

RANDO'S



association loi 1901
RANDO'S RHONE - ALPES
BP 88403

69359 LYON CEDEX 08

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

Site web : www.randos-rhone-alpes.org

Programme
Numéro

45

ACTIVITES DE MAI A NOVEMBRE 2009



	Dates	Activité	Lieu	Niveau
Avril	Dim. 26	Randonnée	Chartreuse	Moyen
	Sam. 2	Visite	Lyon	Facile
Mai	Dim. 10	Randonnée	Ardèche	Moyen
	Week-end du 16 au 17	Randonnée	Vercors	Moyen
	Dim. 17	Randonnée	Loire	Facile
	Week-end du 22 au 24	Randonnée	Montpellier	Facile
	Dim. 24	Randonnée	Belledonne	Moyen
	Dim. 31	Randonnée	Ardèche	Moyen
Juin	Dim. 7	Randonnée	Bugey	Moyen
	Dim. 14	Randonnée	Chartreuse	Moyen
		Randonnée	Mont Salève (74)	Moyen
	Dim. 21	Randonnée	Jura	Moyen
	Week-end du 27 et 28	Gay Pride	Ile de France	Facile
	Dim. 28	Randonnée	Chartreuse	Moyen
VTT		Monts du lyonnais	Moyen	
Juillet	Week-end du 4 au 5	Rando VTT Ski	Haute Tarentaise	Facile
	Dim. 5	Randonnée	Chartreuse	Facile
	Dim. 12	Randonnée	Chartreuse	Moyen
	Week-end du 11 au 12	Randonnée	Ecrins	Difficile
	Mardi 14	Randonnée	Ecrins	Difficile
	Dim. 19	Randonnée	Vercors	Difficile
	Week-end du 25 au 26	Randonnée	Chablais	Difficile
Août	Dim. 2	Vélo	Ain	Facile
	Dim. 9	Randonnée	Chartreuse	Difficile
	Dim. 16	Randonnée	Belledonne	Moyen
	Week-end du 22 au 23	Randonnée	Dévoluy	Difficile
	Dim. 30	Randonnée	Bauges	Difficile
Septembre	Week-end du 5 au 6	Randonnée	Verdon	Moyen
	Dim. 6	Randonnée	Taillefer	Moyen
	Dim. 13	Randonnée	Beaujolais	Facile
	Dim. 20	Randonnée	Ardèche	Moyen
	Week-end du 26 au 27	Bronzette	Cote d'Azur	Facile
	Dim. 27	Randonnée	Taillefer	Difficile
Octobre	Dim. 4	Randonnée	Pilat	Facile
	Dim. 11	Randonnée	Vercors	Difficile
		Randonnée	Ardèche	Moyen
	Dim. 18	Randonnée	Pilat	Moyen
	Dim. 25	Randonnée	Ardèche	Facile
Novembre	Dim. 8	Randonnée	Bugey	Moyen
	Dim. 22	Randonnée	Bugey	Facile
	Dim. 29	Randonnée	Monts du lyonnais	Moyen
	Week-end du 5 au 6 Décembre	Visite	Fête des lumières	Facile

Editeur: Rando's Rhône-Alpes, BP 88403, 69359 Lyon Cedex 08

Directeur de la publication: Christophe VAGNER

Imprimeur: Lyon Copie 35 av des frères Lumière 69008 Lyon

Date de parution: Avril 2009

Dépôt légal : Avril 2009 - ISSN 1961-3245

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 essai avec nous.

N'hésite pas à remettre ta grasse matinée à un dimanche pluvieux.

L'**adhésion** n'est pas obligatoire **pour les deux premières sorties**, toutefois, **seul(e)s les adhérent(e)s** sont assuré(e)s.



Difficiles nos activités ???

Ça dépend ...

Le niveau de difficulté des activités proposées 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, avec éventuellement des passages techniques avec câbles, en à-pic, etc ...Toujours se renseigner avant la randonnée auprès de l'organisateur (trice).)



Un conseil quand même...

Il vaut mieux que avoir 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 sortie.

RDV A : Rendez-vous Annexe :

autre RDV permettant aux participants de se rassembler dans les voitures.

RDV L : Rendez-vous Local :

au plus près du départ de la randonnée.

➤ **Par courtoisie et pour éviter les "loupés", prévenir impérativement l'organisateur si tu préfères te rendre au RDV Local.**

... 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.
Métro: Garibaldi (Ligne D)

Celui de GRENOBLE :

Face au nouveau stade des Alpes.
Angle rue Joseph Chanrion
et boulevard Jean Pain, sous la
passerelle piéton.
Arrêt de Tramway: Hôtel de Ville

Celui de SAINT - ETIENNE :

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

Transport...

Le **transport** des participants jusqu'au
point de départ des sorties **n'est pas pris
en charge par l'association ni couvert
par le contrat d'assurance de
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) et parkings 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 survient pendant la sortie :

Inter Mutuelles Assistance : 0 800 75 75 75

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

MAIF : 2404743a

**merci de prévenir un des membres du bureau de
Rando's, secrétaire, trésorier(e) ou président(e).**

Le contrat est à la disposition des adhérent(e)s **sur simple demande.**

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

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

Pense aux **organisateurs**, 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 adhérent(e)s.

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...

- d'une **bonne réserve d'eau**, même en hiver !
- de **bonnes chaussures montantes** (surtout pour les randos "montagnardes")
- de **bâtons de marche** en cas de forte dénivelée (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**,
- de lunettes de soleil, de crème solaire et d'une casquette le cas échéant,
- pour les sorties "neige" dans les Alpes, de type ski de rando, ski de fond et raquettes prévoir l'équipement A.R.V.A. (Appareil de Recherche de Victimes d'Avalanches) + Sonde + Pelle à neige.

... 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.



ASSOCIATION LOI 1901

RANDO'S RHONE - ALPES

BP 88403

69359 LYON CEDEX 08

☎ : 04 78 00 54 92 de 20 h à 22 h

randos.rhone-alpes@laposte.net

Bulletin d'adhésion 2009

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 :

- 20 Euros pour une année complète,
- 10 Euros pour les étudiants et les chômeurs (merci de joindre une copie du justificatif),

par chèque libellé à l'ordre de RANDO'S RHÔNE ALPES.

La cotisation inclut le montant de l'assurance et représente ton adhésion **pour un an, à compter du premier jour du trimestre en cours à la date d'adhésion.**

Merci de rayer la mention inutile :

J'accepte / Je refuse que mon identité ou/et ma photo figurent dans des publications de Rando's Rhône Alpes (Programme, internet, article...)

