

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

PAR MAIL : larandonneecremolane@orange.fr

En JUILLET et AOUT 2026 les randonnées en demi-journées ont lieu LE MATIN Horaire PRECIS selon Animateur VOIR PROGRAMME

En SEPTEMBRE 2026 les randonnées en demi-journées ont lieu L'APRES-MIDI Rendez-vous 13h30

DATE	Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
jeudi 02 juil.	1/2j	8h00	DM				
	1/2j	8h30	PTM	8km		VILLEFONTAINE (38)	J Claude SUDRE
	J	7h30	TBM	18km	500m	Boucle en Valromey - Pont et Puits des Tines (SUTRIEU 01260)	Alice TRIPOZ
	S	19h00 à 21h00	DM				
lundi 06 juil.	1/2j	8h00	DM	5km			
	1/2j	8h30	PTM	7km	80m	Etang de la Bryne CHARETTE (38)	Yvette BAUDIN
	1/2j	8h00	PTM				
jeudi 09 juil.	1/2j	8h30	DM	9km	10m	COURTENAY (38)	J Claude SUDRE
	1/2j	8h00	PTM				
	J	8h00	BM	12,5 km	450 m	Pour bons marcheurs. Prévoir repas tiré du sac. ST SORLIN (01) retour par la voie verte jusqu'à Lagnieu (pique nique)	Roland ESTEVAN
	S	19h00 à 21h00	DM				
lundi 13 juil.	1/2j	8h00	DM	5km			
	1/2j	8h00	PTM	6/7km			
	1/2j	8h00	PTM	10km	200m	Etang de Ry CREMIEU (38)	Sylvie DAVRIEUX
jeudi 16 juil.	1/2j	8h30	DM	9km	150m	Depuis Hyères sur Amby BROTEL (38)	J Claude SUDRE
	1/2j	8h00	PTM				
	J	8h00	BM				
	S	19h00 à 21h00	DM				
lundi 20 juil.	1/2j	8h00	DM	5km			
	1/2j	8h30	PTM	7,4km	95m	SICCIEU (38)	Yvette BAUDIN
	1/2j	8h00	PTM				
jeudi 23 juil.	1/2j	8h00	DM				
	1/2j	8h00	PTM				
	J	8h00	BM	12,5 km	460 m	Boucle autour du Chateau des Allymes, au dessus d' AMBERIEU (01) Pour Bons marcheurs. Prévoir repas tiré du sac.	Roland ESTEVAN
	S	19h00 à 21h00	DM				

PROGRAMME DES RANDONNEES

DATE	Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
lundi 27 juil.	1/2j	8h00	DM	5km			
	1/2j	8h00	PTM	6/7km			
	1/2j	8h00	BM	15,8 km	90m	Tour du bois des Franchises départ cimetière de CHAVANOZ (38) pour bons marcheurs au vu de la distance proposée	Hervé DUPAIN
jeudi 30 juil.	J	9h00	DM	8,5km		ST QUENTIN FALLAVIER (38) Les deux groupes se retrouvent pour le pique nique	J Claude SUDRE
	J	9h00	PTM	12km		ST QUENTIN FALLAVIER (38) Les deux groupes se retrouvent pour le pique nique	Patricia LE VAN HAN
	J		BM				
	J		TBM				
	S	19h00 à 21h00	DM				
lundi 03 août	1/2j	8h00	DM	5km			
	1/2j	8h30	PTM	7,5km	50m	La Ferme des Dames ST BAUDILLE DE LA TOUR (38)	Yvette BAUDIN
	1/2j	8h00	PTM				
jeudi 06 août	1/2j	8h30	DM	8km		Bois des Franchises du parcours de santé CHARVIEU (38)	J Claude SUDRE
	1/2j	8h00	PTM				
	J		BM				
	J	8h00	TBM	15km	660m	Rocher du Grand Sangle en boucle (Chaley 01230) classé difficile	Alice TRIPOZ
	S	19h00 à 21h00	DM				
lundi 10 août	1/2j	8h00	DM	5km			
		8h00	PTM	6,5km	195m	VENERIEU (38)	Colette CHEIZE
	1/2j	8h00	PTM	12km	136m	ST ALBAN DE ROCHE (38)	Patricia LE VAN HAN
jeudi 13 août	1/2j	8h30	DM	8km		ST BAUDILLE DE LA TOUR (38) par BROTEL (38)	J Claude SUDRE
	1/2j	8h00	PTM				
	J		BM				
	J		TBM				
	S	19h00 à 21h00	DM				
lundi 17 août	1/2j	8h00	DM	5km			
	1/2j	8h00	PTM	6/7km			
	1/2j	8h00	PTM	13,5 km	70m	LANCIN -38- (parking du château)	Yvon MONTEL
jeudi 20 août	1/2j	8h30	DM	8km	150m	VEYSSILIEU (38) Notre Dame de la Salette	J Claude SUDRE
	1/2j	8h00	PTM				
	J		BM				
	J		TBM				
	S	19h00 à 21h00	DM				
lundi 24 août	1/2j	8h00	DM	5km			
	1/2j	8h00	PTM	8/9km	147m	Canton Cremieu (9km de Carrefour Market CREMIEU ou 8km du parking début de la voie verte CREMIEU (38)	Elias MOTHIER
	1/2j	8h00	PTM	10km	260m	VILLEMORIEU (38)	Yves ZIMBERLIN

