

# RANDO'S



association loi 1901  
RANDO'S RHONES - ALPES  
c/o ARIS - BP 1125,  
69203 LYON CEDEX 01

Téléphone : 04 78 00 54 92 de 20h00 à 22h00

Site web : [www.randos-rhone-alpes.org](http://www.randos-rhone-alpes.org)

Programme  
Numéro

# 37

## ACTIVITES

### DE MAI 2005 A NOVEMBRE 2005



Le printemps nous pousse à sortir de nos intérieurs douillets et à aller respirer l'air pur de nos campagnes. Plus ou moins haut, plus ou moins loin, il y en a pour tous les goûts. A pied, à vélo, de jour ou de nuit, la nature nous appelle. Et si vous avez envie d'un grand bol d'air, que diriez vous d'un petit week-end ou d'un séjour d'été?

On se laisse tenter?



	date(s)	activité	lieu	niveau
Mai	Dim. 1er	Randonnée	Pilat	Facile
	Dim. 8	Randonnée	Ardèche	Moyen
		Randonnée	Vercors	Moyen
	Dim. 15	Randonnée	Ardèche – Haut Vivarais	Moyen
	Dim. 22	Vélo	Monts du Lyonnais	Moyen
Dim. 29	Randonnée	Oisans	Moyen	
	Randonnée	Monts d'Or	Moyen	
Juin	Dim. 5	Vélo	Monts du Lyonnais	Moyen
		Randonnée	Belledonne	Difficile
	Sam. 11	Soirée Dansante	Grenoble	♥♥♥
	Sam. 11 & Dim. 12	Week-end	Ardèche	Facile
	Merc. 15	Randonnée	Nocturne – Monts d'Or	Facile
	Ven. 17	Randonnée	Nocturne – Grenoble	Facile
	Sam. 18		Gay - Pride	
	Dim. 19	Randonnée	Haute Loire	Facile
		Vélo	Monts du Lyonnais	Difficile
	Sam. 25 & Dim. 26	Week-end	Vanoise	Moyen
Dim. 26	Randonnée	Vercors	Moyen	
Juillet	Dim. 3	Randonnée	Chartreuse	Difficile
		Vélo	Monts du Lyonnais	Difficile
	Dim. 10	Vélo	Pilat	Difficile
	Séjour 09 au 16	Randonnée	Pays Basque	Facile
	Dim. 17	Randonnée	St Antoine l'abbaye	Moyen
	Séjour 16 au 23	Randonnée	Pays Basque	Facile
	Dim. 24	Randonnée	Pilat	Difficile
	Séjour 25 au 30	Randonnée	Alpes du nord	Moyen
	Dim. 31	Randonnée	Belledonne	Difficile
		Vélo	Beaujolois	Difficile
Août	Dim. 7	Randonnée	Chartreuse	Difficile
	Dim. 14	Randonnée	Bauges	Difficile
	Sam. 13 au Lun.15	Vélo	Alpes de Hte Provence	Difficile
	Dim. 21	Randonnée	Monts du lyonnais	Facile
	Dim. 28	Randonnée	Valbonnais	Moyen

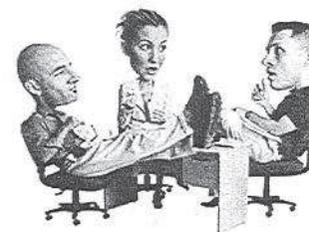
Septembre	Dim. 4	Randonnée	Chartreuse	Difficile
	Sam. 10	➡ Préparation prochain programme à St Etienne 7		
	Dim. 11	Randonnée	Forez	Facile
	Dim. 18	Randonnée	Oisans	Moyen
		Randonnée	Aravis	Difficile
Sam. 24 & Dim. 25	Week-end	Beaufortain	Moyen	
Octobre	Dim. 25	Randonnée	Ecrins	Moyen
	Dim. 2	Randonnée	Monts du Lyonnais	Facile
	Dim. 9	Randonnée	Dauphiné	Moyen
	Sam. 15 & Dim. 16	Week-end	Dauphiné	Moyen
	Dim. 16	Randonnée	Monts du Lyonnais	Facile
	Dim. 23	Randonnée	Ardèche	Facile
	Dim. 30	Randonnée	Pilat	Facile
Novembre	Mar. 1 <sup>er</sup>	Randonnée	Monts du lyonnais	Facile
	Dim. 6	Randonnée	Monts du lyonnais	Moyen
	Dim. 20	Randonnée	Chartreuse	Moyen
	Dim. 27	Randonnée	Beaujolois	Moyen

## Membres du CA 2005

Gérard G	Membre du bureau	Président
Christian P.	Membre du bureau	Trésorier
Michèle M.	Membre du bureau	Secrétaire
Jean-Louis M.	Responsable de l'antenne de St Etienne	
Jean-François N.	Responsable de l'antenne de Lyon	
Christian C.	Membre du CA	

## Autres responsables

Daniel O.	Responsable de l'antenne de Grenoble	
Serge R.	Sitemestre	



## QUELQUES CONSEILS POUR DECOUVRIR LE PROGRAMME

Notre but n'est pas la compétition mais la détente, le plaisir de marcher, et de se

retrouver ou de faire connaissance dans une ambiance sympa.

**Viens faire un brin d'essai avec nous**

N'hésite pas à remettre ta grass' mat à un dimanche pluvieux

L'adhésion n'est pas obligatoire pour les deux premières sorties.

### Difficiles nos activités ??? Ça dépend...

Le niveau de difficulté des activités proposées ici, est signalé par des pictogrammes

1 "picto" pour une activité classée facile ( faible dénivelée ou aucune difficulté )

2 "pictos" pour une activité classée moyen ( niveau mini ou entraînement à la marche requis )

3 "pictos" pour une activité classée difficile ( forte dénivelée, nombre d'heures de marche important, bon niveau d'endurance requis, etc )

#### Un conseil quand même...

Il vaut mieux que tu aies plusieurs activités d'une journée "dans les pattes", avant de t'inscrire pour la première fois à un week end, surtout en montagne.

### RDV "P", "A", "L"...

Pour chaque activité proposée sur ce programme, il est précisé un "RDV P", parfois un "RDV A" et un "RDV L".

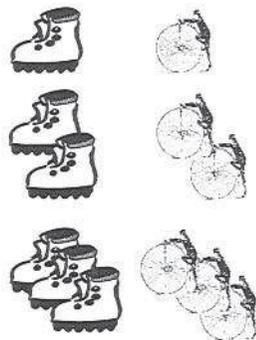
Cela t'informe des lieux de regroupement, adaptés suivant les destinations.

#### Explications ...

**RDV P : Rendez-Vous Principal :**  
lieu principal de regroupement, où tu trouveras l'organisateur de la rando

**RDV L : Rendez-Vous Local :**  
au plus près du départ de la rando.

**RDV A : Rendez-Vous Annexe :**  
autre RDV permettant aux participants de se rassembler dans les voitures.



## ... SUITE DES CONSEILS

### Lieux de Rendez - Vous...

Celui de **LYON** :

Place des Martyrs de la Résistance, Lyon 3ème, côté rue Paul Bert, en face du bâtiment du GRAND LYON.

Celui de **GRENOBLE** :

Parking mairie, côté "Chavant" près du parvis.

Celui de **SAINT - ÉTIENNE** :

Suivant la destination, devant le Musée d'Art Moderne ou au Rond Point, à l'entrée du parc de l'Europe.

### Téléphones portables...

n° de **LYON** : 06 07 28 89 53

n° de **GRENOBLE** : 06 71 85 08 67

n° de **SAINT - ÉTIENNE** : 06 71 85 10 00

Les téléphones portables ne sont activés que pour les sorties.

