

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-journée ont lieu **LE MATIN** ; voir l'heure précise sur le 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
		J		TBM				
		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
		J	7h30	TBM	18km	960m	Montagne de TANTANET (01)	Paul PICARD Victoria SAUVE
		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				
		J	7h00	TBM	19km	880m	Le saut du GIER la VALLA -en-GIER (42)	Paul PICARD Carole BRAILLON
		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				

PROGRAMME DES RANDONNEES

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivellé	Destinations	Animateurs
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
		J	7h30	TBM	17km	1030m	Boucle de la Falconniere SAINT-RAMBERT-EN-BUGEY (01)	Paul PICARD Denis LEBRE
		S	19h00 à 21h00	DM				
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	7h00	TBM	20km	740m	Boucle du rocher du grand SANGLE CHALEY (01)	Paul PICARD Alice FAUGERAS
		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	7h30	TBM	12km	1060m	Boucle de la roche de Chanduraz CULOZ-BEON (01)	Denis LEBRE Paul PICARD
		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

PROGRAMME DES RANDONNEES

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs	
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	VILLEMOIRIEU (38)	Yves ZIMBERLIN	
mercredi	26 août		17h30				Comité d'Administration		
			19h00				Réunion des ANIMATEURS des ADHERENTS avec le CA		
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 - ESVOSES (01)	Serge SALVI	
		J	7h00	TBM	20km	740m	Boucle d'ORDONAZ(01)	Paul PICARD Denis LEBRE	
		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	7h30	TBM	20km	740m	Boucle de la croix de Bramafan VAULT-EN-BUGEY (01)	Paul PICARD Denis LEBRE	
		S	19h00 à 21h00	DM					

PROGRAMME DES RANDONNEES

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
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 BUGEY (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				
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
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 (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

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)