

RANDO'S



Rhône-Alpes

association loi 1901

RANDO'S RHONE - ALPES

BP 8403

69359 LYON CEDEX 08

randos.rhone-alpes@laposte.net

SMS / Téléphone 06 24 79 94 58 de 20h à 22h

Site web www.randos-rhone-alpes.org

Programme
Numéro

52

Activités de Décembre 2012 à Avril 2013



	Dates	Activité	Lieu	Niveau
Décembre	Dimanche 2	Rando visite	Vercors	Facile
	Dimanche 9	Visite culturelle	Grésivaudan	Facile
	Dimanche 16	Rando Resto	Beaujolois	Moyen
Janvier	Dimanche 6	Raquettes	Bauges	Facile
	Dimanche 13	Raquettes ou ski de rando	Chartreuse	Moyen
	Dimanche 20	Randonnée	Chambaran	Facile
	Samedi 26	Assemblée Générale	Lyon Aris	Convivial
	Dimanche 27	Visite Croix Rousse	Lyon	Facile
Raquettes ou ski de rando		Vercors	Moyen	
Février	Dimanche 3	Raquettes ou ski de rando	Vercors	Moyen
	Dimanche 10	Randonnée	Pilat	Moyen
		Raquettes	Bauges	Facile
	Dimanche 17	Ski de fond	Bauges	Facile
		Randonnée	Dombes	Facile
	Dimanche 24	Rando Resto	Monts du Lyonnais	Facile
Raquettes ou ski de rando nordik		Vercors	Facile	
Mars	Dimanche 3	Rando Resto	Pilat	Moyen
	Dimanche 10	Initiation Ski alpin	Taillefer	Facile
	Dimanche 17	Randonnée	Haut Beaujolais	Moyen
	Dimanche 17	Raquettes	Vercors	Moyen
Avril	Samedi 30 au Lundi 1 ^{er}	Week-end Randonnée	Calanques	Moyen
	Dimanche 7	Randonnée	Monts du Lyonnais	Moyen
	Dimanche 14	Randonnée	Brionnais	Moyen
	Dimanche 21	Randonnée	Chartreuse	Moyen
	Dimanche 28	Randonnée	Bugey	Moyen
Mai	Dimanche 5	Randonnée	Chartreuse	Facile
	Dimanche 12	Randonnée	Vercors	Moyen
	Vendredi 17 au Lundi 20	Randonnée	Lozère	Moyen
	Samedi 18 au Lundi 20	Rando et Via Ferrata	Baronnies	Moyen
	Lundi 20	Randonnée	Chartreuse	Difficile
	Dimanche 26	Rando Visite	Vercors	Difficile

Editeur: Rando's Rhône-Alpes, BP 8403, 69359 Lyon Cedex 08 (association loi de 1901)

Directeur de la publication et de la rédaction: Christophe VAGNER

Imprimeur: Lyon Copie 35 av des frères Lumière 69008 Lyon

Date de parution: Novembre 2012

Dépôt légal Novembre 2012 - ISSN 1961-3245

QUELQUES CONSEILS POUR DECOUVRIR LE PROGRAMME

Rando's Rhône-Alpes c'est l'association de randonnée pour les Gays et les lesbiennes de la région Rhône-Alpes. Notre groupe de marche existe depuis 1987.

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.

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

La participation aux week-ends et aux séjours est réservée en priorité à nos adhérent(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 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 dans 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 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 rando.

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

... SUITE DES CONSEILS

Transport...

Le transport des participants jusqu'au point de départ des activités 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 par kilomètre parcouru, parking(s) et péage(s) en sus.

Météo...

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

En cas d'incertitude, consulte le site Internet, ou appelle le téléphone portable de l'organisateur(trice), à défaut le portable de Rando's (06 24 79 94 58).

Inscription...

Sur le site Internet une rubrique "Je prévois d'aller à la sortie" permet de s'inscrire à une sortie, et de faire savoir à l'organisateur que tu viendras.

Cela te permet également de savoir si d'autres personnes que toi seront au rendez-vous local, annexe ou principal, ou si la sortie est annulée.

Assurance...

L'assurance actuelle couvre :

la responsabilité civile de l'association et de ses dirigeant(e)s. Les adhérent(e)s sont assuré(e)s lors des sorties pour les frais médicaux consécutifs à un accident corporel (en complément des organismes sociaux), pour les frais de transport en ambulance, de sauvetage et de recherche pour toutes les activités prévues dans le programme.

