



PROGRAMME DES RANDONNÉES

4ème 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 à CHAQUE sortie

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

DATE	Type	H départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
jeudi 03 oct	1/2j	13h00	PTM	11km	300m	ANNOISIN (38)	Dominique SIMON
	1/2j	13h00	DM	6/8km			
	J		BM				
vendredi 04 oct		20h00				ASSEMBLEE GENERALE	HOTEL DE VILLE Salle du Chapitre CREMIEU (38)
lundi 07 oct	1/2j	13h30	PTM	11km		CREMIEU (38)	Jean Luc HIVIN
	1/2j	13h30	PTM	6/7km		CREMIEU (38)	Georges DUPLANY
jeudi 10 oct	1/2j	13h00	PTM	10km		ST QUENTIN FALLAVIER (38)	Patricia LE VAN HAN
	1/2j	13h00	DM	6/8km			
	J	7h30	BM	16km	500m	OINGT Pierres Dorées -69)	Dominique NICOLAFRANCESCO Alice FAUGERAS
lundi 14 oct	1/2j	13h30	PTM	10km	200m	SICCIEU (38)	Hervé DUPAIN
	1/2j	13h30	PTM	6/7km	80m	CREMIEU (38) Randonnée Insolite	Delphine PAILLER
mardi 15 oct	J	7h00				INVITATION par le groupe de ST CYR SUR RHONE (69) CHEZ EUX (on apporte son pique-nique et sa spécialité à partager)	Jean Claude GACON
jeudi 17 oct	1/2j	13h00	PTM	11,5km	410m	VILLEMORIEU (38)	Dominique SIMON
	1/2j	13h00	DM	6/8km			
	J		BM				
samedi 19 oct		9h00				BALISAGE DES PARCOURS de la RANDO VILLAGE	
dimanche 20 oct		8h00/15h00				NOTRE RANDO VILLAGE	Jean Claude GACON
lundi 21 oct	1/2j	13h30	PTM			RECUPERATION des FLECHAGES restant sur les PARCOURS	
	1/2j	13h30	PTM	6/7km		Autour d'ANNOISIN (38)	Marie France JOANNARD
jeudi 24 oct	1/2j	13h00	PTM	10/12km	150m	SOLEYMIEU (38)	Roland ESTEVAN
	1/2j	13h00	DM	6/8km			
	J	8h00	BM	12km	310m	CREMIEU ST JULIEN (38) Initiation au géocaching	Delphine PAILLER
lundi 28 oct	1/2j	13h30	PTM	12km		PANOSSAS (38)	Patricia REINHARD
	1/2j	13h30	PTM	8 km		LOYETTES (01) Confluent	Nancy GROS
jeudi 31 oct	1/2j	13h00	PTM				
	1/2j	13h00	DM	6/8km			
	J		BM				
lundi 04 nov	1/2j	13h30	PTM	11km	230m	TREPT (38) Chalet de Chasse	Dominique SIMON
	1/2j	13h30	PTM	6/7km		ST BAUDILLE DE LA TOUR (38) Cascade et Cyprès chauves	Marie France JOANNARD
jeudi 07 nov	1/2j	13h00	PTM	10/12km	100m	COURTENAY (38)	Roland ESTEVAN
	1/2j	13h00	DM	6/8km			
	J	8h00	BM	16km	450m	ST GENIS SUR GUIERS (73)	Dominique NICOLAFRANCESCO Yvette CHANTEUR
lundi 11 nov	1/2j	13h30	PTM				
	1/2j	13h30	PTM	6/7km			
jeudi 14 nov	1/2j	13h00	PTM	12km	170m	ST HILAIRE Gare (38)	Hervé DUPAIN
	1/2j	13h00	DM	6/8km			
	J		BM				

lundi	18 nov	1/2j	13h30	PTM					
		1/2j	13h30	PTM	6/7km	30m	ST MAURICE DE GOURDAN (01)	Nancy GROS	
mercredi	20 nov		17h30 19h00				Comité d'Administration <i>Réunion des ANIMATEURS avec le CA</i>		
		1/2j	13h00	PTM	10/12km	100m	CHAVANOZ (38)	Roland ESTEVAN	
jeudi	21 nov	1/2j	13h00	DM	6/8km				
		J	8h00	BM	16km	320m	CHATEAUVILAIN (38)	Dominique NICOLA Yvette CHANTEUR	
lundi	25 nov	1/2j	13h30	PTM					
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		VEYSSILIEU (38)	Delphine PAILLER	
		1/2j	13h00	PTM					
jeudi	28 nov	1/2j	13h00	DM	6/8km				
		J		BM					
lundi	02 déc	1/2j	13h30	PTM					
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		LOYETTES (01)	Nancy GROS	
		1/2j	13h00	PTM	10/12km	300m	DIZIMIEU (38)	Roland ESTEVAN	
jeudi	05 déc	1/2j	13h00	DM	6/8km				
		J	8h00	BM	18km	400m	SICCIEU (38)	Dominique NICOLA FRANCESCO Alice FAUGERAS	
lundi	09 déc	1/2j	13h30	PTM	10km	300m	LEYRIEU (38)	Hervé DUPAIN	
		1/2j	13h30	PTM	6/7km	100m	MORAS (38) Ecuries Robert	Delphine PAILLER	
		1/2j	13h00	PTM	10km		SATOLAS ET BONCE (38)	Patricia LE VAN HAN	
jeudi	12 déc	1/2j	13h00	DM	6/8km				
		J		BM					
samedi	14 déc		12h00				<i>REPAS de FIN D'ANNEE</i>		
lundi	16 déc	1/2j	13h30	PTM					
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		DIZIMIEU (38)	Georges DUPLANY	
		1/2j	13h00	PTM					
jeudi	19 déc	1/2j	13h00	DM	6/8km				
		J		BM					
lundi	23 déc	1/2j	13h30	PTM					
		1/2j	13h30	PTM	6/7km				
mercredi	25 déc						<i>JOYEUX NOEL</i>		
		1/2j	13h00	PTM					
jeudi	26 déc	1/2j	13h00	DM	6/8km				
		J		BM					
lundi	30 déc	1/2j	13h30	PTM					
		1/2j	13h30	PTM	6/7km				

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, 6-8km),
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 JOURNEE, merci de vous inscrire LA VEILLE auprès de l'animateur de la rando (Tél ou SN)

* 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

DATES A RETENIR

Samedi 4 Janvier 2025 15h **Tirage des Rois**
Lundi 17 Février 2025 15h **Dégustation Bugnes**

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