Ils sont mis à la disposition des organisateurs pour faciliter le regroupement des participants, ils servent également aux secours, ... mais merci de ne pas les utiliser pour les demandes de renseignements.

### Attention !!!

Si tu comptes ne rejoindre la rando qu'au RDV Local, no problemo ! Mais pense à prévenir l'organisateur pour qu'il te récupère. En priorité sur le portable du RDV Principal, à défaut au 04 78 00 54 92.

### Transport...

Le transport des participants jusqu'au point de départ des activités n'est pas assuré par l'association.

Ceux qui le peuvent viennent avec leur voiture, de façon à garantir des moyens de locomotion pour tous.

Les randonneurs se répartissent dans les véhicules et partagent les frais de route, sur la base de 0,20 Euro le kilomètre parcouru, péage(s) en sus.

### Assurance...

**L'assurance actuelle couvre :**

La responsabilité civile de l'association et des membres, les frais médicaux et de transport en ambulance, les frais de sauvetage et de recherche pour toutes les activités prévues dans le programme

**Pour les organisateurs de sortie :**

un numéro à faire si un accident se passe durant la sortie :

**0 800 75 75 75**

en rappelant le n° de la police d'assurance :

**2404743a**

Le contrat est à la disposition des adhérents sur simple demande

## Dates limites d'inscription, Week Ends, Séjours...

Merci de respecter les **dates limites** d'inscription mentionnées dans ce programme.

Pense aux **organiseurs**, et aux possibilités d'obtenir à l'avance des **tarifs de groupe !!**

Pour effectuer une réservation, un seul numéro : **04 78 00 54 92**

Pour les **week-ends et séjours**, ton inscription ne sera validée **qu'après versement** d'un chèque d'acompte à l'ordre de **RANDO'S RHÔNE ALPES**, dans la limite des **places disponibles**.

**Pense bien aussi** à préciser, lors de ton inscription, si tu disposes (ou non) d'un **moyen de locomotion**.

La participation aux week-ends et séjours est réservée aux **adhérents**.

## Météo...

**Une sortie peut être annulée au dernier moment à cause d'une trop mauvaise météo...**

En cas d'incertitude, appelle le téléphone portable correspondant au **RDV P**, ou à défaut le **répondeur de LYON** (04 78 00 54 92) la veille ou le matin de la rando (si celle-ci est annulée, l'indication figure **en fin d'annonce** ).

## Maintenant tu as toutes les informations mais avant de partir n'oublie pas ...

- Pour profiter pleinement d'une balade mieux vaut être au minimum équipé...
- de **bonnes chaussures montantes** (surtout pour les randos "montagnardes")
  - de **bâtons de marche** en cas de fort dénivellée (aïe mes genoux !)
  - d'un **k-way**, d'une **lampe de poche** et de **vêtements chauds**
  - d'un **sac à dos** pour un pique-nique **consistant**,
  - lunettes de soleil, crème solaire et casquette le cas échéant,
  - et d'**eau** !

## ... Et si tu as envie d'organiser une sortie...

N'hésite pas à solliciter l'équipe d'animation pour des conseils ou une co-organisation avec un membre de l'équipe. Nous tenons à ta disposition : cartes et topos, trousse de secours, à la permanence de Lyon

## RANDO'S à GRENOBLE, c'est ...

**Permanences, tous les mardis, au local C.I.G.A.L.E, de 20:30 à 22:00 ...**

### SAUF

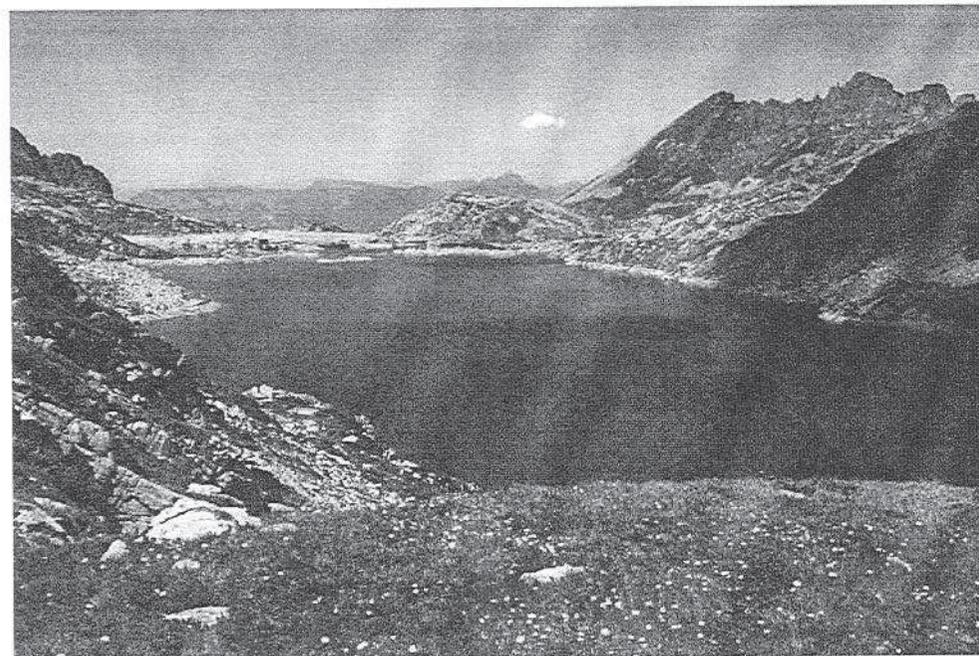
le **1er mardi de chaque mois, repas type auberge espagnole** (chacun apporte un plat), **à partir de 20:00**

Des **repas conviviaux** sont organisés périodiquement par l'antenne RANDO'S de Grenoble.

Ils font l'objet d'un avis transmis par courrier auprès des adhérents grenoblois.

### ↳ C.I.G.A.LE RANDO'S

8 rue sergent Bobillot à Grenoble  
Téléphone : 04 76 43 40 71  
Animateur : DANIEL



## RANDO'S à LYON c'est ...

L'antenne de Lyon vous accueille à partir de 19h30 le 4ème jeudi de chaque mois pour une permanence suivie d'une auberge espagnole dans les locaux d'ARIS, dans le 1<sup>er</sup> arrondissement.

L'équipe d'animation (Michèle M., Christian P., Jean-Marc P., Christian E, Jean François N.) élabore un programme trimestriel comprenant diverses activités sportives et culturelles (ciné, musées, pique-nique, concerts, théâtre...). Il est envoyé aux adhérents du Rhône par courrier ou courriel.

Dans un souci d'économie et de rapidité, pensez à nous communiquer votre adresse e-mail

à : [Randos.lyon@free.fr](mailto:Randos.lyon@free.fr)

Toutes les bonnes volontés sont bienvenues pour proposer de nouvelles activités.

ARIS  
19 rue des Capucins  
Lyon 1<sup>er</sup>  
☎ 04 78 27 10 10

**A noter...**

Michel C. se propose  
d'organiser des randos  
(pédestres, raquettes,  
VTT) **dans la semaine.**  
Tel : 06.71.17.71.99

Animateur de l'antenne de Lyon : JEAN-FRANÇOIS.



## RANDO'S à St ETIENNE c'est ...

Un programme d'activités (soirée jeux un mercredi par mois, piscine tous les mardis, jogging tous les jeudis, repas resto trimestriel) est édité chaque trimestre.