Ne sont pas couverts par le contrat d'assurance de l'association les accidents liés à l'utilisation en tant que conducteur ou passager d'un véhicule terrestre à moteur, pas plus que les franchises et malus applicables au contrat d'assurance automobile personnel en cas de sinistre.

Pour les organisateurs de sortie :

un numéro de téléphone à contacter si un accident corporel survient pendant une sortie :

Inter Mutuelles Assistance : 0 800 75 75 75

en indiquant le numéro du contrat d'assurance **MAIF : 2404743A**

Ne pas oublier d'informer le bureau de l'association, en précisant le maximum d'éléments (identité, lieu, téléphone à contacter, circonstances, etc.).

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

RANDO'S



ASSOCIATION LOI 1901
RANDO'S RHONE - ALPES
BP 8403
69359 LYON CEDEX 08
SMS / Téléphone : 06 24 79 94 58 de 20 h à 22 h
randos.rhone-alpes@laposte.net

Bulletin d'adhésion 2013

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 RHÔNE ALPES** 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 et/ou ma photo figurent dans des publications de Rando's Rhône Alpes (Programme, internet, article...).

Je souhaite / Je ne souhaite pas recevoir les prochaines éditions du programme sur support papier (remplacées par un envoi internet).

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), sauf si tu as indiqué ton adresse courriel. Peux-tu nous préciser ci dessous comment tu as connu l'association ?

RANDO'S à GRENOBLE, c'est ...

Permanences les 1^{er} et 3^{ème} mardis de chaque mois, de 20 h 30 à 22 h ...

Et le 1^{er} mardi de chaque mois, repas type auberge espagnole à partir de 20 h 00 au local du C.I.Ga.Le 8 rue sergent Bobillot à Grenoble.

Les permanences du 3^{ème} mardi sont désormais sur rendez-vous.

Téléphone : 06 71 85 08 67

Courriel : randos38@laposte.net

Animateurs de l'antenne de Grenoble : Bernard BIAIS et Rémi GENEVE

RDV pour le covoiturage:

Face au nouveau stade des Alpes.

Angle rue Joseph Chanrion et boulevard Jean Pain, sous la passerelle piéton.

RANDO'S à ST ETIENNE c'est ...

Une permanence mensuelle est assurée pour accueillir les futur(e)s participant(e)s.

C'est aussi la soirée "Auberge Espagnole". Possibilité de faire réchauffer son plat dans la cuisine mise à disposition. Le 1^{er} mercredi de chaque mois, de 20 h 00 à 22 h 00.

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

Courriel : randos42@laposte.net

Animateurs de l'antenne de St Etienne : Raymond L. et Simon JP.

RDV pour le covoiturage :

Parking du Rond Point Vélocio (face au grand bâtiment EOVI)

A la fin de la rue Robespierre, au début de la rue Paul de Vivié.

RANDO'S dans l'Ain c'est : randos01@laposte.net

RANDO'S en Ardèche c'est : randos07@laposte.net

RANDO'S dans la Drôme c'est : randos26@laposte.net

RANDO'S en Savoie c'est : randos73@laposte.net

RANDO'S en Haute Savoie c'est : randos74@laposte.net

RANDO'S à LYON c'est ...

L'antenne de Lyon t'accueille à partir de 19 h 30 **le 3^{ème} jeudi de chaque mois** pour une permanence suivie d'une auberge espagnole vers 21 h 00 dans les locaux d'ARIS 19 rue des Capucins Lyon 1^{er}.

Contact 06 24 79 94 58.

Courriel : randos69@laposte.net

RDV pour le covoiturage : Place des Martyrs de la Résistance, Lyon 3^{ème}, angle rue Paul Bert et rue Garibaldi, en face du bâtiment du GRAND LYON.



Activité Vélo le samedi, départ à 14 h 00 (heure d'hiver) et à 15 h 00 (heure d'été) quai Augagneur, face aux cuisines Astral.

Merci de t'inscrire sur le site ou de prendre contact le samedi matin au plus tard.

Contact : Christophe au 06 85 49 93 74

RANDO'S est aussi sur le WEB et sur Facebook

Le site Internet de Rando's existe depuis septembre 2001.

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

En plus du programme, tu y trouveras des informations de dernière minute, les statuts de l'association, ainsi que des 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 te donner des infos de dernière minute, ajout, modification ou suppression de sortie.

