



1er Trimestre 2026

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

NOUVEL HORAIRE depuis le 4ème trimestre 2025 toutes les sorties en DEMI-JOURNEES se font à 13h30

DATE	Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
samedi 03-janv		15h00				TIRAGES DES ROIS Salle de la buvette de la Salle des Fêtes CREMIEU (38)	
lundi 05 janv	1/2j	13h30	DM	5km			
	1/2j	13h30	PTM	10km		SATOLAS ET BONCE (38)	Patricia LE VAN HAN
	1/2j	13h30	PTM	6/7km	58m	VILLEFONTAINE (38)	Elias MOTHIER
jeudi 08 janv	1/2j	13h30	PTM	10km	280m	SAINT HILAIRE DE BRENS (38)	Isabelle CONESA
	1/2j	13h30	DM	7km	100m	Départ 14h Parking SATOLAS ET BONCE (38)	Jean Claude SUDRE
	J	8h30	BM	16km	500m	Les 3 Villages à SAINT DENIS AMBERIEU EN BUGEY (01)	Jean Claude GACON
lundi 12 janv	1/2j	13h30	DM	4km	74m	MICHALIEU (38) Chapelle des Aviateurs	Delphine PAILLER
	1/2j	13h30	PTM	10/12km	200m	TREPT (38) Pkg des Platanes 13h50 Mont de la Bise à Salagnon	Chantal TRIPIER Christian CHEIZE
	1/2j	13h30	PTM	8km		SAINT MAURICE DE GOURDAN (01)	Nancy GROS
jeudi 15 janv	1/2j	13h30	PTM	11km		LOYETTES (01) Les Vorges Les Brotteaux	Hervé DUPAIN
	1/2j	13h30	DM				
	J	8h00	BM	18km	400m	SAINT BAUDILLE DE LA TOUR (38)	Dominique NICOLAFRANCESCO Alice FAUGERAS
lundi 19 janv	1/2j	13h30	DM	4km	100	MICHALIEU (38) Epave Avion Canadien	Delphine PAILLER
	1/2j	13h30	PTM	10km	100m	PARMILIEU (38) Sentier des Bigues (Pkg Mairie Parmilieu)	Sylvie DAVRIEUX
	1/2j	13h30	PTM	8km	200m	DIZIMIEU (38) Arrêt bus Tortu Dizimieu direction Tortu Sigalet Dizimieu	Colette CHEIZE
jeudi 22 janv	1/2j	13h30	PTM	10,2km	170m	MORAS (38) Le Lemps Bois de Fromentay	Hervé DUPAIN
	1/2j	13h30	DM	8km		Bataille d'Anthon Parking JANNEYRIAS (38) derrière l'Eglise	Jean Claude SUDRE
	J	8h00	BM	18km	800m	SAINT BENOIT (01) Lacs de Conzieu	Paul PICARD
lundi 26 janv	1/2j	13h30	DM	5km			
	1/2j	13h30	PTM	10/11km	200m	Eglise SICCIEU (38) Via Etang Neuf	Serge DAILLUT Christian CHEIZE
	1/2j	13h30	PTM	6/7km	182m	SAINT MARCEL BEL ACCUEIL (38)	Elias MOTHIER
jeudi 29 janv	1/2j	13h30	PTM	12km	160m	Plateau de LEYRIEU (38)	Jean Luc HIVIN
	1/2j	13h30	DM	7km		Bois des Franchises Départ 14h Pkg Parcours de Santé CHARVIEU (38)	Jean Claude SUDRE
	J	7h30	BM	17,9km	750m	Col du Petit Pertuis La Croix de la Roche Au départ de ST GERMAIN EN PAROISSES (01)	Jean Philippe VILLARD
lundi 02 févr	1/2j	13h30	DM	5km			
	1/2j	13h30	PTM	11/12km	160m	TREPT (38) Pkg des Platanes Trept Direction SOLEYMIEU Maison Forte	Chantal TRIPIER Christian CHEIZE
	1/2j	13h30	PTM	6/7km	110m	MORAS (38)	Yvette BAUDIN