J'atteste sur l'honneur être dans un état de santé compatible avec la pratique des sports proposés par l'association Rando's Rhône-Alpes.

Fait à :

Le :

Signature :

**merci de joindre une enveloppe timbrée à ton adresse,
pour l'envoi de ta carte d'adhérent(e).**

RANDO'S à GRENOBLE, c'est ...

Permanences **les 1^{ers} et 3^{èmes} mardis**, au local C.I.G.A.LE, de 20 h 30 à 22 h ...

Et le 1^{er} mardi de chaque mois, repas type auberge espagnole à partir de 20 h (chacun apporte un plat).

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

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

↳ C.I.G.A.LE RANDO'S

8 rue sergent Bobillot à Grenoble Téléphone : **06 71 85 08 67**

Courriel : randos38@laposte.net

Animateurs de l'antenne de Grenoble : Bernard BIAIS et Daniel ODOS

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(e) !!!

Une permanence avec un repas type auberge espagnole

le 1^{er} mercredi de chaque mois de 20 h à 22 h au local d'ACTIS.

ACTIS

6, rue Michel Servet à St Etienne à proximité de la FNAC (angle rue Brossard)

Courriel : randos42@laposte.net

Animateur de l'antenne de St Etienne : Jean POINAT

RANDO'S en Ardèche c'est ...

L'antenne Ardèche est animée par Alain COMEAT : 06 70 75 60 43

Courriel : randos07@laposte.net

RANDO'S en Drôme c'est ...

Pour contacter l'antenne de la Drôme Courriel : randos26@laposte.net

RANDO'S dans l'Ain c'est ...

Pour contacter nos ami(e)s de l'Ain Courriel : randos01@laposte.net

RANDO'S en Savoie c'est ...

Pour contacter nos ami(e)s de Savoie Courriel : randos73@laposte.net

RANDO'S en Haute Savoie c'est ...

Pour contacter nos ami(e)s de Haute Savoie Courriel : randos74@laposte.net

RANDO'S à LYON c'est ...

L'antenne de Lyon vous accueille à partir de 19h30 **le 3^{ème} jeudi de chaque mois** pour une permanence suivie d'une auberge espagnole ver 21 h dans les locaux d'ARIS.

Toutes les bonnes volontés sont bienvenues pour proposer de nouvelles activités sportives ou culturelles (ciné, musée, pique-nique, concert, théâtre,.....). Ces activités seront communiquées aux adhérents du Rhône par courrier ou courriel.

Dans un souci d'économie et de rapidité, pensez à nous communiquer votre adresse Courriel à : randos69@laposte.net

ARIS :

19 rue des Capucins Lyon 1^{er}

☎ 04 78 27 10 10

A noter...

Michel Cattoz se propose d'organiser des randos (pédestres, raquettes, VTT) **dans la semaine.**
Tel : 06 71 17 71 99

RANDO'S RHONE ALPES est aussi sur le WEB

Le site internet de Rando's Rhône-Alpes existe depuis septembre 2001.

Il est accessible avec le lien : www.randos-rhone-alpes.org

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



Merci à celles et ceux qui sont équipé(e)s d'Internet de bien penser à communiquer leur adresse électronique à :

randos.rhone-alpes@laposte.net

Cela nous permet de vous donner des infos de dernière minute, ajout, modification ou suppression de balade.

Membres du CA 2009

Alain COMEAT	Responsable de l'antenne Drôme-Ardèche
Christian CROUVEZIER	Animateur
Christian EYNAUD	Secrétaire (06 22 85 56 51)
Marianne K.	Animatrice
Jérôme L.	Animateur
Jean POINAT	Responsable de l'antenne de St Etienne
Yves ROUVIERE	Trésorier (04 78 00 54 92)
Christophe VAGNER	Président (06 85 49 93 74)
Olivier VL.	Animateur

DIMANCHE 26 AVRIL **Rando** **CHARTREUSE (38)**

LES BANETTES

Par Stéphane D.

☎ 04 76 42 36 41 ou 06 21 65 22 86

Vue sur les plaines de la région, voire Lyon si bien dégagé.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 4 h 30 pour 850m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 8h 00

RDV A : Lyon avant 7 h 00

RDV L : Parking dans le virage 1km après le village de Mont St Martin avant 9 h 00. Prévenir l'organisateur.



SAMEDI 2 MAI **Rando - Visite** **LYON (69)**

LE VIEUX LYON (1^{er} épisode)

Michel T.

☎ 04 72 41 99 61 (matin vers 9h00)

Lyon, capitale des Gaules et de la Gastronomie.

Pour inaugurer ce nouveau programme, Michel nous présentera St Georges, St Jean, St Paul et quelques traboules et autres lieux surprenants à découvrir. A la fin de la visite, le repas de midi pourra être pris au restaurant. Prévenir Michel pour réserver votre place avant le mercredi 29 avril.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Facile** 3 h pour une faible dénivelée

RDV P : Parvis de la Cathédrale St Jean (Lyon 5ème) avant 9h00 Métro Ligne D (station Vieux Lyon)

RDV A : St Etienne Rd Point / Grenoble avant 8 h 00

MARDI 5 MAI *Auberge Espagnole* **GRENOBLE (Cigale)**

MERCREDI 6 MAI *Auberge Espagnole* **ST ETIENNE (Actis)**

DIMANCHE 10 MAI *Rando* **NORD-ARDECHE (07)**

VION ET SES ENVIRONS

Alain Coméat

☎ **06 70 75 60 43**

Entre vallée du Rhône et plateau, un parcours assez ombragé à la découverte de l'église romane de Vion, du village de Lemps et des ruines du château Iserand

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 4 h pour 11 km et 440 m dénivelée cumulée

RDV A : Lyon – St Etienne Rd Point- Grenoble avant 10 h 00

RDV P : Parking au centre du village de Vion (07) à 11 h 30



JEUDI 14 MAI *Auberge Espagnole* **LYON (Aris)**

EXCEPTIONNELLEMENT LE 2EME JEUDI DE MAI

SAMEDI 16 & DIMANCHE 17 MAI *Week-End Rando* **PARC REGIONAL DU VERCORS(26)**

RANDO BARCELONNE : VALLEE DE LA DROME

Par Sylvie M. et Sébastien V.

☎ **06 79 59 03 71**

Montée à la Tour de Barcelonne, puis montée par paliers jusqu'au Parc Régional du Vercors avec de superbes panoramas tout le long du chemin. Hébergement au Gîte d'Anne-France XUEREF Les Peupliers, Lozeron 26400 GIGORS (limité à 16 places). Tél 04 75 76 40 90.