**N'hésite pas à le demander si tu es intéressé !!!**

Une permanence avec un **repas type auberge espagnole le 1er mercredi de chaque mois** de 20h à 22 heures à Actis

### ACTIS

6, rue Michel Servet  
à proximité de la FNAC  
(angle rue Brossard)  
N° de tél : 06 71 85 10 00  
Adresse courriel : [randos-st-etienne@wanadoo.fr](mailto:randos-st-etienne@wanadoo.fr)  
Animateur de l'antenne de St Etienne : JEAN-LOUIS



## RANDO'S est aussi sur le WEB

Le site internet de Rando's existe depuis septembre 2001.  
Il est accessible avec ce lien

<http://www.randos-rhone-alpes.org>

En plus du programme papier, vous y trouverez des infos de dernière minute, le programme trimestriel des 3 antennes GRENOBLE, LYON et ST-ETIENNE, ainsi que de belles photos des sorties effectuées.

Les statuts de l'association seront bientôt disponibles également.  
Serge récolte vos adresses e-mails pour faciliter les échanges d'infos sur :

[randoz@libertysurf.fr](mailto:randoz@libertysurf.fr)

Alors bon surf



## *l'édito du président*

Chèr( e ) adhérent( e ) ,

L'hiver plutôt long et neigeux, semble s'être fait oublier avec la venue d'un printemps radieux et chaud, espérons qu'il favorisera la bonne tenue de nos sorties qui ont été quelque peu malmenées entre l'automne et l'hiver !

Je tiens à remercier les adhérent( es ) qui se sont mobilisés pour ce programme n°37 qui se prolongera **un mois de plus** pour donner plus de temps à notre claviste Jean François qui constituera notre programme hiver-printemps.

L'AG du 22 janvier dernier, nous a permis de faire le toilettage de nos statuts et de repartir d'un bon pied, après la diminution du nombre des adhérents en 2004, dans un esprit de rassemblement, avec un débat où chacun a pu exposer ses points de vue.

Nous changeons de rythme au niveau de l'**adhésion** qui ne se fera plus au trimestre mais à **l'année dès 2006** ( adhésions et renouvellements en 2005 au prorata de l'année écoulée )

Une cotisation équivalente à 75% du tarif habituel sera réservée aux adhérents des associations qui nous hébergent ( Aris, Actis , Cigale ) ainsi qu'aux chômeurs.

Notre **boite postale change** et sera désormais hébergé chez Aris

RANDO'S RHONES - ALPES  
c/o ARIS - BP 1125,  
69203 LYON CEDEX 01

Nous saluons l'**entrée au CA** de Jean-François , Christian et Michèle (elle représentera un peu plus nos adhérentes). Cela créera plus de mixité comme cela nous a parfois été demandé lors de **notre enquête** ( voir envoi ci joint ) où 25% de nos randosiens nous ont apporté leurs réponses .

Pour info, l'assurance Maif qui couvre nos activités tolère un petit nombre de non-adhérents pour une sortie .

Ce programme propose donc une plus grande variété que les précédents, avec plusieurs sorties VTT, plusieurs week-end dont un rando et culturel, deux séjours d'été au Pays Basque et dans le Chablais, ce dernier étant particulièrement destiné à un échange entre Randos-Ile-de France et Rhône-Alpes .

Ne pas oublier , bien sûr, **la réunion de Septembre** à St Etienne et la **Gay Pride le 18 juin 2005** pour le zeste de militantisme !

Bonnes randonnées à toutes et tous et à bientôt sur les chemins.....

Gérard

**DIMANCHE 1<sup>ER</sup> MAI** Rando **PARC REGIONAL DU PILAT**

## LE SENTIER DES HAUTEURS

Par Gérard G.

☎ 06.11.10.65.11

Venez vous réchauffer, par ce début de mai, sur le plateau sud du Pilat, versant exposé où l'on rencontre des chataigniers mais aussi de nombreux arbres fruitiers (cerisiers). Les maisons traditionnelles affirment un caractère méridional. Nous découvrirons l'église de St Appolinard recouverte de tuiles polychromes et le musée de la TSF. Beaux points de vue.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **facile** 4 h pour 14 km et 400 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 30

RDV A : St Etienne (Rond Point) avant 9 h 30

RDV L : Sur demande, avant 10 h 30 à St Appolinard



**DIMANCHE 8 MAI** Rando **ARDECHE**

## Circuit LE GRAND HUIT

Par Alain C. et Hubert S.

☎ 06.62.55.59.20 ou 06.70.75.60.43

Ce parcours vallonné vous offrira de remarquables points de vue sur les Alpes et le Dauphiné

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **moyen** 6 h 30 pour 20 km et 500 m de dénivelée

RDV A : Lyon et St Etienne (Rond Point) avant 8 h 30

RDV P : SARRAS, place de la mairie avant 10 h 00



**DIMANCHE 8 MAI** Rando **VERCORS**

## LE SENTIER GOBERT ET LE BALCON EST

Par Bernard B. et Daniel O.

☎ 06 71 85 08 67

Depuis la Conversaria nous suivrons le chemin des pâtres, puis nous passerons le Col Vert pour emprunter le "balcon est" jusqu'au Col de l'Arc. Retour par le sentier Gobert.

Belles vues sur les massifs entourant Grenoble est le Val de Lans

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **moyen** 6 h 00 pour 600 m de dénivelée

RDV P : Grenoble, avant 8 h 00

RDV A : Lyon avant 7 h

RDV L : Villard de Lans, parking de la "Conversaria" avant 9 h 00



**DIMANCHE 15 MAI** Rando **ARDECHE- Ht VIVARAIS**

## ARDECHE VERTE PITTORESQUE

Par Jean J.

☎ 06.15.59.70.00

Du village de Thorrenc, avec son château et son viaduc, nous grimperons sur le plateau du Haut Vivarais, à 400m, pour rejoindre la vallée de la Cance et ses gorges étroites.

Retour : peut-être par l'ancienne voie de chemin de fer reliant la vallée du Rhône au berceau de la locomotion.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **moyen** 6 h 00 pour 18 km - 400 m de dénivelée

RDV P : Chanas sortie A7, avant 9 h 30

RDV A : Lyon avant 8 h 30

RDV L : St Etienne Rond Point avant 8 h 30



**DIMANCHE 22 MAI** VTT **MONTS DE LYONNAIS**

## Sur la voie du train monorail de PANISSIERES

Par Max B.

☎ 06 71 85 08 67

Le circuit suit en grande partie l'ancien tracé de la voie du "monorail", à travers les pins sylvestres et des boules granitiques.

prévoir : 1 repas hors sac

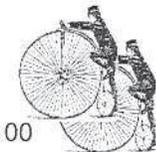
niveau : **moyen** avec qq passages techniques

4 h 00 pour 28 km (66 % de sentier)

RDV P : St Etienne Musée d'art moderne, avant 10 h 00

RDV A : Lyon avant 9 h 00

RDV L : Parking de l'église de Salt – en – Donzy



**DIMANCHE 29 MAI** élections

Si vous souhaitez voter, organisez vous en conséquence, avant ou après la rando

**DIMANCHE 29 MAI** Rando **OISANS**

## PIGNET DE NANTES

Par Christian B.

☎ 06 71 85 08 67

Montée régulière le long d'un épaulement. 1<sup>ère</sup> partie en forêt, 2<sup>ème</sup> partie en prairie, vaste panorama sur le plateau Matheysin, ainsi que sur le Vercors, le Devoluy, le massif des Ecrins et celui du Taillefer.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **moyen** 5 h 00 - 1000 m de dénivelée

RDV P : Grenoble, avant 8 h 30

RDV A : Lyon avant 7 h 30

RDV L : Nantes en Rattier(mairie) avant 9h30



**DIMANCHE 29 MAI** *Ballade* **MONT D'OR**  
**DE L'ILE BARBE AU MONT CINDRE**

Par Philippe S.