1er Trimestre 2026

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelle	Destinations	Animateurs
jeudi	05 févr	1/2j	13h30	PTM	10/12km		COLOMBIER SAUGNIEU (38)	Patricia LE VAN HAN
		1/2j	13h30	DM	7km		CREMIEU (38) Départ de Crémieu Parking Des Dauphins	Jean Claude SUDRE
		J	8h00	BM	19km	900m	VILLEBOIS (01) Bénonces	Paul PICARD
lundi	09 févr	1/2j	13h30	DM	6km	70m	LEYRIEU (38) Départ Salle des Fêtes	Delphine PAILLER
		1/2j	13h30	PTM	10km	180m	PANOSSAS (38) Parking Route Veyssilieu	Sylvie DAVRIEUX
		1/2j	13h30	PTM	8,68km	147m	CREMIEU BLIED MOIRIEU (38)	Elias MOTHIER
jeudi	12 févr	1/2j	13h30	PTM				
		1/2j	13h30	DM	7km		SAINT QUENTIN FALLAVIER (38) Départ 14h Pkg Rue de Merlet	Jean Claude SUDRE
		J	7h30	BM	16km	500m	COLLONGES AU MONT D'OR (69)	Dominique NICOLAFRANCESCO Yvette CHANTEUR
lundi	16 févr	1/2j	13h30	DM	5km			
			16h00	PTM			DEGUSTATION BUGNES Salle de la buvette de la Salle des Fêtes CREMIEU (38)	
		1/2j	13h30	PTM	7km	100m	VILLEMOIRIEU (38) Départ Pkg Voie Verte	Delphine PAILLER
jeudi	19 févr	1/2j	13h30	PTM	7,5km	100m	DIZIMIEU (38) Départ Cimetière	Colette CHEIZE
		1/2j	13h30	DM	7km		SAUGNIEU (38) Circuit des 2 Etangs Départ 14h de l'Ancienne Mairie	Jean Claude SUDRE
		J	7h30	BM	20km	620m	Le Val de Buenc et les Gorges de l'Ain Départ Grand Corent (01)	Jean Philippe VILLARD
lundi	23 févr	1/2j	13h30	DM	5km			
		1/2j	13h30	PTM	10km	200m	SAINT CHEF (38)	Gérard PERROUX
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		Canton de CREMIEU (38)	Claude et Marie APRILE
mercredi 25-févr			17h30 19h00				Comité d'Administration Réunion des ANIMATEURS des ADHÉRENTS avec le CA	
jeudi	26 févr	1/2j	13h30	PTM	10km	260m	VILLEMOIRIEU (38)	Yves ZIMBERLIN
		1/2j	13h30	DM	7km		CREMIEU (38) Départ 13h45 Rue du Château au niveau Porte EST	Jean Claude SUDRE
		J		BM				
lundi	02 mars	1/2j	13h30	DM	5km			
		1/2j	13h30	PTM	10/12km	150m	Siccieu (38) Pkg Eglise (Direction Etangs de la RAM et CARRE)	Serge DAILLUT Christian CHEIZE
		1/2j	13h30	PTM	7,5km	30m	TIGNIEU (38) Ville Autour de Tignieu Départ Pkg Mairie devant Agence Immobilière	Fortuné ZOTTOLI
jeudi	05 mars	1/2j	13h30	PTM	12km	300m	CREMIEU (38)	Patricia LE VAN HAN
		1/2j	13h30	DM	7km		SOLEYMIEU (38) Départ 14h Place de l'Eglise	Jean Claude SUDRE
		J		BM				
lundi	09 mars	1/2j	13h30	PTM	5,4km	110m	VEYSSILIEU (38) Départ Parking Tennis	Delphine PAILLER
		1,2j	13h30	PTM	12km		CHAMAGNIEU (38)	Patricia REINHARD
		1/2j	13h30	PTM	8km		LOYETTES (01)	Nancy GROS



PROGRAMME DES RANDONNÉES

1er Trimestre 2026

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
jeudi	12 mars	1/2j	13h30	PTM	10km	170m	DIZIMIEU (38) Les 3 Etangs	Jean Luc HIVIN
		1/2j	13h30	DM	7km		SICCIEU (38) l'étang de Bénétan Départ 14h Place de l'Eglise	Jean Claude SUDRE
		J	7h30	BM	14km	740m	Passage de La Rochetaillée au Départ de CHINDRIEUX (73)	Jean Philippe VILLARD
lundi	16 mars	1/2j	13h30	PTM	5km			
		1.2j	13h30	PTM	10/11km		TREPT (38) Départ Chalet de la Chasse direction Dizimieu	Chantal TRIPIER
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		Canton de CRÉMIEU (38)	Claude et Marie APRILE
jeudi	19 mars	1/2j	13h30	PTM	11,3km	310m	PANOSSAS (38) Puis Autour de CHOZEAU	Hervé DUPAIN
		1/2j	13h30	DM	7km	250m	ANNOISIN CHATELANS (38) BATONS CONSEILLES	Jean Claude SUDRE
		J	8h00	BM	17,5km	350m	ST ALBAN DE ROCHE (38)	Dominique NICOLAFRANCESCO Yvette CHANTEUR
		J	7h30	TBM	9,5km	650m	Roche Rousse depuis SAPPEY EN CHARTREUSE (38)	Bernard PINZETTA Jocelyne PINZETTA
lundi	23 mars	1/2j	13h30	PTM	5km			
		1.2j	13h30	PTM	11/12km	200m	Gorges de VERBOIS (38) Parking Sortie HYERES S/AMBY	Sylvie DAVRIEUX
		1/2j	13h30	PTM	6/7km	58m	VILLEFONTAINE (38)	Elias MOTHIER
jeudi	26 mars	1/2j	13h30	PTM	10km	239m	VEYSSILIEU (38) BATONS CONSEILLES Parking AVANT l'église	Yves ZIMBERLIN
		1/2j	13h30	DM	8km		VEYSSILIEU (38) Départ des Cours de TENNIS	Jean Claude SUDRE
		J	8h00	BM	16km	730m	ARGIS EVOSGES (01)	Serge SALVI
lundi	30 mars	1/2j	13h30	PTM	5km			
		1.2j	13h30	PTM	10/12km		CHOZEAU (38)	Patricia RHEINARD
		1/2j	13h30	PTM	6/7km	124m	BROTEL (38) Départ Chemin de Monsu)	Delphine PAILLER

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 JOURNÉE, merci de vous inscrire LA VEILLE auprès de l'animateur de la rando (Tél o

* 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

Mercredi 15 Avril 2026	19h	Réunion Préparation Séjour de Mai 2026
Jeudi 16 Avril 2026	8h	Accueil du Groupe de ST CYR SUR LE RHONE
Samedi 18 Avril	12h	Tête de Veau
Mercredi 13 Mai au Dimanche 17 Mai 2026		Séjour à ST SAUVES D'AUVERGNE (63)
Samedi 27 Juin 2026 (à confirmer)	12h	Fête d'Eté (Anniversaire : 20 ans de l'indépendance de l'Association)

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