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 sorties "montagnardes")
- de bâtons de marche en cas de forte dénivelée
- d'un k-way, d'une lampe de poche et de vêtements chauds
- d'un sac à dos pour un pique-nique consistant, et de l'eau
- 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 randonnée, ski de fond et raquettes prévoir l'équipement A.R.V.A. (Appareil de Recherche de Victimes d'Avalanches) + Sonde + Pelle à neige

Membres du Conseil d'Administration 2012

Laurent BARRAL	Secrétaire
Christian CROUVEZIER	Administrateur
Emilie J.	Administratrice
Yves ROUVIERE	Trésorier ☎ Rando's 06 24 79 94 58
Sébastien VADECARD	Responsable de l'antenne Drôme-Ardèche
Christophe VAGNER	Président ☎ 06 85 49 93 74

DIMANCHE 18 NOVEMBRE

Rando

MONTS DU LYONNAIS (69)

CRET DE LA POIPE 835M ROCHEFORT

Par Christian Crouvezier

☎ 04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73

Départ à pied depuis le Pinay ; Les Brosses ; Le Perret ; La Rocachardière ; La Croix Perrière ; Crêt de la Poipe 835m (point de vue et pique nique) ; la Poipe ; La Châtillonnière ; Rochefort (point de vue et église remarquable) ; Le Gazançon ; Le Bayard et enfin Le Pinay.

prévoir : repas hors sac

niveau : **Moyen** 5 h pour 18 km et 600 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 30

RDV A : St Etienne avant 9 h 15

RDV L : Le Pinay 10 h 30

Depuis Thurins, D25 direction Yzeron, puis la Croix Perrière
D628, 1km avant la Crx Perrière le Pinay



DIMANCHE 25 NOVEMBRE

Rando - Visite

SAVOIE (73)

LES CHARMETTES (CHAMBERY)

Par Eric G. & Nicolas P.

☎ 06 18 92 39 72

Depuis le centre ville de Chambéry, nous prendrons la direction des Charmettes pour rejoindre la maison de Jean-Jacques Rousseau et ses jardins. Retour au centre ville après la visite du matin (<http://musees.chambery.fr/418-presentation-du-site.htm>). **La visite du musée est gratuite.**

prévoir : 1 repas hors sac, un ticket de bus

niveau : **Facile** 2 h 30

RDV P : Grenoble à 10 h 00

RDV A : Lyon avant 9 h 30

RDV L : Parking Carré Curial Chambéry à 11 h 00



DIMANCHE 2 DECEMBRE

Rando - Visite

VERCORS (38)

PLUS PRES DE TOI MON DIEU

Par Bernard Mérault

☎ 04 76 64 34 05

Prenons de la hauteur sans aller au Tibet et, du monastère de Montchardon, nous dominerons les Gorges du Nan (et nos pulsions j'espère).

prévoir : 1 repas hors sac, des jumelles (le bénitier est en option)

niveau : **Facile** 3 h 30 pour 8 km et 550 m de dénivelée

RDV P & L : Parking de Cognin les gorges (N532) près de l'église à 9 h 45

RDV A : St Etienne avant 8 h 00

Lyon avant 8 h 15

Grenoble à 8 h 45



MARDI 4 DECEMBRE Auberge Espagnole **GRENOBLE (Cigale)**

MERCREDI 5 DECEMBRE Auberge Espagnole **ST ETIENNE (Actis)**

DIMANCHE 9 DECEMBRE Visite culturelle **VALLEE DU GRESIVAUDAN (38)**
VISITE DU MUSEE DE LA HOUILLE BLANCHE

Par Bernard Biais

☎ 06 71 85 08 67

Visite du Musée de la Houille blanche (Maison Bergès) à Villard-Bonnot.

Les Randoiens ne font pas qu'entraîner leurs jarrets, parfois ils se cultivent !

Ce musée est la maison d'Aristide Bergès, génial ingénieur et père de la Houille blanche (hydroélectricité) à la fin du 19^e siècle. Cette technologie s'est développée par la suite dans le monde entier. Bernard Biais, notre guide, est aussi l'auteur d'un livre sur l'histoire industrielle de la région, et commentera cette visite. **La visite du musée est gratuite.**

prévoir : Oreilles et yeux

niveau : **Facile** 2 h

RDV P : Grenoble avant 14 h 30

RDV A : Lyon avant 13 h 30

RDV L : Musée de la Houille blanche (hameau de Lancey, commune de Villard-Bonnot, à environ 15 km de Grenoble sur la route de Pontcharra) à 15 h 00



DIMANCHE 16 DECEMBRE Rando - Resto **BEAUJOLAIS (69)**
MONT ST RIGAUD 1009M ET RESTAURANT A PROPIERES

Par Christian Crouvezier

☎ 04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73

La balade débute au pied du Mt St Rigaud et nous fait découvrir, au sommet, un joli point depuis le belvédère, à 1009 m (plus haut sommet du Rhône).

