



2ème Trimestre 2026

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

ci aux accompagnateurs de communiquer à J Claude GACON le nombre de participants à CHAQUE se

PAR MAIL : larandonneecremolane@orange.fr

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

A PARTIR DE JUIN 2026 les randonnées en demi-journées ont lieu LE MATIN Rendez-vous 8h

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
jeudi	02 avr	1/2j	13h30	DM				
		1/2j	13h30	PTM	12,3km	260m	MORAS (38) autour du Petit Meyzieu	Hervé DUPAIN
		J	8h00	BM	17,5km	350m	ST ALBAN DE ROCHE (38)	Dominique NICOLAFRANCESCO Yvette CHANTEUR
lundi	06 avr	1/2j	13h30	DM	5,5km	20m	ST VULBAS (01)	Delphine PAILLER
		1/2j	13h30	PTM	7km	40m	Canton de CREMIEU (38) MASSONAS	Yvette BAUDIN
		1/2j	13h30	PTM	10km	220m	SAINT-HILAIRE-DE-BRENS (38)	Isabelle CONDESA
jeudi	09 avr	1/2j	13h30	DM	7km	80m	TREPT (38) départ du cimetière de Trept (Les Pylônes, Cozance)	Colette CHEIZE Maribel CRETIN
		1/2j	13h30	PTM	12km	250m	CHOZEAU (38)	Roland ESTEVAN
		J	8h00	BM	18km	500m	ST-PIERRE-DE-BRESSIEUX (38)	Aline ROJAT Marie Christine FOUILLADE
lundi	13 avr	1/2j	13h30	DM	5,3km	90m	ANNOISIN CHATELANS (38) La Chapelle des Aviateurs Départ MICHALIEU	Delphine PAILLER
		1/2j	13h30	PTM	6/7km	65m	VILLEFONTAINE (38) Départ PK relais Stade de la Prairie	Elias MOTHIER
		1/2j	13h30	PTM	11km	200m	OPTEVOZ (38) Départ Auberge des Peintres	Christian CHEIZE Serge DAILLUT
jeudi	16 avr	J	8h00	PTM			ACCUEIL DU GROUPE de ST CYR SUR RHONE Moulin de Marsa à PANOSSAS (38) à 8 H	
							Randonnées prévues : 8,2km 150m et 3km 50m	
samedi	18 avr		12h00				TETE DE VEAU	
lundi	20 avr	1/2j	13h30	DM	5km	60m	LEYRIEU (38) Départ Salle des Fêtes	Delphine PAILLER
		1/2j	13h30	PTM	7km	140m	Canton de CREMIEU (38) AMBLAGNIEU	Claude et Marie APRILE
		1/2j	13h30	PTM	10/12km		SAINT QUENTIN FALLAVIER (38)	Patricia LE VAN HAN
mercredi	22 avr		19h00				Préparation Séjour SAINT-SAUVES D'Auvergne (63)	
jeudi	23 avr	1/2j	13h30	DM	7,5km	60m	OPTEVOZ (38)	Yvette BAUDIN
		1/2j	13h30	PTM	12km	350m	VAUX EN BUGHEY (01)	Roland ESTEVAN
		J		BM				
lundi	27 avr	1/2j	13h30	DM	6km	50m	HYERES SUR AMBY (38) Départ Monument aux Morts	Delphine PAILLER
		1/2j	13h30	PTM	9km	147m	Canton de CREMIEU (38)	Elias MOTHIER
		1/2j	13h30	PTM				
jeudi	30 avr	1/2j	13h30	DM				
		1/2j	13h30	PTM	10,5km	378m	SAULT BRENANZ (01)	Yvon MONTEL
		J		BM				



PROGRAMME DES RANDONNEES

Page 2

2ème Trimestre 2026

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
lundi	04 mai	1/2j	13h30	DM	5km	50m	SICCIEU (38) Départ Salle des Fêtes	Delphine PAILLER
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		Canton de CREMIEU (38)	Yvette BAUDIN
		1/2j	13h30	PTM	11,3km	310m	PANOSSAS (38) de Panossas à Chozeau	Hervé DUPAIN
jeudi	07 mai	1/2j	13h30	DM				
		1/2j	13h30	PTM	12km	338m	LARINA (38) Parking Musée Hières Sur Amby	Sylvie DAVRIEUX Patricia REINHARD
		J	7h30	BM	16,6km	630m	Lac ST JEAN LE CHEVELU (73)	Serge SALVI
lundi	11 mai	1/2j	13h30	DM	5km	65m	VILLEFONTAINE (38) Départ PK relais Stade de la Prairie	Elias MOTHIER
			15h00	PTM	6km	104m	Canton de CREMIEU (38) Parking Mairie de PARMILIEU	Claude et Marie APRILE
		1/2j	13h30	PTM	13,6km	347m	Vertrieu (38)	Yvon MONTEL
mercredi	13-mai		7h00			Départ Séjour SAINT-SAUVES d'Auvergne (63)		
dimanche	17-mai					Retour Séjour		
jeudi	14 mai	1/2j	13h30	DM				
		1/2j	13h30	PTM	10km	188m	HIERES SUR AMBY (38)	Yvon MONTEL
		J		BM				
lundi	18 mai	1/2j	13h30	DM	6km	40m	OPTEVOZ (38) Etang de la Tuile Départ Auberge des Peintres	Delphine PAILLER
		1/2j	13h30	PTM	6,72km	182m	ST MARCEL BEL ACCUEIL (38) PK de Chasse Cros de Lavan	Elias MOTHIER
		1/2j	13h30	PTM				
mercredi	20 mai		17h30 19h00			Comité d'Administration Réunion des ANIMATEURS des ADHÉRENTS avec le CA		
jeudi	21 mai	1/2j	13h30	DM				
		1/2j	13h30	PTM				
		J	8h00	BM	17km	400m	CUZIEU LA PIERRE GRISE (01)	Dominique NICOLAFRANCESCO
lundi	25 mai	1/2j	13h30	DM	5km	50m	VERNA (38) Départ Cimetière	Delphine PAILLER
		1/2j	13h30	PTM	6/7km		SAINT MARCEL BEL ACCUEIL (38)	Elias MOTHIER
		1/2j	13h30	PTM				
jeudi	28 mai	1/2j	13h30	DM				
		1/2j	13h30	PTM	10km	260m	VILLEMOIRIEU (38)	Yves ZIMBERLIN
		J	7h30	BM	17km	500m	CUVERY (01) Le Crêt du Nu	Aline ROJAT
lundi	01 juin	1/2j	8h00	PTM	5km	30m	VILLEMOIRIEU (38) Départ Carrefour Market	Delphine PAILLER
		1/2j	8h00	PTM	6,5km	100m	Canton de CREMIEU (38) SOLEYMIEU	Yvette BAUDIN
		1/2j	8h00	PTM	12,5km	228m	TREPT (38) PK des Platanes direction Salagnon Stèle SICARD	Chantal TRIPIER Christian CHEIZE
jeudi	04 juin	1/2j	8h00	DM				
		1/2j	8h00	PTM	11,8km	260m	Boucle autour de PANOSSAS (38)	Hervé DUPAIN
		J	7h30	BM	16,4km	600m	CERDON (01) Grotte et Cascade de la Culaz	Serge SALVI
dimanche	07 juin			PTM		Collaboration avec le ROTARY CLUB de CREMIEU au titre d'une action pour LES ENFANTS MALTRAITE est proposé 3 Randonnées de 4km, 9km, 12km départ à partir de 8h du Stade de FOOT de CREMIEU (3		