Coût prévisionnel: 38 € (nuitée + repas du soir + petit déjeuner) + 10 € pour les candidat(e)s au pique-nique du Gîte pour le dimanche midi.

Acompte à verser: 15 € à l'ordre de Rando's Rhône-Alpes avant le 10 avril 2009.

prévoir : 2 repas hors sac, drap ou sac à viande pour le couchage et nécessaire de toilette

niveau : **Moyen**, environ 18 km de marche avec pour une durée de 6 heures le 1^{er} jour, et 20 km de marche pour 7 heures le second jour, pour 900 m de dénivelée sur les 2 jours

RDV P : Rond Point fusée de Tintin à l'entrée ouest de Chabeuil D68-D538 (26), Parking EcoVoiturage à 8 h 30 (prévenir Sylvie)

RDV A : Lyon et Grenoble à 7 h 00



DIMANCHE 17 MAI *Rando* **UNIEUX – St VICTOR (42)**

BALADE EN BORD DE LOIRE

Raymond L.

☎ **06 05 06 66 56**

Découverte du barrage de Grangent en amont par les crêtes et les bords de Loire

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Facile** 3 h 30 pour 12 km

RDV P : St Etienne Rd Point avant 10 h 30

RDV A : Lyon avant 9 h 30 – Grenoble avant 9 h 00

RDV P : Unieux Place de l'Hôtel de ville avant 11h00
(prévenir Raymond)



VENDREDI 22 AU *Week-End* **MONTPELLIER (34)**

DIMANCHE 24 MAI *Rando*

WEEK-END INTERASSOCIATIF

Par Chemin des Cimes

☎ **06 83 76 81 34** - caro_esposto@yahoo.fr

Caroline ESPOSTO.

L'association Chemin des Cimes nous propose une rencontre inter associative à Villefort, porte des Cévennes pour les randonneuses et les randonneurs de France et de Navarre. Plusieurs randonnées de différents niveaux seront proposées aux alentours du Mont Lozère, dans les Cévennes.

Le programme détaillé et les renseignements pratiques (activités, lieu d'hébergement, date limite de réservation, coût, matériel à prévoir, ...) sont disponibles sur le site internet **www.chemindescimes.com**

Attention: inscriptions et réservations à effectuer directement auprès de Chemin des Cimes.

Date limite d'inscription **19 avril**

Coût : 80€ (dont un chèque de 40 € lors de l'inscription)

Accueil et installation dans les chambres le vendredi soir, repas hors sac.

Samedi, petit-déjeuner, sac pique-nique et dîner fournis. Soirée conviviale.

Dimanche, petit-déjeuner et sac pique-nique fournis.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : Randonnées au choix, des 3 niveaux différents
(facile, moyen et difficile)

RDV P : **Lyon** Covoiturage à prévoir



DIMANCHE 24 MAI **Rando** **MASSIF DE BELLEDONNE (38)**

LE GRAND ROCHER

Par Bernard Biais

☎ **06 71 85 08 67**

Départ (1120 m) un peu au-dessus du col du Barioz, par Theys.

Arrivée au Grand Rocher (1926 m) : très beau panorama.

Redescente par une boucle.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 5 h pour 800 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 9 h 00

RDV A : Lyon avant 8 h 00

RDV L : Passer par Tencin et Theys. Au col du Barioz, prendre la route forestière sur 1 km et se garer à la bifurcation - RDV à 10 h 00



DIMANCHE 31 MAI **Rando** **ARDECHE – Pays d'Annonay (07)**

A TRAVERS LES SUCS DU NORD ARDECHE

Par Jérôme L.

☎ **06 66 43 56 93**

L'évolution sur ces contreforts du Massif Central nous permettra de découvrir les paysages du Haut Vivarais au riche passé historique.

prévoir : 1 repas hors sac – Bâtons de marche

niveau : **Moyen à Difficile** 6 h
pour 1000 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 8 h 30

RDV A : Grenoble avant 8 h 00 / St Etienne Rd Point avant 8 h 30

RDV L : Vocance (07) – place de l'église avant 10 h 00



MARDI 2 JUIN

Auberge Espagnole GRENOBLE (Cigale)

MERCREDI 3 JUIN

Auberge Espagnole ST ETIENNE (Actis)

JEUDI 4 JUIN

Pique Nique

LYON

Rendez vous vers 19 h 30 sur la pelouse des ébats, Parc de la Tête d'Or.

Contact : Christian Eynaud ☎ 06 22 85 56 51

DIMANCHE 7 JUIN

Rando

BUGEY (01)

LA RANDONNEE DU TRAIN FANTOME

Par Gérard Garnier

☎ 06 11 10 65 11

Dans un cadre grandiose, un parcours étonnant par son histoire et spectaculaire par son tracé. En 1900, la construction d'une ligne de tramway est projetée dans les gorges de l'Albarine entre Tenay et Hauteville, 18 tunnels sont creusés mais la guerre 14-18 arrête le chantier presque à son terme. En 1933, la ligne est achevée mais pas mise en service et officiellement déclassée en 1956. Nous parcourons ainsi un itinéraire avec des encorbellements et des tunnels sombres et froids:

Sensations garanties!

prévoir : 1 repas hors sac – bâtons de marche – lampe électrique

niveau : **Moyen** 5 h pour 440 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 30

RDV A : Grenoble avant 9 h 00

RDV A : Sur demande, hameau de Nantuy (proche Hauteville) 11 h 00



DU 12 AU 26 JUIN

QUINZAINE DES CULTURES

LYON

LESBIENNES, GAIES, BI ET TRANS

Toutes les infos sur le site : www.fierte.net

DIMANCHE 14 JUIN

Rando

CHARTREUSE (38)

LA ROCHE DE FITTA

Par Laurence et Stéphanie

☎ 06.03.58.67.47

La Roche de Fitta (1737 m) marque l'extrémité sud du plateau de Pinet. Cet itinéraire, qui démarre par une montée soutenue, nous amène à ce promontoire qui s'avance au dessus du cirque de St Même.

prévoir : 1 repas hors

niveau : **Moyen** 5 h 30 pour 640 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 8 h 00 (les organisatrices n'y seront pas)

RDV A : Grenoble avant 9 h (les organisatrices n'y seront pas)

RDV L : Parking de la Plagne (tél pour précisions)



DIMANCHE 14 JUIN

Rando

MONT SALEVE (74)

MONT SALEVE LE GRAND PITON 1379 m

Par Christian Crouvezier

☎ 04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73

Superbe panorama sur 360°: vue sur le Lac Léman, Ge nève, sur toutes les Alpes du nord, le Mont Blanc, le Jura sud, etc.

prévoir : 1 repas hors sac – lunettes et crème solaires – casquette

niveau : **Moyen** 4 h 30 heures pour 13 km et 850 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 8 h 00

RDV A : Grenoble avant 8 h 00

RDV L : Beaumont le Châble 9 h 45 devant l'église

(5km de St Julien en Genevois direction Annecy)



JEUDI 18 JUIN **Auberge Espagnole** **LYON (Aris)**
En raison de travaux, merci de consulter le répondeur de Rando's (04 78 00 54 92) pour s'assurer que la permanence est maintenue.