Descente par la fontaine miraculeuse et le Vallon du Sornin pour rejoindre Propières.

Ensuite déjeuner dans le restaurant de la Roche avant le retour en balade digestive par le col de Patoux et sa forêt de conifères.

Repas de midi : Restaurant Roche Centre village 69790 Propières.

Prévoir 18,50€ hors boissons

Réservation avant le 3 décembre 2012, chèque de 10€ à l'ordre de Rando's Rhône Alpes.

niveau : **Moyen** 4 h 30 pour 15 km et 550 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 8 h 30

RDV A : St Etienne avant 8 h 00

RDV L : Propières place de l'église avant 10 h 00



JEUDI 20 DECEMBRE Auberge Espagnole **LYON (Aris)**

Joyeux
Noël



MERCREDI 2 JANVIER

Auberge Espagnole

ST ETIENNE (Actis)

DIMANCHE 6 JANVIER

Raquettes

JURA (01)

PORTE DE CUVERY DU PLATEAU DE RETORD

Par Laurent M.

☎ 06 86 16 92 22

Boucle De 12 km environ.

Ambiance d'un plateau nordique entre 1000 et 1300 mètres d'altitudes où combes et crêtes boisées offrent des sites d'exception aux randonneurs de raquettes. Merveilleux belvédères sur les Alpes et le Jura sud.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Facile**

RDV P : Lyon avant 8 h 00

RDV A : Grenoble avant 7 h 30

RDV L : 9 h 30 Porte de Cuvéry du plateau de Retord, 01200 Châtillon en Michaille. Parking : Col de Cuvéry, face à l'auberge



MARDI 8 JANVIER

Auberge Espagnole

GRENOBLE (Cigale)

DIMANCHE 13 JANVIER

Raquette ou ski de rando nordique

CHARTREUSE (38)

LES CHALETS DU CHARMANT SOM

Par Marielle Bourgoint

☎ 06 17 79 58 64 ou 04 76 89 70 36

Du col de Porte, montée par les crêtes de Montfromage et la Balme de l' Air pour arriver aux chalets du Charmant som .

Redescente par la route d'alpage puis un sentier forestier.

prévoir : 1 repas hors sac, boisson chaude, raquettes ou équipement de ski de rando nordique, bâtons

niveau : **Moyen** 4 h pour 370 m de dénivelée

RDV A : Grenoble avant 9 h 00

RDV A : Lyon avant 8 h 00

RDV P & L : Col de Porte avant 10 h 00



JEUDI 17 JANVIER

Auberge Espagnole

LYON (Aris)

DIMANCHE 20 JANVIER

Rando

CHAMBARAN (26)

LE 8 DE LA GALAURE

Par Christian Eynaud

☎ 06 22 85 56 51

Découverte des Terres Froides. Nous passerons du moyen âge au XXIème siècle, du sable aux galets, des forêts profondes aux champs cultivés.

niveau : **Facile** 5 h pour 400 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 8 h 30

RDV A : St Etienne avant 8 h 30

Grenoble avant 9 h 00

RDV L : Chateauneuf de Galaure

Parking de La Poste avant 10 h 00



SAMEDI 26 JANVIER

ASSEMBLEE GENERALE

LYON 1^{er}

Comme chaque année, nous nous retrouverons pour faire le bilan de l'année écoulée et préparer l'avenir. Toutes les remarques et les suggestions pour améliorer notre fonctionnement seront les bienvenues. Pour plus d'efficacité tu peux faire parvenir tes éléments de réflexion à l'avance ce qui permettra au Conseil d'Administration d'apporter éventuellement des réponses dans les meilleures conditions.

La traditionnelle auberge espagnole (chacun apportant un plat, salé ou sucré) suivra l'Assemblée Générale dans la convivialité.

Ce sera aussi le moment de commencer la préparation du programme de l'été 2013.

ATTENTION, cette année nous aurons le plaisir d'être à nouveau hébergés par notre amie Mme ARIS qui s'est enfin remise de son lifting.

Une convocation et un plan te seront envoyés en temps utile.

DIMANCHE 27 JANVIER

Visite

LYON (69)

VISITE HISTORIQUE MAIS NON CHRONOLOGIQUE DE LA CROIX-ROUSSE

Par Michel Cattoz

☎ 06 71 17 71 99

Balade de 4 heures environ, modulable, sur le plateau et les pentes de la Croix-Rousse, avec commentaires et anecdotes historiques. Connaisseurs bienvenus pour me soutenir et enrichir les commentaires.