☎ 06.64.39.47.97

Ballade urbaine qui permet d'admirer le patrimoine architectural de l'île Barbe et la richesse des belles propriétés lyonnaises. Beaux panoramas. Peu de chemins de terre mais des routes calmes.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **facile** 3 h 30 pour 10km - 300 m de dénivelée

RDV P : Lyon, avant 10 h 00

RDV A : St Etienne – Rond Point avant 9 h 00

RDV L : Place Henri Barbusse – St Rambert (Lyon 9) avant 10 h 30



**DIMANCHE 5 JUIN** *VTT ou Vélo* **MONTS DU LYONNAIS**  
**VELO A SAIN BEL**

Par Christian C.

☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

Départ de Sain Bel, passage par Ancy, St Julien sur Bibost, retour à Sain Bel.

Possibilité de retour en train vers St Paul ou à Vélo jusqu'à Lyon par la croix du banc, Craponne.

prévoir : Billet de train (St Paul – Sain Bel)

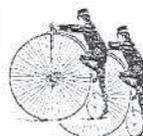
niveau : **facile** 2 h 30 pour 32 km - 480 m de dénivelée

ou **moyen** 4 h 30 pour 60 km - 940 m de dénivelée

RDV P : Lyon, avant 12 h 30 pour prendre le train de 13h15 à Lyon St Paul

RDV A : St Etienne – Rond Point avant 11 h 45

RDV L : Sain Bel 14 h 00 gare SNCF



**DIMANCHE 5 JUIN** *Rando* **BELLEDONNE**  
**POINTE DU ROGNIER**

Par Paul L.

☎ 06 71 85 08 67

Vue plongeante sur la Maurienne, panorama 360° sur la Lauzière, Bauges, Chartreuse et plus loin encore !!!

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **difficile** 6 h 00 - 1200 m de dénivelée

RDV P : Grenoble , avant 7 h 30

RDV A : Lyon avant 6 h 30



**SAMEDI 11 JUIN** *Soirée dansante* **GRENOBLE**

**Ouverture de la semaine d'animation CIGALE**



Salle Jean Macé à partir de 22 h 00

(Quartier de la gare, 19 rue Charles Berthier Grenoble)

**SAMEDI 11 ET DIMANCHE 12 JUIN** *Week-end* **PLATEAUX ARDECHOIS**

**THEATRALE RANDONNEE EN HAUTE-ARDECHE**

Par Jean-Louis M.

☎ 06.73.75.82.08

Randonnée au Mont Mézenc le samedi :

(5h00 ; 17 Km ; 400 m de dénivelée ; niveau facile)

Balade au Mont Gerbier des Joncs le dimanche matin

(2h00 ; 9 Km ; facile) suivie du repas typique.

Puis café-théâtre au gîte l'après-midi.

Hébergement : au gîte « les Padgels » hameau de Beauregard

07630 Le BEAGE 04.75.38.84.75.

Coût prévisionnel hors frais de route : 56 euros

Réserver avant le 22 mai 2005 ; Acompte à verser : 20euros

prévoir : 1 repas hors sac (samedi midi) + draps ou sac de couchage

niveau : **Facile** voir ci-dessus

RDV P : St Etienne – Rond Point avant 9h00

RDV A : Lyon avant 8 h 00

RDV L : hameau de Beauregard avant 11 h 00



**MERCREDI 15 JUIN** *Rando nocturne* **LES MONTS D'OR**  
**DECOUVRIR LE GRAND LYON A PIED LE SOIR**

Par Olivier V.

☎ 06.07.28.89.53

Profitions des longues soirées de juin où le soleil se couche très tardivement. Circuit allant de St Didier au Mont d'Or à St Cyr au Mont d'Or en passant par le bois de St Fortunat.

prévoir : 1 repas hors sac, tickets TCL

niveau : **facile** 2 h 00 pour 3 à 4 km - 100 m de dénivelée

RDV P : Lyon – place Bellecour (office du tourisme), avant 18 h 45 pour aller prendre le bus 22 à Vaise. Retour par bus 20.



**VENDREDI 17 JUIN** **Rando nocturne** **GRENOBLE**

**Site indéfini à ce jour**  
*Par Bernard B. et Daniel O.* ☎ **06 71 85 08 67**

Départ du local Cigale en co-voiturage, petite rando, pique-nique au coin du feu, redescente à la frontale.

niveau : **facile**

RDV P : Grenoble, local Cigale (8 rue sergent Bobillot) avant 18 h 00



**SAMEDI 18 JUIN** **Lesbian & Gay Pride** **LYON**

Si vous souhaitez que Rando's soit représentée officiellement lors de la marche des fiertés du 18 à Lyon, merci de faire expressément part de votre participation auprès de Gérard soit par mail, randoz@libertysurf.fr, soit par téléphone au 04.78.00.54.92.

**A défaut de quoi il n'y aurait pas de représentation de Rando's Rhône Alpes à cette manifestation.**



**DIMANCHE 19 JUIN** **Rando** **HAUTE LOIRE**

**St Julien Chaptueil : sur les pas de Robert Stevenson**  
*Par Philippe D.* ☎ **06.62.21.62.85**

1<sup>ère</sup> partie sur une ancienne voie romaine avec vue sur un château en pierre de lave, une ferme typique au toit de chaume... Puis parcours sur la Transcévennole, ancienne voie ferrée (avec tunnel). Arrivée sur le viaduc de la Récoumène où nous pourrions éventuellement encourager les amateurs de saut à l'élastique.

prévoir : 1 repas hors sac, et pour le tunnel : une lampe, un vêtement chaud et 2 sacs étanches (pour les pieds)

niveau : **facile** 4 à 5 h pour 17 km (dont 2,6 dans le noir - déviation possible) - 250 à 300 m de dénivelée

RDV P : St Etienne Rond Point avant 9 h 15  
 RDV A : Lyon avant 8 h 15  
 RDV A : Yssingeaux Super U (2<sup>ème</sup> sortie Yssingeaux) avant 10 h 15  
 RDV L : Viaduc de la Récoumène – Monastier sur Gazeille 11 h 00



**DIMANCHE 19 JUIN** **VTT ou Vélo** **MONTS DU LYONNAIS**

**DE RIVE DE GIER A LYON**  
*Par Christian C.* ☎ **06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00**

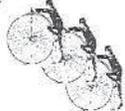
Montée depuis Rive de Gier à St Martin la Plaine, Ste Catherine, Riverie, St André la Côte, St Martin en Haut, Thurins, Soucieu en Jarrest, Brignais, l'Observatoire, Fort de Lorette, Oullins, La Mulatière, Lyon quais de Saône

prévoir : Billet de train (Lyon Part Dieu – Rive de Gier)  
 1 repas hors sac

niveau : **Diificile** 5 h 00 pour 55 km (route) - 900 m dénivelée

RDV P : Lyon, avant 8 h 30 pour prendre le train de 9 h 15 à Lyon Part Dieu

RDV A : St Etienne Chateaucieux avant 9 h 00 (train à 9h15)  
 RDV L : Rive de Gier 9 h 45 gare SNCF



**SAMEDI 25 ET DIMANCHE 26 JUIN** **Week-end** **PARC NATIONAL DE LA VANOISE**

*Par Christophe S. et Jérôme V.* ☎ **06-13-43-33-96**

- 1<sup>er</sup> jour : à Pralognan, à l'entrée du Parc de la Vanoise(1750m), nous gravirons le Petit Mont-Blanc (2677m). Vu sur les Alpes avec table d'orientation. Puis nous rejoindrons le refuge du Roc de la Pêche (1911m).