SAMEDI 20 JUIN (soir) **After Gay Pride** **LYON**
Par Olivier VL., Joseph P. et Michèle M.
Pour celles et ceux qui souhaiteront prolonger les festivités après la Marche des Fiertés, un repas sera organisé dans un restaurant lyonnais.
Au menu: bonne humeur et convivialité.
Réservations exclusivement auprès d'Olivier VL au 06 87 39 27 21 avant le vendredi 12 juin.

DIMANCHE 21 JUIN **Rando** **JURA (74)**
LE GRAND CRÊT D'EAU
Par Jean-Louis F. ☎ **06 86 80 25 69**
Des forêts du Jura au balcon du Léman via le Crêt de la goutte, le Crêt du Milieu, le Crêt du Miroir qui constituent le Crêt d'Eau.
prévoir : 1 repas hors sac
niveau : **Moyen** 6 h pour 550 m de dénivelée
RDV P : Lyon avant 8 h 30
(attention l'organisateur ne sera pas sur place)
RDV A : St Etienne Rond-Point avant 7 h 30
RDV L : Menzières avant 10 h 00 (Prévenir Jean-Louis)



SAMEDI 27 & DIMANCHE 28 JUIN **Week-End Parisien** **ILE DE FRANCE (75)**
VENEZ VOUS AMUSER : GAY PRIDE PARIS 2009
Par Olivier VL. ☎ **06.87.39.27.21**
A l'occasion de la Gay Pride Parisienne, nous passerons un séjour de 2 jours en Ile de France. Nous serons hébergés dans une résidence de tourisme neuve de haut de gamme. Un arrêt de bus, situé devant la résidence permet d'aller prendre le RER D à « Maisons Alfort » ou bien le RER C à « Choisy le Roi ». Le temps de trajet en RER pour rejoindre la capitale est de 6 à 8 mn seulement.
Note : rando historique à travers Paris à l'étude. Vous recevrez prochainement par courriel un descriptif détaillé (commentaires + photos).
Hébergement : Appart City de Alfortville, 2 appartements haut-standing de type F3 pour un total de 12 personnes. A partir du Vendredi 26, vous pourrez accéder à votre logement dès 15h. Le G.O sera déjà sur place.
Date limite de réservation 21 juin, acompte 15 Euros
Coût prévisionnel : **31 Euros**/pers/2 nuits (prix hébergement seul avec linge de lit + toilette fourni)
Transport : Le transport (TGV Lyon Part-Dieu – Paris Gare de Lyon) est à la charge du réservant.
Rencontre possible avec les Ch'tis Rando's

DIMANCHE 28 JUIN *Rando* **CHARTREUSE (38)**

CHEMINEE DU PARADIS

Par Marianne K.

☎ 06 03 76 17 88

Au pied de la Dent de Crolles, montée par le Trou du Glas, puis le plateau et lapiaz, puis une petite escalade facile sur 10 mètres. Parcours aérien, certains passages sont vertigineux mais bien protégés. **Personnes**

sensibles au vertige s'abstenir.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 5 h pour 800 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 9 h 00

RDV A : Lyon avant 8 h 00

RDV L : Sur demande



DIMANCHE 28 JUIN *VTT* **MONT DU LYONNAIS (69)**

LES MONTS DU LYONNAIS EN VTT

Par Christian Crouvezier

☎ 04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73

Pratique du VTT sur le plateau du Lyonnais, points de vue sur le Pilat et éventuellement les Alpes par temps clair. Le terrain est assez intéressant et varié : GR7 sur la crête ; Croix du Châtelard ; Pâturages ; Marcenod ; Le Bruneton ; La Thomassière ; Lamure ; Ste Catherine

prévoir : 1 repas hors sac – VTT – gourde - petit sac à dos

niveau : **Moyen** 5 h heures pour 25 km et 700 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 30

RDV A : St Etienne Rond Point avant 9 h 45

RDV L : Ste Catherine avant 10 h 30,

parking sortie village directions : Riverie ; St Didier



MERCREDI 1^{ER} JUILLET *Auberge Espagnole* **ST ETIENNE (Actis)**

JEUDI 2 JUILLET *Pique Nique* **LYON**

Rendez vous vers 19 h 30 sur la pelouse des ébats, Parc de la Tête d'Or.

Contact : Christian Eynaud ☎ 06 22 85 56 51

DIMANCHE 5 JUILLET *Rando* **CHARTREUSE (73)**

LA CROIX DU NIVOLET

Par Jérôme V. et Christophe S.

☎ 06.63.73.60.68

Organisée en commun avec l'association "la clef des rêves" Une des classiques à partir de Chambéry qui permet d'admirer la chaîne de Belledonne, La Chartreuse, la Dent du Chat et le lac du Bourget.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Facile à moyen** 2 h 30 (de 820 m à 1547 m)

RDV P : Grenoble avant 9 h 00

RDV A : Lyon avant 9 h 00

RDV L : Parking de Pragondran à 10 h 30



SAMEDI 4 & DIMANCHE 5 JUILLET **Ski d'été, VTT & Rando** **HAUTE-TARENTEISE (73)**

WEEK-END SUR TIGNES VAL CLARET

Par Olivier VL.

☎ 06.87.39.27.21

Du haut de ses 3656 m, le glacier de la Grande Motte domine la station de Tignes. Avec 20 Km de pistes, 12 remontées mécaniques, 750 m de dénivellée, 1 snowpark, le domaine skiable d'été est l'un de plus grands d'Europe. En exclusivité cette année 2009, la carte Sportignes est offerte pour chaque personne (plus d'infos, sur www.tignes.net). Au cours de ces 2 jours, il sera proposé du Ski d'été, du Bike Park (VTT), Randonnée, piscine...

Note : Vous recevrez prochainement par courriel un descriptif détaillé (commentaires + photos).

Hébergement : 2 appartements de type F2 cabine pour un total de 9 personnes. A partir de vendredi 03, vers 15h - 17h (à préciser)

Date limite de réservation 21 juin, acompte 15 Euros

Coût prévisionnel : **27 Euros**/pers/2nuits

(prix hébergement seul avec linge de lit fourni)

prévoir : nécessaire de toilette, crème solaire à indice très élevé pour le ski.

