



1er Trimestre 2025

Carrefour Market Crémieu (38) Lieu de rassemblement de TOUTES les sorties
 Merci aux accompagnateurs d'indiquer à Jean Claude GACON le nombre de participants à chaque balade.

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	DESTINATIONS	ANIMATEURS
mercredi 01 janv							B O N N E A N N E E 2025	
jeudi 02 janv	1/2j	13h00	PTM	10/12km			COLOMBIER SAUGNIEU (38)	Patricia LE VAN HAN
	1/2j	13h00	DM	6/8km				
	J	8h00	BM	17km	270m		ST HILAIRE DE BRENS (38) en boucle	Alice TRIPOZ
samedi 04 janv			15h00				TIRAGE DES ROIS Salle de la Buvette de la Salle des Fêtes CREMIEU (38)	
lundi 06 janv	1/2j	13h30	PTM	11km	320m		CREMIEU (38) Etang de Chalignieu	Hervé DUPAIN
	1/2j	13h30	PTM	6/7km			SAINT MAURICE DE GOURDANS (01)	Nancy GROS
jeudi 09 janv	1/2j	13h00	PTM	10/12	200 à 350		CANTON DE CREMIEU (38)	Roland ESTEVAN
	1/2j	13h00	DM	6/8km				
	J	7h30	BM	18km	350m		Carrière de GLAY (69)	Jean Claude GACON
lundi 13 janv	1/2j	13h30	PTM					
	1/2j	13h30	PTM	8km	180m		VILLEMORIEU (38) La Roche de Montbracon	Delphine PAILLER
jeudi 16 janv	1/2j	13h00	PTM	10/12km	200 à 350m		CANTON DE CREMIEU (38)	Roland ESTEVAN
	1/2j	13h00	DM	6/8km				
	J	8h00	BM	17km	650m		MONT LUISANDRE (01)	Jean Claude GACON
lundi 20 janv	1/2j	13h30	PTM	10/12				
	1/2j	13h30	PTM	6/7km	80m		SICCIEU (38)	Yvette BAUDIN
jeudi 23 janv	1/2j	13h00	PTM	10/12km	350m		CANTON DE CREMIEU (38)	Roland ESTEVAN
	1/2j	13h00	DM	6/8km				
	J	8h00	BM	15,5km	650m		Les Tuffières VILLEBOIS (01)	Serge SALVI
lundi 27 janv	1/2j	13h30	PTM					
	1/2j	13h30	PTM	6/7km	50m		HIERES-SUR-AMBY (38)	Delphine PAILLER
jeudi 30 janv	1/2j	13h00	PTM	12km	380m		CREMIEU VILLEMORIEU (38)	Hervé DUPAIN
	1/2j	13h00	DM	6/8km				
	J	8h30	BM	16km	500m		MONTAGNIEU (38)	Aline ROJAT Yvette CHANTEUR
lundi 03 févr	1/2j	13h30	PTM					
	1/2j	13h30	PTM	6/7km			LOYETTES (01)	Nancy GROS
jeudi 06 févr	1/2j	13h00	PTM	11km			Larina VERNAS (38)	Denise CONESA
	J		BM					
lundi 10 févr	1/2j	13h30	PTM	12km			ST QUENTIN FALLAVIER (38)	Patricia LE VAN HAN
	1/2j	13h30	PTM	6/7km	80m		SAINT-HILAIRE-DE-BRENS (38)	Yvette BAUDIN
jeudi 13 févr	1/2j	13h00	PTM	12km	450m		PANOSSAS (38)	Hervé DUPAIN
	J	8h00	BM	18,5km	150m		PEROUGES (01)	Dominique NICOLAFRANCESCO Colette DUFOUR
lundi 17 févr	1/2j	13h30	PTM	6/7km	70m		CREMIEU (38) Le Château de Haute Pierre	Delphine PAILLER
		16h00					DEGUSTATION BUGNES Salle de la Buvette de la Salle des Fêtes CREMIEU (38)	
mercredi 19 févr		19h00					REUNION DES ACCOMPAGNATEURS	