**moyen/difficile**: 5 h pour 9 km et 1000 m de dénivelée.

- 2<sup>ème</sup> jour : départ du refuge pour rejoindre le col Rouge (2731m). Les plus courageux pourront continuer jusqu'à l'aiguille des Corneillets (3055m). Retour aux véhicules.

**moyen/difficile** 7 h pour 10 km et 900 m de dénivelée.

**Hébergement** : refuge du Roc de la Pêche (1911m) - adresse : La Motte, 73710 Pralognan la Vanoise - téléphone : 04-79-08-79-75 - 60 places, sauna, hammam, jacuzzi

**Particularité** : ce refuge peut être réservé en exclusivité par un groupe. Donc le jour où nous réserverons le refuge il se peut qu'il soit complet. **A ce moment là, la randonnée sera annulée.**

Coût : 53€/personne (repas, nuit, petit déjeuner, draps compris, linge de toilette non fourni)  
 acompte à verser : 27€/personne avant le 1er mai

prévoir : 2 repas hors sac (midi)  
**possibilité achat, avec réservation, au refuge : 8€**

niveau : **moyen** voir ci-dessus

RDV P : organisation en fonction des réservations  
 RDV L : Pralognan la Vanoise, parking les Ruelles au dessus du hameau des Prioux à 11h00



**DIMANCHE 26 JUIN** Rando **VERCORS**

### LE MOUCHEROTTE DEPUIS St NIZIER

Par Christian C. ☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

Panorama sur Grenoble, le Vercors, Belledonne, La Chartreuse, et éventuellement plus loin en fonction du temps

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **moyen** 4 h 00 pour 15 km - 800 m de dénivelée  
RDV P : Lyon, avant 8 h 15  
RDV A : Grenoble avant 9 h 15  
RDV L : St Nizier du Moucherotte, parking au dessus du tremplin de saut à ski avant 10 h 00



**DIMANCHE 3 JUILLET** Rando **CHARTREUSE**

### LE GRAND MANTI PAR LE CIRQUE DE SAINT MEME

Par Emmanuel F. et Yann E. ☎ 06.16.72.04.75

Le cirque de St Mème, source du Guiers Vif, animé par de nombreuses cascades, se ferme par une paroi impressionnante. C'est pourtant par celle-ci, grâce à des passages aériens (chaînes, échelles) que nous atteindrons le haut plateau, jusqu'aux crêtes où s'ouvre le vaste panorama sur Belledonne.

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **difficile** 5 h 00 - 940 m de dénivelée  
sujets au vertige s'abstenir (passages aériens)  
RDV P : St Pierre d'Entremont, face à l'office du tourisme, avant 9 h 00  
RDV A : Grenoble avant 8 h 00  
RDV A : Lyon, avant 7 h 30



**DIMANCHE 3 JUILLET** Vélo **MONTS DU LYONNAIS**

### CIRCUIT DES COLS DU LYONNAIS

Par Christian C. ☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

Passage par les grands cols des Monts du Lyonnais, en restant sur les crêtes. Nombreux points de vue.

Lyon > Oullins > Chaponost > Brindas > Vaugneray > Col de la Luère > Col de Malval > Yzeron > St Martin en Haut > Riverie > St Sorlin > Chaussan > Rontalon > Thurins > Soucieu en Jarrest > Brignais > St Genis Laval > Oullins > Lyon

Possibilité de raccourcir

prévoir : 1 repas hors sac, boisson, éviter les sacs à dos (-> sacoches)  
niveau : **difficile** 6 à 7 h 00 pour 90 km (route) - 1200 m de dénivelée  
RDV P : Lyon, avant 8 h 30  
RDV A : St Etienne Rd Point avant 7 h 45  
RDV L : Oullins - parking Intermarché (route de Chaponost) avant 9 h 00



**DIMANCHE 10 JUILLET** Vélo **PILAT**

### LES GRANDS COLS DU PILAT

Par Christian C. ☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

Un panorama sans égal sur toute la région depuis les sommets.  
St Chamond > Croix de Chaubouret > Crêt de la Perdrix > Col de l'Oeillon > Crêt de l'Oeillon et de Botte > Croix du Collet > Pelussin > Condrieux > St Clair les Roches

3 possibilités :

- grande traversée : St Chamond, les 3 crêts, St Clair
- circuit moyen St Chamond > Crêt de la Perdrix, Doizieux St Chamond
- grand circuit : St Etienne > St Chamond > Crêt de la Perdrix, Doizieux > St Chamond > St Etienne

prévoir : 1 repas hors sac, boisson, éviter les sacs à dos (-> sacoches)  
billets de train pour Rive de Gier, + retour (fonction du circuit)  
niveau : **difficile** 5 à 6 h 00 pour 54 à 69 km (route) - 1560 m de dénivelée (possibilité de réduire)

RDV P : Lyon, avant 8 h 30 pour train Part Dieu à 9 h 15  
RDV A : St Etienne Rd Point avant 9 h 15 ou Chateaucieux  
RDV L : Gare SNCF de Rive de Gier avant 9 h 45



**DU 9 AU 16 JUILLET** Séjour **PAYS BASQUE**

### ST MARTIN D'ARBEROUE

Par Joseph P. ☎ 04.78.00.54.92

Séjour dans un gîte pour 8 personnes.

Le programme détaillé sera envoyé aux participants.

Le gîte étant déjà complet, il y a possibilité de participer aux activités pour ceux qui le souhaitent et qui auront trouvé un hébergement dans le voisinage (gîte, camping ou autre).

coût : 93 euros



**DU 16 AU 23 JUILLET** Séjour **PAYS BASQUE**

### ST MARTIN DE SEIGNANX

Par Joseph P. ☎ 04.78.00.54.92

Séjour dans un gîte pour 6 personnes.

Le programme détaillé sera envoyé aux participants.

Le gîte étant déjà complet, il y a possibilité de participer aux activités pour ceux qui le souhaitent et qui auront trouvé un hébergement dans le voisinage (gîte, camping ou autre).

coût : 101 euros



**DIMANCHE 17 JUILLET** Rando St ANTOINE L'ABBAYE

## LA VOIE DES ANTONINS

Par Martine C.

☎ 06 07 28 89 53

Promenade de combes avec des vues panoramiques sur le pays de Saint Marcellin, le Vercors et la Chartreuse.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **moyen** 5 h 00 – 18 km - 380 m de dénivelée

RDV P : Lyon, avant 8 h 30

RDV L : Sur demande



**DIMANCHE 24 JUILLET** Rando PILAT

## LES 3 CRÊTS

Par Christian C.

☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

Depuis les crêts du Pilat (Crêt de l'Oeillon, Crêt de la Perdrix, Crêt de Botte) vue sur toute la vallée du Rhône, le Lyonnais, le Forez et le Massif Central. Si le temps le permet même les Alpes !

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **difficile** 7 h 00 pour 20 km - 1050 m de dénivelée

RDV P : Lyon, avant 8 h 30

RDV A : St Etienne Rd Point avant 9 h 00

RDV L : Doizieux avant 9 h 30



**DU 25 AU 30 JUILLET** Séjour CHABLAIS – ALPES DU NORD  
**THOLLON LES MEMISES** Echange avec Rando's Ile de France

Par Gérard G.

☎ 06.11.10.65.11

Séjour dans un gîte pour 8 personnes (10 éventuellement),.

Randonnées de difficulté moyenne (4 à 6 h, 400 à 900m de dénivelée ), baignade, visite du patrimoine le long du Léman, gorges, fromagerie ...

Le programme détaillé sera envoyé aux participants.

Hébergement : gîte d'étape – l'Odyssée montagnarde, Thollon

les Mémises – Lajoux (1000m) - chambres de 2

personnes –

28€ /j en demi-pension - (draps en option 3€)

coût : Env. 180 euros – acompte à verser 80€ avant le 30 juin

prévoir : 1 repas hors sac (pour le 25),

bonnes chaussures, maillot et serviette de bain, ...