2ème Trimestre 2026

DATE	Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
lundi 08 juin	1/2j	8h00	PTM	4,5km	70m	ANNOISIN (38) La Chapelle des Aviateurs Départ MICHALIEU	Delphine PAILLER
	1.2j	8h00	PTM	7km	80m	Canton de CREMIEU (38) Parking Mairie de CHARETTE	Claude et Marie APRILE
	1/2j	8h00	PTM	12km	280m	PK Gare ST HILAIRE (38) Direction ST HILAIRE/Lac MORAS	Christian CHEIZE Serge DAILLUT
jeudi 11 juin	J		PTM			<i>SORTIE à la JOURNÉE MEMORIAL D'IZIEU (01)</i> Randonnée prévue de Glandieu sous réserve de l'accessibilité du circuit 11km 470m ou 400m selon point de départ	
lundi 15 juin	1/2j	8h00	PTM	5,5km	70m	OPTEVOZ (38) Impasse Gustave COURBET-Chemin de HERBIE	Delphine PAILLER
	1.2j	8h00	PTM	6/7km	150m	DIZIMIEU (38) Départ Arrêt bus Tortu (Tortu, Sigallet, Peyzieu)	Colette CHEIZE
	1/2j	8h00	PTM	10,3km	95m	MORESTEL (38) Le Coteau de Serrières	Sylvie DAVRIEUX
jeudi 18 juin	1/2j	8h00	DM				
	1/2j	8h00	PTM	12,2km	253m	SAINT CHEF (38) Mont de Crucilleux	Chantal TRIPIER Christian CHEIZE
	J		BM				
samedi 20 juin		12h00				<i>Fête d'ÉTÉ</i> <i>Boulodrome de COURTENAY (38)</i> <i>Il y a 20 ans La CRÉMOLANE se sépare de la JSC</i>	
lundi 22 juin	1/2j	8h00	PTM	5,5km	20m	ST VULBAS (01) Centre National La Rotonde	Delphine PAILLER
	1.2j	8h00	PTM	6/7km	150m	TREPT (38) Départ Chalet de la Chasse	Colette CHEIZE
	1/2j	8h00	PTM	10/12km	200m	ST MARCEL BEL ACCUEIL (38)	Patricia LE VAN HAN
jeudi 25 juin	1/2j	8h00	DM				
	1/2j	8h00	PTM	10km	239m	VEYSSILLIEU (38)	Yves ZIMBERLIN
	J	8h00	BM	16km	200m	DAGNEUX (01) Lac Neyton	Dominique NICOLAFRANCESCO Yvette CHANTEUR
	J	6h30	TBM	12km	1166m	LE GRAND VEYMONT (38) Départ GRESSE EN VERCORS	Jocelyne PINZETTA Bernard PINZETTA
	S	19h00 à 21h00	DM	5,5km	20m	ST VULBAS (01) Centre National La Rotonde	Delphine PAILLER
vendredi 26 juin		19h00				<i>Repas Des Bénévoles De La Rando Village</i>	
lundi 29 juin	1/2j	8h00	PTM	5km	60m	LEYRIEU (38) Départ Salle des Fêtes	Delphine PAILLER
	1.2j	8h00	PTM	6/7km		CANTON DE CREMIEU (38)	Elias MOTHIER
	1/2j	8h00	PTM	12km		CHAMAGNIEU (38)	Patricia REINHARD

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 (500 à 800 m dénivelé, distance variante, sortie journée),
TBM très bon marcheur (800 à 1100m dénivelé, distance variante, sortie journée).

Pour les sorties à LA JOURNÉE, merci de vous 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

DATES A RETENIR

Dimanche 6 Sept 2026 (date à confirmer) de 8h à 13h Forum des Associations
Vendredi 2 Octobre 2026 à 20h Assemblée Générale
Dimanche 18 Octobre 2026 de 8h à 15h Notre Rando Village 12ème Edition (ouvert au public)

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