1^{er} départ : Vers 10 h 00 à Lyon, pour ceux qui auront posé leur congé de vendredi pour profiter d'un jour de plus...

L'organisateur sera présent.

2nd départ : Vers 18 h 00 à Lyon (lieu à définir ultérieurement)



MARDI 7 JUILLET

Auberge Espagnole GRENOBLE (Cigale)

DIMANCHE 12 JUILLET

Rando

CHARTREUSE (38)

LE GRANIER (1933 m)

Par Bruno J.

☎ 06.20.04.53.48

Après une montée un peu raide en forêt, traversée de beaux alpages puis passage de barres rocheuses bien équipées ne présentant pas de difficultés particulières. Ballade sur le plateau sommital qui n'est rien moins que la plus haute falaise calcaire de France. Panorama grandiose. Descente dans un bel ensemble de falaises et de sangles avec traversée de la grotte aux ours.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 5 h 00 pour 835 m de dénivellée

RDV P : Lyon avant 8 h 00

RDV L : Hameau de la Plagne (3 Km Sud-est de Entremont-le-Vieux)



SAMEDI 11 & DIMANCHE 12 JUILLET *Rando* **MASSIF DES ECRINS (38)**

LE VALLON DE BONNE PIERRE

Par Lionel DI PANNO

☎ 06 16 75 11 82

Cette magnifique et longue randonnée se déroule dans un cadre grandiose du massif des Ecrins dominé par l'impressionnante face ouest du Dôme des Ecrins (Alt. 4015M). L'itinéraire suit le faite de la moraine du glacier de Bonne Pierre qui le remonte jusqu'à sa base. Randonnées soutenue pour un spectacle garanti.

Le samedi pourra être consacré à une ballade locale à définir (le choix ne manque pas au sein de la vallée de La Bérarde).

Hébergement : Chalet gîte de La Bérarde (38) pour un total de 13 personnes.

Date limite de réservation 13 juin acompte 15 Euros à la BP Rando's

Coût prévisionnel : **environ 40 Euros**/pers pour la nuitée et le repas du soir, à l'exception de celles et ceux qui souhaiteraient ne pas manger au restaurant du refuge

prévoir : 2 repas hors sac, crème solaire

niveau : **Difficile** 4 h pour 1250 m de dénivelée

RDV A : Lyon avant 8 h 30

RDV P : Grenoble avant 10 h 00



MARDI 14 JUILLET *Rando* **MASSIF DES ECRINS (38)**

AIGUILLE DU GOLEON

Par Jérôme V. et Christophe S.

☎ 06.63.73.60.68

Vue exceptionnelle sur la Meije et les aiguilles d'Arves

prévoir : 1 repas hors sac, vêtements chauds, crème solaire, lunettes

niveau : **Difficile** 4 à 5 h 00 pour 1500 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 7 h 30

RDV L : Hameau de Valfroide au dessus de la grave à 9 h 00



JEUDI 16 JUILLET *Auberge Espagnole* **LYON (Aris)**

En raison de travaux, merci de consulter le répondeur de Rando's (04 78 00 54 92) pour s'assurer que la permanence est maintenue.

DIMANCHE 19 JUILLET *Rando* **VERCORS (38)**
GRANDE ET PETITE MOUCHEROLLE DEPUIS LE
COL DE L'ARZELIER

Par Christian Crouvezier

☎ **04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73**

- Panorama grandiose sur les Alpes. Sa beauté nécessite une marche sportive.

- **Quelques passages très difficiles et délicats**

(Gde Moucherolle par le col des 2 Sœurs)

- Ames sensibles s'abstenir

prévoir : 1 repas hors sac – beaucoup d'eau - Casquette ;

lunettes solaire ; crème solaire ; bonnes chaussures montantes

niveau : **Difficile** 7 à 8 h pour 15 km et 1400 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 7 h 00

RDV A : Grenoble avant 8 h 00

RDV L : Col de L'Arzelier (1154m) 9 h 00



SAMEDI 25 & *Rando* **MASSIF DU CHABLAIS (74)**
DIMANCHE 26 JUILLET

LES CORNETTES DE BISE 2438M

Par Jérôme V. et Christophe S.

☎ **06.63.73.60.68**

Très beau panorama sur le Chablais

Hébergement : Camping à Abondance(74)

Coût prévisionnel prix d'une nuitée en camping

prévoir : 2 repas hors sac + petit déjeuner; crème solaire

niveau : **Difficile** 5 h pour 1100 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 17 h 00

RDV A : Lyon avant 16 h 00



DIMANCHE 2 AOUT *Vélos* **LYON-MIRIBEL (69-01)**
HABEMUS PISTAS CYCLABUS IN LUGDUNUM

Par Christophe Vagner

☎ **06 85 49 93 74**

Promenade à vélo pour rentabiliser les impôts locaux des lyonnais qui ont financé l'aménagement des berges du Rhône.

Pour nous rendre de Lyon 7ème au Parc de Miribel - Jonage, avec possibilité de baignade, il nous faudra exécuter une à deux heures de roultitude à vélo, qui se feront en fonction de la puissance des mollets et de la résistance des chambres à air.

prévoir : 1 repas hors sac + vélo (VTT, VTC, Vélo de ville) et matériel de 1^{er} secours pour vélo, casquette, maillot de bain 1 ou 2 pièces, crème solaire et serviette de bain

niveau : **Facile** 2 h 25 mn et 30 centièmes pour 328 cm de dénivelée

RDV P : RDV unique à Lyon 7ème. Rive gauche du Rhône, piste cyclable sous le pont Pasteur avant 10h00

RDV A : Grenoble / St Etienne Rond-Point / Tournon / Valence avant 9h00

DIMANCHE 9 AOUT

Rando

CHARTREUSE (38)

LES LANCES DE MALISSARD

Par Christian Eynaud

☎ **06 22 85 56 51**

Montée au col de Bellefond par le chaos du même nom, puis, pour les plus courageux, ascension du sommet (2045m).

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Difficile** 7 h pour 1100 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 8 h 00

RDV A : Grenoble avant 9 h 00

RDV L : Perquelin (St Pierre de Chartreuse) 10 h 00



DIMANCHE 16 AOUT

Rando

ISERE (38)

LAC DE BELLEDONNE

Par Rémi Genève et Jean-Luc Martin

☎ **06 20 93 62 70**

Au pied des 3 pics de Belledonne, à 2165 m d'altitude.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 5 h 30 aller-retour pour 930 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 8 h 30

RDV A : Lyon avant 7 h 30

RDV L : Allemont (église) à 9 h 15



SAMEDI 22 &

Rando

SUD ISERE (38) DEVOLUY)

DIMANCHE 23 AOUT

WEEK-END TETE DE L'OBIYOU 2789m

Par Christian Crouvezier

☎ **04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73**

Panorama sur le massif des Ecrins ; l'Oisans ; sommet mythique et fascinant mais très difficile qui se mérite.