**DIMANCHE 31 JUILLET** Rando BELLEDONNE

## LE ROCHER BLANC

Par Emmanuel F. et Yann E.

☎ 06.16.72.04.75

Du sommet que nous atteindrons par le col de l'Amiante, vaste panorama sur la vallée d'Arves, le col de la croix de fer, l'Etendard, les lacs des 7 Laux.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **difficile** 6 h 30 - 1200 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 8 h 00

RDV A : Lyon, avant 7 h 00

RDV L : Sur demande



**DIMANCHE 31 JUILLET** Vélo BEAUJOLAIS

## TRAVERSEE DU BEAUJOLAIS – Le Mont St Rigaud

Par Christian C.

☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

Itinéraire très sportif en cols : col de la croix des fourches (776m), sommet du mont St Rigaud très raide à la fin (20%) 1009m, ...

Point de vue superbe depuis le mont St Rigaud (jusqu'aux Alpes !)

Traversée depuis Amplepuis > St Just d'Avray > Grandis > Lamure / Azergues > Chenelette > Mt St Rigaud > Col de Crie > Avenas > La Terrasse > Villié Morgon > Rizay > Belleville

prévoir : 1 repas hors sac, boisson, éviter les sacs à dos (-> sacoches) billets de train pour Amplepuis + retour de Belleville

niveau : **difficile** 6 à 7 h 00 pour 80 km (route) - 1400 m de dénivelée

RDV P : Lyon, avant 7 h 45 pour train Part Dieu à 8 h 25

RDV A : St Etienne Chateaucieux (train à 6 h 55)

RDV L : Gare SNCF de Amplepuis avant 9 h 15



**DIMANCHE 7 AOUT** Rando CHARTREUSE

## LA MISERICORDE ET HURTIERE

Par Bernard B. et Daniel O.

☎ 06 71 85 08 67

Départ en direction du pas de la miséricorde, nous remonterons le ruisseau de l'Hérétang pour atteindre le refuge d'Hurtière. Retour par le col d'Hurtière et la prairie de la Charminelle.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **difficile** 7 h 00 - 1000 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 8 h 00

RDV A : Lyon, avant 7 h 00

RDV L : Col de la placette,

parking route forestière des 3 fontaines avant 9 h 00



**DIMANCHE 14 AOUT** Rando **BAUGES**  
**TRAVERSEE PEVLOZ / ARMENE PAR ARETE OUEST**

Par Paul L.

☎ 06 71 85 08 67

Situé au cœur de la réserve des Bauges, cet itinéraire, peu fréquenté à la montée, est un repaire de chamois et de mouflons.

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **difficile** 8 h 00 - 1300 m de dénivelée  
RDV P : Grenoble avant 7 h 30  
RDV L : Ecole avant 8 h 45



**SAMEDI 13** Week-end Vélo **ALPES DE HTE PROVENCE**  
**AU LUNDI 15 AOUT** Mercantour - Ubaye  
**CAMPING ET VELO A BARCELONNETTE**

Par Christian C.

☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

- 1<sup>er</sup> jour : Col de Vars (2111 m) : Difficile 5 h (dont 3h30 de montée) pour 60 km et 1000 m de dénivelée.
- 2<sup>ème</sup> jour : Col Cime de la Bonette (2802 m) : Très difficile 6 h (dont 4h30 de montée) pour 64 km et 1700 m de dénivelée.
- 3<sup>ème</sup> jour : Col de la Cayolle (2327 m) : Difficile 5 h (dont 3h30 de montée) pour 60 km et 1200 m de dénivelée.



prévoir : 3 déjeuners + petits déjeuners hors sac, boisson, éviter les sacs à dos (-> sacoches). Matériel de camping et de cuisine.  
coût : Acompte de 15 € avant le 1<sup>er</sup> août  
RDV : Contacter Christian

**DIMANCHE 21 AOUT** Rando **MACHEZAL (Vers Tarare)**  
**LE PIN BOUCHAIN**

Par Michèle M.

☎ 06 07 28 89 53

Cette randonnée, proposée conjointement avec Rando's Auvergne, comporte de magnifiques panoramas sur la plaine et les monts du Forez et sur les monts de Tarare.

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **facile** 4 h 30 - 14 km - 350 m de dénivelée  
RDV P : Lyon avant 9 h 00



**DIMANCHE 28 AOUT** Rando **LA MURE - VALBONNAIS**  
**PLANCOL**

Par Jean-Marc S.

☎ 06 71 85 08 67

Sur un GR de pays Tour de Valbonnais - Beaumont, au départ de Moulin Vieux, nous allons découvrir une vallée au pied du Taillefer.

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **moyen** 650 m de dénivelée  
RDV P : Grenoble avant 8 h 00  
RDV A : Lyon avant 7 h 00  
RDV L : Moulin Vieux avant 9 h 00



**DIMANCHE 4 SEPTEMBRE** Rando **CHARTEUSE**  
**CHARMANT SOM ET PINEA**

Par Jean-Luc M. et Rémi G.

☎ 06.12.45.69.29

Montée du col de la Charmette au Charmant Som, redescente à la bergerie (possibilité d'acheter du fromage), puis crêtes du Mont Fromage. Ascension de la Pinéa (facultative) et redescente raide sur Girieux. Puis retour assez long vers le col de la Charmette.

prévoir : 1 repas hors sac - une lampe (frontale) au cas où ...  
niveau : **difficile** (de par sa longueur) 8 h 800 m de dénivelée  
RDV P : Grenoble avant 8 h 30  
RDV A : Lyon avant 7 h 30  
RDV L : Col de la Charmette avant 9 h 15  
(montée par St Egrève et Poveyzieux)



SAMEDI 10 SEPTEMBRE

SAINT - ETIENNE

### Préparation du prochain programme (n° 38) du 1er décembre 2005 au 30 avril 2006

Comme chaque automne nous nous retrouvons pour raconter nos aventures estivales, comparer ce qui nous reste de bronzage, nous extasier sur les photos et boire le verre de l'amitié.

Mais avant cela, il aura fallu apporter votre contribution à la prochaine édition du programme hiver-printemps.

Randos à pied ou en raquettes, ski de piste ou de fond; dimanches, week-ends ou séjour, n'hésitez pas à vous lancer, quitte à demander l'aide d'un plus expérimenté ...

Hébergement possible sur place, sur demande auprès de l'antenne stéphanoise (06.71.85.10.00).

prévoir : 1 plat pour l'auberge espagnole – sac de couchage

RDV : 18 h 00 au local d'Actis 6, rue Michel Servet à proximité de la FNAC (angle rue Brossard) tél : 06 71 85 10 00



DIMANCHE 11 SEPTEMBRE Rando

HAUT FOREZ

### CIRCUIT DU PIED DU BON DIEU

Par Jean-Louis M.

☎ 06.73.75.82.08

Un circuit à forte ambiance montagnarde, avec de grands bois, de soudaines échappées, des villages de clairière, de vieux chemins, et un riche patrimoine à Marols

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **facile** 5 h 00 - 485 m de dénivelée

RDV P : St Etienne Rond Point avant 10 h 00

RDV A : Lyon avant 9 h 00

RDV L : Sur demande



DIMANCHE 18 SEPTEMBRE Rando

OISANS

### TOUR DE L'OISANS ET DU HAUT DAUPHINE

Par Bernard B. et Daniel O.

