

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

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

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivels	Destinations	Animateurs	
jeudi	01 oct.	1/2j	13h30	DM					
		1/2j	13h30	PTM	7,5 km	50 m	SAINT BAUDILLE DE LA TOUR (38)	Jean Claude SUDRE	
		J	7h30	BM	17,5km	740m	CHALEY (01) La Boucle du Rocher du Grand Sangle	Christian CHEIZE Alice FAUGERAS	
		J		TBM					
vendredi	02 oct.		20h00				ASSEMBLEE GENERALE	HOTEL DE VILLE Salle du Chapitre CREMIEU (38)	
lundi	05 oct.	1/2j	13h30	DM	5 km				
		1/2j	13h30	PTM	8 km	100 m	Autour du Lac de Moras (départ de l'Eglise de Vénérieu)	Colette CHEIZE	
		1/2j	13h30	PTM					
mardi	06 oct.	J	7h00				INVITATION par le groupe de ST CYR SUR RHONE (69) CHEZ EUX (on apporte son pique-nique et sa spécialité à partager)		
jeudi	08 oct.	1/2j	13h30	DM	8 km	150 m	ANNOISIN/CHATELANS (38)	Jean Claude SUDRE	
		1/2j	13h30	PTM					
		J		BM					
		J	7h00	TBM	13,5 km	827 m	LELEX (01410) Crêt de la Neige	Yvon MONTEL	
lundi	12 oct.	1/2j	13h30	DM	5 km		CISSIEU (38)	Delphine PAILLER	
		1/2j	13h30	PTM	6/7 km		SAINT MARCEL BEL ACCUEIL (38) Cros de Lavan	Elias MOTHIER	
		1/2j	13h30	PTM	12 km	300 m environ	SERMERIEU (38) départ Place de la Mairie via La Madone de Sermérieu	Christian CHEIZE	
jeudi	15 oct.	1/2j	13h30	DM					
		1/2j	13h30	PTM	10,2 km	180 m	MORAS (38) Bois de Fromentais	Hervé DUPAIN	
		J	7h30	BM	17,5 km	300 m	LIEUDIEU (38) et ses Etangs	Dominique NICOLAFRANCESCO	
		J		TBM					
samedi	17 oct.		9h00				BALISAGE DES PARCOURS de la RANDO VILLAGE		
dimanche	18 oct.		8h00/15h00				NOTRE RANDO VILLAGE		
lundi	19 oct.	1/2j	13h30	DM	6 km		MORAS (38)	Delphine PAILLER	
		1/2j	13h30	PTM	9 km		Canton de CREMIEU (38)	Elias MOTHIER	
		1/2j	13h30	PTM			RECUPERATION des FLECHAGES restant sur les PARCOURS		
jeudi	22 oct.	1/2j	13h30	DM	8,5 km	150 m	JANNEYRIAS (38) Circuit de la Bataille d'Anthon	Jean Claude SUDRE	
		1/2j	13h30	PTM	10/12 km	250 m	SOLEYMIEU (38)	Roland ESTEVAN	
		J	7h30	BM	16,4 km	560 m	ODENAS (01) Le Mont Brouilly	Serge SALVI	
		J	7h00	TBM	16 km	1000 m	VIRIEU-LE-PETIT (01) Le Grand Colombier	Victoria SAUVE Denis LEBRE	

PROGRAMME DES RANDONNEES

DATE		Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs	
lundi	26 oct.	1/2j	13h30	DM	5 km				
		1/2j	13h30	PTM	6/7 km	120 m environ	TREPT/COZANCE (38) départ de l'Ecole de Trept	Colette CHEIZE Maribel CRETIN	
		1/2j	13h30	BM	10/12 km	150 m	SATOLAS et BONCE (38) Autour de la Croix de l'Eperon	Patricia LE VAN HAN	
jeudi	29 oct.	J	8h30	DM	6 km		VERNA (38) Puis Restaurant La Source Puis Musée du Patrimoine (5€) à SAINT VULBAS	Delphine PAILLER	
		1/2j		PTM	11 km	350 m	PANOSSAS (38) Le Moulin de MARSA	Olivier LEVESQUE	
		J	7h30	BM	16,5 km	900 m	CONZIEU (01) Le Tentanet	Victoria SAUVE Paul PICARD	
		J		TBM					
lundi	02 nov.	1/2j	13h30	DM	5 km				
		1/2j	13h30	PTM	6/7 km		CHARETTE (38) Cascade de la Roche-Cyprès Chauves	Yvette BAUDIN	
		1/2j	13h30	PTM	12 km	200 m	CHAMAGNIEU (38)	Patricia REINHARD	
jeudi	05 nov.	1/2j	13h30	DM					
		1/2j	13h30	PTM	7,6 km	116 m	PORCIEU/AMBLAGNIEU (38)	Claude et Marie APRILE	
		J	7h00	BM	13,4 km	488 m	ARANC (01110) Ferme de Malaval et Crêt Maréta	Yvon MONTEL	
		J	7h00	TBM	19 km	880 m	LE SAUT DU GIER (42)	Paul PICARD Carole BRAILLON	
lundi	09 nov.	1/2j	13h30	DM	5 km				
		1/2j	13h30	PTM	6/7 km		VILLEFONTAINE (38) Parking Stade de la Prairie	Elias MOTHIER	
		1/2j	13h30	PTM	12 km	100 m environ	SAINT HILAIRE/MORAS (38) départ du pkg Chez Vitalis	Christian CHEIZE Serge DAILLUT	
jeudi	12 nov.	1/2j	13h30	DM	7,5 km	50 m	SOLEYMIEU (38)	Jean Claude SUDRE	
		1/2j	13h30	PTM	11 km	10 m	Pont de Jons (69) Lac des Pyes-Lône du Content	Hervé DUPAIN	
		J	8h30	BM	17 km	470 m	MONTCARRA (38)	Aline ROJAT	
		J		TBM					
lundi	16 nov.	1/2j	13h30	DM	5 km				
		1/2j	13h30	PTM	8 km	100 m	TREPT (38) Départ de la Place du 19 mars 1962	Colette CHEIZE	
		1/2j	13h30	PTM					
mercredi	18 nov.		17h30 19h00				Comité d'Administration Réunion des ANIMATEURS des ADHERENTS avec le CA		
jeudi	19 nov.	1/2j	13h30	DM	8 km	100 m	VILLEFONTAINE (38) Parking Rue des Sports	Jean Claude SUDRE	
		1/2j	13h30	PTM	10/12 km	300 m	DIZIMIEU (38)	Roland ESTEVAN	
		J	8h00	BM	15 km	450 m	Autour de LHUIS (01)	Dominique NICOLAFRANCESCO	
		J		TBM					
lundi	23 nov.	1/2j	13h30	DM	5 km	60 m	La Chapelle des Aviateurs par MICHALIEU (38)	Delphine PAILLER	
		1/2j	13h30	PTM	9 km		Canton de CREMIEU (38)	Elias MOTHIER	
		1/2j	13h30	PTM	13/14 km	200 m	SAINT ALBAN DE ROCHE (38)	Patricia LE VAN HAN	