PROGRAMME DES RANDONNEES

DATE	Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
mercredi 26 août		17h30				<b>Comité d'Administration</b> Réunion des ANIMATEURS des ADHERENTS avec le CA	
		19h00					
jeudi 27 août	1/2j	8h30	DM	8km		VILLETTE D' ANTHON (38) Parking Intermarché	J Claude SUDRE
	1/2j	8h00	PTM				
	J	7h30	BM	16km	550m	VIEU D'IZENAVE (01)	Dominique NICOLAFRANCESCO Alice FAUGERAS
	J		TBM				
	S	19h00 à 21h00	DM				
lundi 31 août	1/2j	8h00	PTM	5km			
	1.2j	8h00	PTM	6/7km		SAINT MARCEL BEL ACCUEIL (38) Le Cros de Lavan	Elias MOTHIER
	1/2j	8h00	BM	15 km	15m	Pont de JONAGE (69) Canal de Jonage (69) lac des Allivoz pour bons marcheurs au vu de la distance proposée	Hervé DUPAIN
mercredi 02 sept.		19h00				Préparation Rando Village	
jeudi 03 sept.	1/2j	13h30	DM	9km	100m	SICCIEU Eglise (38)	J Claude SUDRE
	1/2j	13h30	PTM	10km	260m	VEYSSILIEU (38)	Yves ZIMBERLIN
	J	8h00	BM	16km	730m	ARGIS - ESVOSGES (01)	Serge SALVI
	J		TBM				
	S	19h00 à 21h00	DM				
dimanche 06 sept.		de 8h00 à 13h00				Forum des Associations Adhérents : venez nous aider à présenter notre belle association, expliquer où l'on marche, déroulement des randonnées, ambiance des groupes, point de rencontre...	
lundi 07 sept.	1/2j	13h30	PTM	5km			
	1.2j	13h30	PTM	7,6km	129m	BROTEL (38)	Claude et Marie APRILE
	1/2j	13h30	BM	13,5 km	400m	VEYSSILIEU (38) Etang de Chalignieu pour bons marcheurs au vu de la distance et du dénivelé proposés	Hervé DUPAIN
jeudi 10 sept.	1/2j	13h30	DM	8km	50m	SOLEYMIEU (38)	J Claude SUDRE
	1/2j	13h30	PTM				
	J		BM	16km		Reconnaissance Rando Village	
	J		TBM				
	S	19h00 à 21h00	DM				
lundi 14 sept.	1/2j	13h30	PTM	5km			
	1.2j	13h30	PTM	8km	145m	SICCIEU (38) L'Etang de Ry	Yvette BAUDIN
	1/2j	13h30	BM	11,5 km	408m	VAUX EN BUGHEY (01) (parking du stade)	Yvon MONTEL
jeudi 17 sept.	1/2j	13h30	DM				
	1/2j	13h30	PTM	10/12km	50m	COLOMBIER (38)	Patricia LE VAN HAN
	J		BM				
	J		TBM				
	S	19h00 à 21h00	DM				

PROGRAMME DES RANDONNEES

DATE	Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
lundi 21 sept.	1/2j	13h30	PTM	5km			
	1,2j	13h30	PTM	6/7km			
	1/2j	13h30	PTM	10km	80m	PARMILIEU (38)	Sylvie DAVRIEUX
jeudi 24 sept.	1/2j	13h30	DM				
	1/2j	13h30	PTM				
	J	7h30	BM	17km	550m	CHIRENS (38)	Dominique NICOLAFRANCESCO Alice FAUGERAS
	J		TBM				
	S	19h00 à 21h00	DM				
lundi 28 sept.	1/2j	13h30	PTM	5km			
	1,2j	13h30	PTM	6/7km		VILLEFONTAINE (38) parking relais du stade de la prairie randonnée de la châtaigne 🍂 apportez sacs	Elias MOTHIER
	1/2j	13h30	PTM	11 km	344m	BENONCES (01) cascade de Luizet (parking Onglas)	Yvon MONTEL

RENSEIGNEMENTS : Jean Claude GACON 06 73 56 07 97 MAIL : [larandonneecremolane@orange.fr](mailto: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 JOURNEE, merci de vous inscrire LA VEILLE auprès de l'animateur de la rando

\* 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

**DATES A RETENIR**

Vendredi 2 Octobre 2026 à 20h Assemblée Générale  
Mardi 6 Octobre 2026 départ 7h Rencontre avec nos amis de St CyrSur Rhône chez eux  
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/>