



PROGRAMME DES RANDONNÉES

2ème Trimestre 2024

Carrefour Market Crémieu (38) Lieu de rassemblement de TOUTES les sorties

Merci aux accompagnateurs de communiquer à J Claude GACON le nombre de participants pour chaque sortie

TEL : 06 73 56 07 97 MAIL : larandonneecremolane@orange.fr

	Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Noms des Animateurs	Tél des Animateurs
lundi Pâques	01 avr	1/2j	13h30	PTM	11km		HYERES SUR AMBY (38)	Dominique SIMON
		1/2j	13h30	PTM	6/7km			
jeudi	04 avr	1/2j	13h00	PTM				
		1/2j	13h00	DM				
		J	7h30	BM	22km	500m	Les Bords de l' Ain depuis PONCIN (01)	M Christine FOUILLADE Colette DUFOUR
lundi	08 avr	1/2j	13h30	PTM	11km		OPTEVOZ (38)	Dominique SIMON
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		TREPT (38)	Georges DUPLANY
jeudi	11 avr	1/2j	13h00	PTM				
		1/2j	13h00	DM				
		J	8h00	BM	16km	620m	Plateau de Cleyzieu (01) Cascade du Pissoir	Daniel CHAYMOL
lundi	15 avr	1/2j	13h30	PTM			VEYSSILIEU (38)	Patricia REINHARD
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		CREMIEU (38)	Delphine PAILLER
jeudi	18 avr			PTM			ACCUEIL DU GROUPE de ST CYR SUR RHONE salle de la buvette de la salle des fêtes CREMIEU (38) Rando Les Cyprès Chauves	
lundi	22 avr	1/2j	13h30	PTM				
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		DIZIMIEU (38)	Georges DUPLANY
mercredi	24 avr		19h00				Réunion : Préparation du Séjour à BEDOIN (84)	
jeudi	25 avr	1/2j	13h00	PTM				
		1/2j	13h00	DM	7/8km			
		J	7,30h	BM	19,5km	540m	Innimont à Ordonnaz (01) Départ Innimont	Jean Philippe VILLARD
lundi	29 avr	1/2j	13h30	PTM				
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		Bois des Franchises CHARVIEU(38) muguet	Marie France JOANNARD
jeudi	02 mai	1/2j	13h00	PTM				
		1/2j	13h00	DM	7/8km			
		J	8h00	BM	16km	500m	RAMASSE (01) Vallée de Drom	Dominique NICOLAFRANCESCO Alice FAUGERAS
lundi	06 mai	1/2j	13h30	PTM				
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		CREMIEU (38)	Delphine PAILLER
mercredi	08 mai		6h30				Départ p/BEDOIN (84) Séjour 8 au 12 Mai 2024	
jeudi	09 mai	1/2j	13h00	PTM				
		1/2j	13h00	DM	7/8km			
Ascension		J		BM				
lundi	13 mai	1/2j	13h30	PTM				
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		Autour d' Annoisin (38)	Marie France JOANNARD
mercredi	15-mai		19h00				REUNION DES ACCOMPAGNATEURS PUIS CA	
jeudi	16 mai	1/2j	13h00	PTM				
		1/2j	13h00	DM	7/8km			
		J	7H30	BM	18km	650m	CHAMBOST-ALLIERES (69) Beaujolais	Daniel CHAYMOL



PROGRAMME DES RANDONNÉES

2ème Trimestre 2024

	type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Noms des Animateurs	Tél des Animateurs
lundi Pentecôte	1/2j	13h30	PTM					
	1/2j	13h30	PTM	6/7km				
jeudi	1/2j	13h00	PTM					
	1/2j	13h00	DM	7/8km				
	J	7h30	BM		832m	Aulp du Seuil (Col de Marcieu) 38 Chartreuse	Bernard PINZETTA Joce PINZETTA	
lundi	1/2j	13h30	PTM					
	1/2j	13h30	PTM	6/7km		CREMIEU (38)	Delphine PAILLER	
jeudi	1/2j	13h00	PTM					
	1/2j	13h00	DM	7/8km				
	J	7h30	BM	16km	400m	ARTEMARE (01) Gorges de Thurignin	Serge SALVI	
lundi	1/2j	8h30	PTM	10km		CHAMAGNIEU (38)	Patricia REINHARD	
	1/2j	8h30	PTM	6/7km		Autour d'Annoisin (38)	Marie France JOANNARD	
jeudi	1/2j	8h00	PTM					
	1/2j	8h00	DM	7/8km				
	J	7h00	BM	15km	750m	Pas de la clef-Bec de l'Orient VERCORS (38) Départ AUTRANS	Jean Philippe VILLARD	
samedi		12h00				FÊTE D'ÉTÉ Boulo-drome de COURTENAY (38)	Jean Claude GACON	
lundi	1/2j	8h30	PTM					
	1/2j	8h30	PTM	6/7km		CREMIEU (38)	Georges DUPLANY	
jeudi	1/2j	8h00	PTM					
	1/2j	8h00	DM	7/8km				
	J	7h30	BM	16km	500m	Pierres Dorées OINGT (69)	Dominique NICOLA FRANCESCO Alice FAUGERAS	
vendredi				19h00		Repas des Bénévoles de la RANDO VILLAGE		
lundi	1/2j	8h30	PTM					
	1/2j	8h30	PTM	6/7km		HYERES SUR AMBY (38)	Delphine PAILLER	
jeudi	1/2j	8h00	PTM					
	1/2j	8h00	DM	7/8km				
	J	7h00	BM	17km	650m	YZERON (69) Ouest Lyonnais	Daniel CHAYMOL	
lundi	1/2j	8h30	PTM					
	1/2j	8h30	PTM	6/7km		Autour d'Annoisin	Marie France JOANNARD	
jeudi								
						SORTIE ANNUELLE		
							Daniel CHAYMOL	

Pour les sorties à LA JOURNÉE, merci de vous inscrire LA VEILLE auprès de l'animateur de la rando (Tél ou SMS)

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

PRECISIONS

DM : doux marcheur (rythme lent, peu de dénivelé, 6-8 kms)
PTM : pour tout marcheur (un peu plus soutenu que le DM)
BM : bon marcheur (600 à 1000 m dénivelé, sortie journée - 15-20 km).

Pour les sorties à LA JOURNÉE, merci de s'inscrire LA VEILLE auprès de l'animateur de la rando (Tél ou SMS)
* EN CAS DE TEMPS INCERTAIN contacter l'animateur par téléphone pour confirmation du maintien de la sortie

RAPPEL

Le co-voiturage est dû pour TOUTES les sorties à la journée comme à la 1/2 journée

DATE A RETENIR

Dimanche 1er Septembre 2024 de 8h à 13h
Vendredi 4 Octobre 2024 à 20h
Dimanche 20 Octobre 2024 de 8h à 15h

Forum des Associations
Assemblée Générale
Notre Rando Village (ouverte au public)

Page Facebook

<https://www.facebook.com/larandonneecremolane>

Les dates des festivités figurent sur le site : <https://larandonneecremolane.com/autres-evenements-de-las>