1er Trimestre 2025

DATE		Type	H. Départ	Difficulté	km	Dénivelé	DESTINATIONS	ANIMATEURS
jeudi	20 févr	1/2j	13h00	PTM	10/12km	200 à 350m	CANTON DE CREMIEU (38)	Roland ESTEVAN
		1/2j	13h00	DM	6/8km			
		J	7h30	BM	14km	640m	YENNE (38)	Serge SALVI
lundi	24 févr	1/2j	13h30	PTM	6/7km	60m	CHARVIEU/CHAVANOZ (38) Bois des Franchises	Delphine PAILLER Jean-Claude SUDRE
			13h00		11km		VERNAS (38)	Patricia REINHARD
jeudi	27 févr	1/2j	13h00	PTM	10/12km	200 à 350m	CANTON DE CREMIEU (38)	Roland ESTEVAN
		1/2j	13h00	DM	6/8km			
		J	7h30	BM	14km	720m	Cascade de Claire Fontaine et du Niaz. Belvédère de SEREMONT (01)	Jean Philippe VILLARD
lundi	03 mars	1/2j	13h30	PTM	11km		GORGES DE VERBOIS (38)	Denise CONESA
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		SAINT MAURICE DE GOURDANS (01)	Nancy GROS
jeudi	06 mars	1/2j	13h00	PTM	10/12km	200 à 350m	CANTON DE CREMIEU (38)	Roland ESTEVAN
		1/2j	13h00	DM	6/8km			
		J	7h30	BM	16km	390m	ARTEMARE (01) Lapiaz, Cascade, Résurgence et Canyons	Alice TRIPOZ
lundi	10 mars	1/2j	13h30	PTM	11km		CHAMAGNIEU (38)	Patricia REINHARD
		1/2j	13h30	PTM	6/7km	100m	MORAS (38) Les Ecuries Robert	Delphine PAILLER
jeudi	13 mars	1/2j	13h00	PTM				
		1/2j	13h00	DM	6/8km			
		J	8h00	BM	17km	400m	VALENCOGNE (38)	Dominique NICOLAFRANCESCO Alice FAUGERAS
lundi	17 mars	1/2j	13h30	PTM				
		1/2j	13h30	PTM	7/8km	140m	PANOSSAS (38)	Yvette BAUDIN
jeudi	20 mars	1/2j	13h00	PTM	11km	300m	MORAS (38) Le Lemps	Hervé DUPAIN
		1/2j	13h00	DM	6/8km			
		J	7h30	BM	19km	780m	Cascade de la Burbanche. Cluse des Hôpitaux (01)	Jean Philippe VILLARD
lundi	24 mars	1/2j	13h30	PTM	12km		SATOLAS et BONCE (38)	Patricia LE VAN HAN
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		VEYSSILLIEU (38)	Delphine PAILLER
jeudi	27 mars	1/2j	13h00	PTM	12km	350m	VAULX EN BUGÉY (01)	Roland ESTEVAN
		1/2j	13h00	DM	6/8km			
		J	7h30	BM	13km	930m	Dent du Chat et le Molard Noir (73) Classée Difficile	Bernard et Jocelyne PINZETTA
dimanche	30 mars						<i>JOURNÉE DU SOUVENIR CRÉMIEU (38)</i>	Jean Claude GACON

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

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

DATE A RETENIR

Samedi 5 Avril 2025 Tête de Veau
 Jeudi 10 Avril 2025 Accueil du Groupe de ST CYR SUR LE RHONE
 Mercredi 23 Avril 2025 Réunion Préparation Séjour de Mai 2025
 Mercredi 28 Mai au Dimanche 1er Juin 2025 Séjour à Savines Le Lac (Hautes Alpes) 05
 Samedi 28 Juin 2025 Fête d'été

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