 km 500 à 1000 m 4 à 6 h de marche | Bons marcheurs (BM) | Moyenne montagne 100 km autour de Crémieu |

01/11/2023 - La Randonnée Crémolane

GACON Jean-Claude - 341 rue des moulins - 38460 St Romain de Jalionas - 06 73 56 07 97

larandonneecremolane@orange.fr – www.LaRandonneeCremolane.com Facebook [larandonneecremolane](https://www.facebook.com/larandonneecremolane)