☎ 06 71 85 08 67

Du hameau nous suivrons le GR 54 jusqu'aux ruines du Chalet Jossierand, ensuite nous prendrons le GR 50 direction le lac des Mourette puis le lac Lovitel en profitant des points de vue sur les massifs et le lac du Chambon (passage délicat), fin = Mizoen (1190 m) où nous aurons laissé un véhicule pour faire la navette jusqu'à Besse.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** (mais long) 8 h 00 - 800 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 7 h 00

RDV L : Village de Besse lieu-dit les Granges du Gay (1550m) 8 h 30



DIMANCHE 18 SEPTEMBRE Rando

ARAVIS

### LA TOURNETTE 2361m versant ouest

Par Christian C.

☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

Point de vue sur le lac d'Annecy, panorama sur les Aravis, la Chartreuse et le Mont Blanc (par temps clair).

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **difficile** 7 h 00 pour 20 km - 1350 m de dénivelée

RDV P : Lyon, avant 6 h 45

RDV A : Grenoble avant 7 h 15

RDV L : Montmin (proche col de la Forclaz entre Faverges et Doussard avant 9 h 00)



SAMEDI 24 ET DIMANCHE Week-end

BEAUFORTIN

25 SEPTEMBRE

rando

### LA TETE NORD DES FOURS - LAC DE ROSELEND

Par Gérard G. et Philippe P.

☎ 06.11.10.65.11

- 1<sup>er</sup> jour : Col du pré (1703 m) – Roche Parstire (2108 m)

Belle balade avec vue sur le lac de Roselend

3 h et 300 m de dénivelée

- 2<sup>ème</sup> jour : Plan de la Lai (1813 m) – Tête nord des Fours (2756 m) – Col du Bonhomme

Superbe randonnée avec sentier en crête donnant l'impression de toucher les nuages du bout des doigts.

6 h 30 et 900 m de dénivelée.

Hébergement : refuge CAF du plan de Lai. tél : 04.79.89.07.78  
possibilité de camper

prévoir : 2 repas hors sac + draps ou sac de couchage

coût : 28 € - Acompte de 10 € avant le 1<sup>er</sup> septembre

niveau : **Moyen** voir ci-dessus

RDV P : Lyon avant 8 h 30

RDV A : Grenoble avant 9 h 00

RDV L : Sur demande



DIMANCHE 25 SEPTEMBRE Rando

ECRINS

### TOUR DU PALETAS

Par Paul L.

☎ 06 71 85 08 67

Sentier aérien peu difficile avec vue sur les premiers contreforts de l'Oisans

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **difficile** 7 h 00 - 1100 m de dénivelée

RDV P : Grenoble, avant 8 h 30

RDV A : Lyon avant 7 h 30

RDV L : Cascade de Cofolens avant 9 h 30



**DIMANCHE 2 OCTOBRE** Rando **MONTS DU LYONNAIS**  
**EN PASSANT PAR TIREMANTEAU**

Par Jean-François N.

☎ 06.07.28.89.53

Balade dans les vergers, petits ruisseaux, fermes...  
Vue sur le Dauphiné et les Alpes

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **facile** 3 h 45 – 12 km - 462 m de dénivelée  
RDV P : Lyon avant 9 h 30  
RDV A : St Etienne Rond Point avant 9 h 00  
RDV L : Eglise de Rontalon



**DIMANCHE 9 OCTOBRE** Rando **DAUPHINE**  
**DROME DES COLLINES**

Par Jean J.

☎ 06.15.59.70.00

Depuis Manthes et son prieuré, nous rejoindrons levillage de Lens  
Lestang avec son église en galets. De 300 m nous monterons au plateau  
des Feytaux à 450 m. Retour à travers bois, petits sentiers et petites  
routes

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **moyen** 6 h 00 pour 20 km - 250 m de dénivelée  
RDV P : Manthes (26) avant 9 h 45  
RDV A : Lyon avant 8 h 30  
RDV A : St Etienne Rond Point avant 8 h 30  
RDV A : Grenoble avant 8 h 30



**SAMEDI 15 ET DIMANCHE** Week-end **TRIEVES**  
**16 OCTOBRE** rando  
**LE TOUR DU MONT AIGUILLE**

Par Martin L.

☎ 06 71 85 08 67

- 1<sup>er</sup> jour : Arrivée avant 18 h au gîte – repas pris en commun  
- 2<sup>ème</sup> jour : L'occasion de découvrir une des 7 merveilles du Dauphiné  
sous toutes ses facettes. Et en fonction de l'avancement de  
l'automne, les couleurs peuvent être extraordinaires.  
7 à 8 h 00 et 900 m de dénivelée.

Hébergement : 12 places en demi-pension (repas + nuit + petit déjeuner)

Au gai soleil du Mont Aiguille – La Richardière –  
Chichilianne – 04.76.34.41.71

prévoir : 1 repas hors sac + draps ou sac de couchage  
coût : 31 € la demi-pension – acompte de 10€ avant le 20 septembre  
niveau : **Moyen**  
RDV P : Grenoble avant 16 h 45  
RDV A : Sur demande



**DIMANCHE 16 OCTOBRE** Rando **MONTS DU LYONNAIS**  
**LA TOUR MONTAGRIN 1004 m depuis St Marcel**

Par Christian C.

☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

Paturages et forêts de conifères, point de vue depuis la tour Montagrín  
jusqu'aux Alpes. Visite de la tour Montagrín avec la table d'orientation  
(sous réserve que l'accès soit possible).

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **facile** 5 h 00 pour 15 km - 700 m de dénivelée  
RDV P : Lyon, avant 8 h 45  
RDV A : St Etienne Rond Point avant 8 h 15  
RDV L : Parking Salle des fêtes proche église St Marcel 10 h 00



**DIMANCHE 23 OCTOBRE** Rando **ARDECHE**  
**CIRCUIT DU MONTBARD**

Par Alain C. et Hubert S.

☎ 06.62.55.59.20 ou 06.70.75.60.43

Très belle randonnée centrée sur le Montbard d'où le point de vue est  
grandiose et qui mérite un arrêt.

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **facile** 5 h 30 pour 15 km et 300 m de dénivelée  
RDV A : Lyon avant 8 h 30  
RDV A : St Etienne (Rond Point) avant 9 h 00  
RDV A : Grenoble avant 8 h 00  
RDV P : Ardoix, place du gymnase avant 10 h 00



**DIMANCHE 30 OCTOBRE** Rando **PILAT**  
**CIRCUIT DES BELVEDERES CRET DE L'OEILLON**

Par Michèle M.

☎ 06 07 28 89 53

La longue crête dénudée du massif du Pilat offre d'incomparables  
belvédères sur la chaîne des Alpes et le Massif Central. A l'automne par  
temps clair, on peut voir le Mont Blanc.

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **facile** 3 h 00 pour 10 km et 120 m de dénivelée  
RDV P : Lyon avant 9 h 00  
RDV A : St Etienne (Rond Point) avant 9 h 30



**MARDI 1<sup>ER</sup> NOVEMBRE** Rando **MONTS DU LYONNAIS**  
**SENTIER DE DECOUVERTE DES CABORNES**

Par Joseph P.