Ames sensibles s'abstenir : passages aériens difficiles ou délicats

1^{er} jour : mise en jambe sur la tête de la Sambut depuis Ambel et retour par Beaufin. Difficulté **Moyenne** 5 h pour 14 km et 850 m de dénivelée.

2^{ème} jour : Grande Tête de l'Obiou depuis le col de la Samblue

Difficile 7 h pour 15 km et 1320 m de dénivelée

Hébergement : Camping du Lac, à Corps, entre La Mure et Gap.

Date limite de réservation 1^{er} août, acompte 10 Euros

Coût prévisionnel : **30 à 40 Euros/pers**

prévoir : 2 repas hors sac + 1 repas du soir et 1 petit déjeuner (2 si vendredi soir). Matériel camping : duvet ; tapis de sol ; tentes pour 2 ou plus ; réchauds etc.; lunettes solaire ; casquette ; crème Solaire ; appareil photos ; beaucoup d'eau ; bonne chaussures montantes

RDV P : Vendredi soir ou samedi matin à voir avec l'organisateur sur Lyon

RDV A : Grenoble samedi 7 h 30

RDV L : Camping du Lac de Corps samedi 9 h 00 ou vendredi soir à voir avec l'organisateur



DIMANCHE 30 AOUT

Rando

MASSIF DES BAUGES (73)

LE MONT TRELOD

Par Jérôme L.

☎ 06 66 43 56 93

Cette randonnée nous mènera sur l'un des principaux sommets des Bauges, magnifique belvédère avec en ligne de mire la Pointe d'Arcalod.

Attention: cette randonnée comporte quelques passages vertigineux

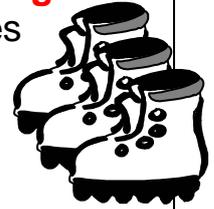
prévoir : 1 repas hors sac, bâton de marche, protections solaires

niveau : **Moyen à Difficile** 7 h pour 1300 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 7 h 00

RDV A : Grenoble avant 8 h 00

RDV L : Commune de la Chapelle – 9 h 00



MARDI 1^{ER} SEPTEMBRE

Auberge Espagnole

GRENOBLE (Cigale)

MERCREDI 2 SEPTEMBRE

Auberge Espagnole

ST ETIENNE (Actis)

**SAMEDI 5 & DIMANCHE 6
SEPTEMBRE**

**Week-end
Rando**

VERDON (04)

SENTIER MARTEL

Par Christian Eynaud

☎ 06 22 85 56 51

Pour le premier jour : superbe randonnée au fond des gorges du Verdon.

Nous descendrons au fond des gorges pour suivre la rivière. En fin de journée, des **passages vertigineux** (échelles métalliques) et en tunnels.

Moyen à difficile 7 à 8 h pour 15km et 500 m de dénivelée.

Le deuxième jour : une randonnée plus facile sur le chemin du retour en fonction de l'état physique des participants. e

Hébergement : Auberge de jeunesse de La Palud.

Date limite de réservation 12 juin, acompte 10 Euros

Coût prévisionnel : **40 Euros/pers**



prévoir : 2 repas hors sac + 1 repas du soir. Lampe torche.

RDV : Vendredi soir 18 h 30 à Lyon à déterminer entre les participants

DIMANCHE 6 SEPTEMBRE Rando

MASSIF DU TAILLEFER (38)

MOULIN VIEUX - PLANCOL

Par Bernard Biais

☎ 06 71 85 08 67

Randonnée au sud du Taillefer

– Départ d'au-dessus de Moulin Vieux (hameau entre L'Alpe du Grand Serre et La Mure) (1200 m).

– Arrivée au col de Plancol (1870 m) par une belle vallée supérieure.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 4 h pour 670 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 9 h 00

RDV A : Lyon avant 8 h 00

RDV L : Parking au lieu-dit « Maison Rourvis » (3 km à l'est de Moulin Vieux) à 10 h 00



SAMEDI 12 SEPTEMBRE

St Etienne

**Préparation du prochain programme (n°46)
du 1er décembre 2009 au 30 avril 2010**

Vous recevrez une convocation par courriel ou courrier postal

DIMANCHE 13 SEPTEMBRE Rando BEAUJOLAIS (69)

DECOUVERTE DES PIERRES DOREES BEAUJOLAISES

Par Gérard Garnier et Bernard C.

☎ 06 11 10 65 11

Venez découvrir par les chaudes journées de fin d'été, de très beaux villages de pierres dorées comme Le Bois d'Oingt, Theizé, Ville-sur-Jarnioux, un village médiéval authentique, Oingt. Le parcours sinueux nous amènera à travers le vignoble avec des vues imprenables sur la vallée de la Saône, jusqu'au Jura et aux Alpes !

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Facile** 6 h 00 pour 200 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 00

RDV A : St Etienne musée d'art moderne avant 8 h 15

RDV A : Sur demande, 10 h, Ville-sur-Jarnioux, place de l'église



JEUDI 17 SEPTEMBRE Auberge Espagnole LYON (Aris)

**En raison de travaux, merci de consulter le répondeur de Rando's
(04 78 00 54 92) pour s'assurer que la permanence est maintenue.**

DIMANCHE 20 SEPTEMBRE Rando NORD-ARDECHE (07)

TOURNOIS AUTOUR DE TOURNON

Alain Coméat

☎ 06 70 75 60 43

Découvrons les multiples facettes de la commune de Tournon, de la cité de caractère au cœur du vignoble du St Joseph à la rafraichissante vallée du Doux en passant par le plateau agricole.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 4 h 30 pour 13 km et 325 m de dénivelée

RDV A : Lyon – St Etienne Rd Point- Grenoble avant 10 h 00

RDV P : Tournon, Quai Farconnet près de l'école avant 11 h 30



DIMANCHE 27 SEPTEMBRE Rando MASSIF DE TAILLEFER (38)

LE GRAND GALBERT DEPUIS OULLES (2561m)

Par Christian Crouvezier

☎ 04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73

Point de vue de la vallée de Livet, massif de Belledonne, de l'Oisans. Court en distance mais descente assez raide, montée par le col de la Buffle et le refuge de Taillefer.

prévoir : 1 repas hors sac – 2 bâtons vivement recommandés pour la descente !

niveau : **Difficile** 7 h 00 heures pour 11 km et 1160 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 7 h 30

RDV A : Grenoble avant 8 h 30

RDV L : Oulles 9 h 30



SAMEDI 26 & DIMANCHE 27 SEPTEMBRE **Farniente** **COTE D'AZUR (83)**

WE A LA MER DANS LE GOLFE DE SAINT TROPEZ BAIGNADE & RANDO EN BORD DE MER

Par Olivier VL.