PROGRAMME DES RANDONNEES

DATE		Type	H Départ	Difficulté	Km	Dénivelé	Destinations	Animateurs	
jeudi	26 nov.	1/2j	13h30	DM	8 km	0 m	COLOMBIER-SAUGNIEU (69) Lieu dit Montcul, les 3 étangs	Jean Claude SUDRE	
		1/2j	13h30	PTM					
		J	7h00	BM	19 km	520 m	SAINT-REGIS-DU-COIN (42) Les Tourbières de Gimel	Paul PICARD Denis LEBRE	
		J		TBM					
lundi	30 nov.	1/2j	13h30	PTM	5 km				
		1/2j	13h30	PTM	6/7 km		SAINT MARCEL BEL ACCUEIL (38) Cros de Lavan	Elias MOTHIER	
		1/2j	13h30	PTM	10 km	115 m	COURTENAY (38) Parking Etang de la Salette	Sylvie DAVRIEUX	
jeudi	03 déc.	1/2j	13h30	DM					
		1/2j	13h30	PTM	11,5 km	35 m	Bois des Franchises via Les Cruis Départ Cimetière de CHAVANOZ (38)	Hervé DUPAIN	
		J		BM					
		J		TBM					
lundi	07 déc.	1/2j	13h30	PTM	5 km				
		1/2j	13h30	PTM	7,5 km	30 m	FRONTENAS (38)	Yvette BAUDIN	
		1/2j	13h30	PTM					
jeudi	10 déc.	1/2j	13h30	DM	7 km	100 m	MORAS parking de l' église 14h00	Jean Claude SUDRE	
		1/2j	13h30	PTM	10/12 km	150 m	SICCIEU (38)	Roland ESTEVAN	
		J		BM					
		J		TBM					
lundi	14 déc.	1/2j	13h30	PTM	5 km				
		1/2j	13h30	PTM	7,5 km	120 m	TREPT (38)	Claude et Marie APRILE	
		1/2j	13h30	PTM	10 km	180 m	PANOSSAS (38) Parking Route de Veyssilieu	Sylvie DAVRIEUX	
jeudi	17 déc.	1/2j	13h30	DM	7 km	50 m	ST-BAUDILLE-DE-LA-TOUR (38) La Ferme des Dames	Yvette BAUDIN	
		1/2j	13h30	PTM					
		J	8h30	BM	18 km	400 m	ANNOISIN/CHATELANS (38)	Dominique NICOLAFRANCESCO	
		J		TBM					
samedi	19 déc.		12h00				REPAS de FIN D' ANNEE		
lundi	21 déc.	1/2j	13h30	PTM	5 km				
		1/2j	13h30	PTM	7,5 km	130 m	MORAS (38) Eglise Venue du Père Noël N'oubliez pas d'apporter de quoi le et nous réconforter	Delphine PAILLER	
		1/2j	13h30	PTM	12 km	300 m	Autour de CREMIEU (38)	Patricia LE VAN HAN	
jeudi	24 déc.	1/2j	13h30	DM					
		1/2j	13h30	PTM					
		J		BM					
		J		TBM					

PROGRAMME DES RANDONNEES

DATE	Type	H Départ	Difficulté	km	Dénivelé	Destinations	Animateurs
vendredi 25 déc.						JOYEUX NOEL	
lundi 28 déc.	1/2j	13h30	PTM	5 km			
	1.2j	13h30	PTM	7 km	90 m	SABLONNIERES (38)	Delphine PAILLER
	1/2j	13h30	PTM				
jeudi 31 déc.	1/2j	13h30	DM				
	1/2j	13h30	PTM				
	J		BM				
	J		TBM				
jeudi 31 déc.						BON REVEILLON et à 2027	

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

RAPPEL

Le co-voiturage est dû pour TOUTES les sorties à la journée comme à la 1/2 journée

DATES A RETENIR

Samedi 2 Janvier 2027 15h Tirage des Rois
 Lundi 8 Février 2027 15h Dégustation Bugnes

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