☎ 06 07 28 89 53

Sympathique ballade du côté de Poleymieux

prévoir : 1 repas hors sac  
niveau : **facile**  
RDV P : Lyon avant 12 h 00  
RDV A : St Etienne (Rond Point) avant 11 h 00



**DIMANCHE 6 NOVEMBRE** Rando **MONTS DU LYONNAIS**

**PARC ANIMALIER DE COURZIEU – Col de Malval**

Par Christian C. ☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

Petite rando entre forêt et paturages. Visite du parc animalier. Point de vue sur Lyon et les Alpes par temps clair

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **moyen** 5 à 6 h 00 pour 17 km - 700 m de dénivelée

RDV P : Lyon, avant 8 h 30

RDV A : St Etienne Rond Point avant 8 h 15

RDV L : Parking Col de Malval avant 9 h 30



**DIMANCHE 20 NOVEMBRE** Rando **CHARTREUSE**

**LES ROCHERS DE CHALVES**

Par Jean-Luc M. et Rémi G. ☎ 06.12.45.69.29

Au départ de Mont St Martin, montée dans le sous bois jusqu'au refuge des Bannettes puis poursuite de la ballade, si l'on en a le courage, jusqu'au col d'Hurtière.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **moyen** 5 h 00 700 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 8 h 30

RDV A : **Lyon avant 7 h 30**

RDV L : Mont St Martin – parking dans virage en épingle à cheveux après le village 9 h 30



**DIMANCHE 27 NOVEMBRE** Rando **BEAUJOLAIS**

**COL DU CHATOUX**

Par Christian C. ☎ 06.71.48.09.73 ou 04.78.50.42.00

Sentier GR 76 sur les crêtes, parmi les forêts de conifères. Point de vue sur les Alpes par temps clair

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **moyen** 6 h 00 pour 17 km - 600 m de dénivelée

RDV P : Lyon, avant 10 h 00

RDV A : St Etienne Rond Point avant 9 h 15

RDV L : La Cantinière (à 1 km du col de Jocin – D118) 11 h 00



Week-ends organisés par Rando's Provence

**SAMEDI 30 AVRIL –** Week-end **GORGES DU VERDON**  
**DIMANCHE 1ER MAI**  
Par Laurent T. et MG ☎ 06.75.80.26.30

**SAMEDI 28 –** Week-end **LUBERON**  
**DIMANCHE 29 MAI**  
Par André, Roland, Eric ☎ 06.74.67.04.91

**SAMEDI 11 –** Week-end **GORGES DU BUECH**  
**DIMANCHE 12 JUIN**  
Par Claude M ☎ 06.19.69.49.70

2 séjours d'été par Rando's Auvergne

Séjours **MORVAN**  
**GORGES DU TARN**  
Par RANDO'S AUVERGNE ☎ 04 73 35 66 07



ASSOCIATION LOI 1901  
RANDO'S RHONES - ALPES  
c/o ARIS - BP 1125,  
69203 LYON CEDEX 01  
☎ : 04.78.00.54.92 de 20 h à 22 h  
[randoz@libertysurf.fr](mailto:randoz@libertysurf.fr)

## Bulletin d'adhésion

Nom : Prénom :

Né(e) le : (obligatoire pour l'assurance)

Adresse :

Code Postal : Ville :

Téléphone :

Adresse e-mail :

**Je désire adhérer à l'association RANDO'S et règle la somme de :**

- 24 Euros pour une année complète
- 18 Euros pour 3 trimestres (avril à décembre)
- 12 Euros pour 2 trimestres (juillet à décembre)
- 6 Euros pour 1 trimestre (octobre à décembre)
- , par chèque libellé à l'ordre de **RANDO'S RHÔNE ALPES.**

(25% de réduction pour les membres d'Aris, d'Actis, de Cigale ou les chômeurs, sur justificatif)

La cotisation inclut le montant de l'assurance et représente votre adhésion **jusqu'à la fin de l'année en cours**, à compter du premier jour du trimestre en cours à la date de l'adhésion.

Les adhésions sont toutes renouvelables en janvier (avant l'AG).

**Merci de rayez la mention inutile :**

**J'accepte** que mon identité ou/et ma photo figurent dans des publications de rando's rhône alpes (Programme, internet, article...)

**Je refuse** que mon identité ou/et ma photo figurent dans des publications de rando's rhône alpes (Programme, internet, article...)

Fait à : Le :

Signature :

merci de joindre une enveloppe timbrée à votre adresse,  
pour l'envoi de votre carte d'adhérent.

## ASSOCIATIONS AMIES (Demandez leurs programmes...)

### ARIS

19 rue des Capucins, 69001 LYON  
☎ 04 78 27 10 10

### FORUM GAY ET LESBIEN

17 rue Romarin, 69001 LYON  
Tel 04 78 39 97 72

### CARGO,

23 av Maréchal FOCH, 69220 BELLEVILLE  
☎ 06 07 38 88 99

### GAY LURONS

31 Bld Gabriel Péri 26100 ROMANS  
☎ 06 82 35 68 61

### CH'TI RANDO'S

BP 18, 59008 LILLE CEDEX  
☎ 03 20 23 52 10

### DIALOGAI

11,13 rue de la Navigation  
CP 69, 1211 GENEVE 21  
☎ 022 340 00 00

### EXTRA MUROS MIDI PYRENNÉES

BP439, 31009 TOULOUSE CEDEX  
☎ 05 61 33 09 47 ou 05 61 41 64 97

### RANDO'S LORRAINE

[www.multimania.com/randoslorainne](http://www.multimania.com/randoslorainne)  
64 place Loritz 54000 NANCY  
☎ 03 83 41 47 23

### ALSA'RANDO, Maison des associations

1 place des Orphelins,  
67000 STRASBOURG  
☎ 03 88 39 72 79  
[www.multimania.com/alsarando](http://www.multimania.com/alsarando)

### RANDO'S AUVERGNE

2 boulevard Trudaine  
63000 CLERMONT FERRAND  
☎ 04 73 35 66 07  
[agile-auvergne.org](http://agile-auvergne.org)

### RANDO'S ILE DE FRANCE

BP 67, 75561 PARIS CEDEX 12  
[randos.org](http://randos.org)  
☎ 01 48 56 64 42

### RANDO'S LIMOUSIN

BP 503 19015 TULLE CEDEX  
☎ 06 83 18 22 57  
[randoslimousin@aol.com](mailto:randoslimousin@aol.com)  
<http://pageperso.aol.fr/randoslimousin>

### RANDO'S MIDI

9 impasse du Tramway, 30000 NIMES  
☎ 04 66 84 51 06

### RANDONNEURS NANTAIS

42 rue des Hauts Pavés, 44000 NANTES  
☎ 02 40 75 25 65

### RANDO'S NORMANDIE

BP 35, 27150 ETREPAGNY

### RANDO'S PROVENCE

La Désirade E 49 rue de la Broue  
83980 LE LAVANDOU  
☎ 06 66 72.12 60

### CHEMIN DES CIMES

3 rue Lakanal, 34000 MONTPELLIER  
☎ 04 67 52 37 68

### RANDOS POITOU

BP 90188 86005 POITIERS CEDEX  
☎ 05 49 03 36 94

### GAYS RANDONNEURS LOIR ET CHER

☎ 02 47 51 79 56

### GAYS RANDONNEURS DE PROVENCE

Résidence les Frênes,  
3 rue des cités Louis Gros  
84000 AVIGNON  
☎ 04 90 82 30 33

# RANDO'S



*De la "randonette" à la rando costaud,  
et plein d'activités dans la convivialité!*

-  Randonnée, ski, raquettes, vtt...
-  Une sortie chaque semaine
-  Dimanche, week end et séjours
-  Sorties restos etc...

LYON : Permanence au local d'ARIS le 4<sup>ème</sup> jeudi de chaque mois : 06.07.28.89.53

St ETIENNE : Permanence au local d'ACTIS, le 1er mercredi de chaque mois : 06.71.85.10.00

GRENOBLE : Permanence au local de CIGALE, tous les mardis : 04.76.43.40.71

Renseignements Rando's : 04.78.00.54.92 (de 20 h à 22 h)

RANDO'S RHONES - ALPES c/o ARIS - BP 1125, 69203 LYON CEDEX 01

[randoz@libertysurf.fr](mailto:randoz@libertysurf.fr)