☎ **06.87.39.27.21**

La résidence se situe à proximité du village de St Tropez et de Gassin (un des plus beaux villages de France). Elle possède une belle piscine lagon de 650 m2 avec accès direct à la plage. En cours de séjour, il est prévu une petite sortie en bateau, restaurant, randonnée dans les forets de pins parasols...

Note : Vous recevrez prochainement par courriel un descriptif détaillé (commentaires + photos).

Hébergement : Résidence « Les Marines de Gassin » Quartier Gassin – La Foux1 appartement de type F3 Duplex + 1 appartement de type F2 Cabine Duplex pour un total de 12 personnes.

Les appartements sont disponibles du vendredi 25 à 11 h 00 le matin au dimanche 27 à 18 h 00 le soir.

Date limite de réservation 16 août, acompte 12 Euros à la BP Rando's

Coût prévisionnel : **27 Euros/pers/2nuits** (hébergement seul avec lits faits à l'arrivée + linge de toilette fournis)

Transport : Le réservant se charge par lui-même de son transport. Ligne TGV Lyon Part-Dieu – Saint Raphael, puis, ligne Bus 104. Possibilité de covoiturage...(horaires bus sur le site www.cg83.fr)

prévoir : nécessaire de toilette, crème solaire + serviette de plage + maillot de bain

DIMANCHE 4 OCTOBRE **Rando** **MASSIF DU PILAT (42)**
LES VERGERS DU PILAT

Par Gérard Garnier

☎ **06 11 10 65 11**

Nous monterons de St Pierre de Bœuf sur Malleval, cité du 14^{ème} siècle des comtes du Forez, ce site majestueux domine les gorges du Batalon. Un sentier escarpé nous emmènera sur le plateau vers Lupé où se dresse un château fort du 13^{ème} siècle. Notre chemin se poursuivra dans les vergers du plateau Pélussinois sous influences méditerranéennes d'où nous pourrons voir les contreforts du Pilat. En redescendant dans les genêts, le paysage nous offrira une vue sur les Alpes, la réserve de l'île de la Platière, le plan d'eau de St Pierre de Bœuf. Le chemin de halage, emprunté jusqu'au 19^{ème} siècle terminera notre promenade.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Facile** 3 h pour 11 km et 81 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 30

RDV A : St Etienne avant 9 h 30

RDV A : St Pierre de Bœuf sur demande 10 h 30, Place de la mairie



MARDI 6 OCTOBRE

Auberge Espagnole GRENOBLE (Cigale)

MERCREDI 7 OCTOBRE

Auberge Espagnole ST ETIENNE (Actis)

DIMANCHE 11 OCTOBRE

Rando

VERCORS Sud (38)

ROCHER DU PARQUET

Par Marianne K.

☎ **06 03 76 17 88**

Une balade un peu longue, mais pas trop difficile, qui permet d'atteindre un des plus hauts sommets du Vercors avec une vue exceptionnelle sur le Mont Aiguille.

Lors de ce week-end, nous accueillerons nos ami(e)s de Chemin des Cimes.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Difficile** 7 h pour 1200 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 8 h 00

RDV A : Lyon à 7 h 00

RDV L : Sur demande



DIMANCHE 11 OCTOBRE

Rando

ARDECHE (07)

LES HAUTS DE TOULAUD

Par Charles-Henri Girin et Frédéric Saroul

☎ **06.85.67.99.08**

Du col des Ayes, nous monterons au milieu d'une végétation variée sur le plateau, d'où nous pourrions apercevoir le Vercors.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 3 h 30 pour 12 km et 350 m de dénivelée

RDV P : Lyon (les organisateurs n'y seront pas) avant 9 h 30

RDV L : Parking à la sortie « Valence Nord » de l'A7 à 11 heures



JEUDI 15 OCTOBRE

Auberge Espagnole

LYON (Aris)

En raison de travaux, merci de consulter le répondeur de Rando's (04 78 00 54 92) pour s'assurer que la permanence est maintenue.

DIMANCHE 18 OCTOBRE

Rando

PILAT (42)

ROCHETAILLÉE - GOUFFRE DE L'ENFER- LE PAS DU RIOT- LA PYRAMIDE

Par Christian Crouvezier

☎ **04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73**

Barrages très encaissés avec des points de vue, rochers, et enfin un panorama au dessus du Bessat. Retour en descente douce dans les pâturages vers Rochetaillée.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 6 h pour 22 km et 600 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 8 h 00

RDV A : St Etienne Rond Point avant 8 h 45

RDV L : Rochetaillée 9 h 15 à proximité de l'église



DIMANCHE 25 OCTOBRE *Rando* **NORD-ARDECHE (07)**

LEGENDE D'AUTOMNE

Alain Coméat

☎ **06 70 75 60 43**

St Victor Chantelemuze. Promenade d'automne fraîche et aérienne autour de la colline.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Facile** 3 h 00 pour 9 km et 291 m de dénivelée

RDV A : Lyon – St Etienne Rd Point- Grenoble avant 10 h 00

RDV P : Vion, parking au centre du village avant 11h30



MARDI 3 NOVEMBRE *Auberge Espagnole* **GRENOBLE (Cigale)**

MERCREDI 4 NOVEMBRE *Auberge Espagnole* **ST ETIENNE (Actis)**

NOVEMBRE

FACE A FACE

St ETIENNE

Pour la 5^{ème} année consécutive nos amis Stéphanois organisent un festival du film Gay et Lesbien.



Toutes les infos sur www.festivalfaceface.fr

DIMANCHE 8 NOVEMBRE *Rando* **BUGEY (01)**

LA CHARBONNIERE

Jérôme L.

☎ **06 66 43 56 93**

Cette randonnée nous permettra de découvrir la Clue des Hôpitaux – faisant penser à une maquette avec ses trains en fond de vallée...et un point de vue sur le Massif Alpin.

Lors de ce week-end, nous accueillerons nos ami(e)s de Chemin des Cimes.

prévoir : 1 repas hors sac + Bâtons de marche

niveau : **Moyen à Difficile** 6 h pour 800 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 8 h 15

RDV A : Grenoble avant 8 h 00

RDV L : Tenay – place de la mairie avant 9 h 30



JEUDI 19 NOVEMBRE *Auberge Espagnole* **LYON (Aris)**

En raison de travaux, merci de consulter le répondeur de Rando's (04 78 00 54 92) pour s'assurer que la permanence est maintenue.

DIMANCHE 22 NOVEMBRE *Rando* **BUGEY-Sud (01)**

ONCIEU ET LA ROCHE DE NARSE

Par Jean-Louis F.

☎ **06 86 80 25 69**

De la Cluse des Hopitaux nous nous élèverons dans les vignes et par le chemin du facteur nous atteindrons Oncieu « le village en rond ». Libre à nous de sonner deux fois !

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Facile** 4 h pour 430 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 30

(attention l'organisateur ne sera pas sur place)

RDV L : Argis (01) avant 11 h00



DIMANCHE 29 NOVEMBRE *Rando* **MONTS DU LYONNAIS (69)**

LES HAUTEURS DE COURZIEU

Par Christian Crouvezier

☎ **04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73**

Notre périple (Courzieu ; Lafont ; La Vernay ; Châtelard ; Barmont ; La Croix de Pars ; Les Terres ; Courzieu) traversera pâturages en hauteur et forêts pour nous offrir un point de vue jusqu'aux Alpes

(si le temps est clair) !

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 4 h pour 14 km et 550 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 30

RDV A : St Etienne Rond Point avant 9 h 15

RDV L : Courzieu 10 h 30 en bas du village, coté la Giraudière



SAMEDI 5 & DIMANCHE 6 DECEMBRE *Rando* **LYON (69)**

FETE DES LUMIERES A LYON

Par Olivier VL.

☎ **06.87.39.27.21**

Un groupe des Gays Randonneurs de Provence viendra séjourner sur Lyon à l'occasion de la fête des Lumières...

Davantage de précisions lors du prochain programme...

ASSOCIATIONS AMIES (Demandez leurs programmes...)

ARIS

19 rue des Capucins
69001 LYON
☎ 04 78 27 10 10
www.aris-lyon.org

FORUM GAI ET LESBIEN

17 rue Romarin - 69001 LYON
☎ 04 78 39 97 72
www.fgllyon.org

CARGO,

23 av Maréchal FOCH
69220 BELLEVILLE
☎ 06 07 38 88 99
<http://c-a-r-g-o.org/>

FRONT RUNNERS LYON,

Front Runners Lyon
c/o J Scheck 34 rue J. Soulyary
69004 LYON
☎ 04 78 29 57 52
<http://frontrunnerslyon.free.fr/>

AGAYRI Sud Est

Côte St Pierre Bât 2A
26500 BOURG LES VALENCE
☎ 04 75 42 44 71
www.agayri.net

CONTACT – LYON

69c avenue René Cassin
69009 LYON
www.asso-contact.org/69
☎ 04 72 20 08 01

GAY LURONS

Les Gays Lurons 26
BP 30 - 26101 ROMANS Cedex 01
☎ 06 82 35 68 61
<http://lgl26.site.voila.fr>

CHTI RANDO'S

BP 18
59008 LILLE CEDEX
☎ 03 20 23 52 10
www.chtirandos.fr

DIALOGAI

11,13 rue de la Navigation
CP 69 - 1211 GENEVE 21
☎ 022 906 40 40
www.dialogai.org

EXTRA MUROS

7 place commerciale Jolimont
entrée A
31500 TOULOUSE
☎ 06 85 17 98 90
www.extra-muros-toulouse.com

RANDO'S LORRAINE

BP 70284
54500 VANDOEUVRE LES NANCY
☎ 06 83 22 58 85
www.randoslorraine.com

ALSARANDO, Maison des associations

1a place des Orphelins, 67000
STRASBOURG
☎ 03 88 35 79 12
<http://alsarando.apinc.org>

RANDO'S AUVERGNE

2 boulevard Trudaine
63000 CLERMONT FERRAND
☎ 06 81 33 43 14
<http://monsie.wanadoo.fr/randos-auvergne/>

RANDO'S ILE DE FRANCE

Maison des associations BAL 69
181 Av Daumesnil 75012 PARIS
☎ 06 28 07 69 40
www.randos.org

RANDO'S LIMOUSIN

BP 503 - 19015 TULLE CEDEX
☎ 06 83 18 22 57
asso@randoslimousin.org
www.randoslimousin.org

RANDO'S MIDI

c/o Mr Antonio SILLERO
Résidence le Gymnase Apt 32
17 bis rue Danton 34200 SETE
☎ 04 67 53 31 66 & 06 88 95 45 79

GAYS RANDONNEURS NANTAIS

42 rue des Hauts Pavés
44000 NANTES
☎ 02 40 18 07 53
<http://grn.free.fr>

RANDO'S NORMANDIE

Maison des Associations
11 avenue Pasteur Boite à lettres n°35
76000 ROUEN
☎ 06 76 65 47 60
www.randosnormandie.asso.fr

RANDO'S PROVENCE

131 rue Oswald Laroque
83200 TOULON
☎ 06 11 56 06 33
info@randosprovence.org
www.randosprovence.org

RANDO GAY PYRENEES

☎ 06 77 21 56 95
www.randogaypyrenees.fr

CHEMIN DES CIMES

chez Stéphan Castelin
38, rue Azalaïs d'Altier
34080 MONTPELLIER
www.chemindescimes.com

RANDO'S POITOU

BP 90188 86005 POITIERS CEDEX
☎ 06 09 49 52 84
<http://randospoitou.free.fr>

GAYS RANDONNEURS LOIR ET CHER

G.R.L.C. Cidex 3986
41000 St SULPICE DE POMMERAY

GAYS RANDONNEURS DE PROVENCE

Résidence les Frênes,
3 rue des cités Louis Gros
84000 AVIGNON
www.gaysrandonneurs.com

LES COQ' AIN' S

BP 531
01505 AMBERIEU EN BUGEY
☎ 06 72 91 35 10
www.agl-lescoqains.fr

LES BASCOBAROUDEURS

C2B 22 rue des jardins
64200 BIARRITZ
☎ 06 72 91 35 10
<http://bascobaroudeurs.free.fr>

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 3^{ème} jeudi de chaque mois

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

GRENOBLE : Permanence au local de CIGALE, 1^{ers} et 3^{èmes} mardis : 06 71 85 08 67

Renseignements Rando's : 04 78 00 54 92 (de 20 h à 22 h)

Site internet www.randos-rhone-alpes.org

RANDO'S RHONE - ALPES - BP 88403, 69359 LYON CEDEX 08

Courriel : randos.rhone-alpes@laposte.net