Possibilité de s'abriter chez l'organisateur en cas de météo pluvieuse ou glaciale.

(attention le téléphone mentionné dans le programme papier est erroné)

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Facile** 4 h 00

RDV P & L : Lyon place des Terreaux devant le musée des Beaux-Arts à 10 h 30

RDV A : St Etienne avant 9 h 30

Grenoble avant 9 h 30



DIMANCHE 27 JANVIER **Ski de Rando Raquettes** **VERCORS (38)**
LE MOUCHEROTTE
 Par Eric G. & Nicolas P. ☎ **06 18 92 39 72**
 Parcours sans réelle difficulté depuis le stade de neige de Lans en Vercors jusqu'au sommet du Moucherotte (1901 m).

prévoir : 1 repas hors sac, ski ou raquettes
 niveau : **Moyen** 4 h 00 pour 12 km et 520 m de dénivelée
 RDV P : Grenoble avant 9 h 00
 RDV A : Lyon avant 8 h 30
 RDV L : Parking du stade de neige de Lans en Vercors 10 h 00, accès par la route D1061



DIMANCHE 3 FEVRIER **Ski de fond Raquettes** **VERCORS (38)**
JOURNEE NORDIQUE A MEAUDRE
 Par Eric G. & Nicolas P. ☎ **06 18 92 39 72**
 De Méaudre, nous prendrons la navette qui rejoint le domaine d'altitude des Narces (1400 m). Parcours nordique sur les boucles tracées du domaine selon les envies !

prévoir : 1 repas hors sac, ski ou raquettes Forfait ski de fond (7-8 euros)
 niveau : **Moyen** 4 h 00 pour 12 km et 520 m de dénivelée
 RDV P : Grenoble avant 9 h 30
 RDV A : Lyon avant 8 h 45
 RDV L : Foyer de ski de fond Méaudre, 10 h 30



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

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

DIMANCHE 10 FEVRIER **Rando** **PILAT (42)**
LA VALLEE DES SEIGNEURS D'ARGENTAL
 Par Dominique B. ☎ **06 77 35 43 50**
 Depuis la commune de La Versanne, nous passerons à côté d'un ancien moulin pour rejoindre les vestiges du château d'Argental et de sa Chapelle du XIIème siècle. Au retour, nous visiterons quelques hameaux dont celui de Chazeau qui a vu naître le premier archevêque d'Océanie Monseigneur Etienne Rouchouse.

prévoir : 1 repas hors sac, être bien chaussé et prévoir d'être équipé pour surmonter la neige le cas échéant.
 niveau : **Moyen** 5 h pour 16 km et 350 m de dénivelée
 RDV P & L : 9 h 30 à La Versanne (à côté de la salle des fêtes en contrebas du village, près du terrain de pétanque)
 RDV A : Lyon avant 8 h 00
 St Etienne avant 8 h 30



DIMANCHE 10 FEVRIER **Raquettes** **MASSIF DES BAUGES (73)**

LA CROIX DU BERGER

Par Johann Delaval ☎ 06 63 48 04 11

Randonnée facile mais pour un randonneur capable d'évoluer hors-balisage et traces.
Possibilité de s'arrêter à la Croix et de faire demi-tour ou de faire une boucle.

prévoir : 1 repas hors sac
niveau : **Facile** 5 à 6 h pour 300 à 450 m de dénivelée
RDV P & L: 9h00 sur le parking de la « Maison de la Cantonnière ».
Parking se trouvant devant une maison isolée au bord de la route du Revard situé à 3km de la station du Revard.
RDV A : Lyon avant 7 h 00
Grenoble avant 7h30



DIMANCHE 17 FEVRIER **Ski de fond** **MASSIF DES BAUGES (73)**

SKI DE FOND SUR LE PLATEAU DU REVARD

Par Johann Delaval ☎ 06 63 48 04 11

Magnifiquement situé dans le parc régional naturel des Bauges, le plateau du Revard est l'un des plus grands domaines nordiques de France.
140 km de pistes vertes, bleues, rouges et noires.
Après la sortie de ski de fond, possibilité de se détendre au centre bien-être de la station thermale "Chevalley" pour profiter des eaux de sources sulfuriées ainsi que du hammam et du sauna (une vingtaine d'euros pour l'entrée).

prévoir : 1 repas hors sac+ 8.50 euros pour le forfait journée
niveau : **Facile** 5 à 6 h pour 300 à 450 m de dénivelée
RDV P & L: Rendez-vous 10 h 00 sur le parking de Crolles sur la route du Revard. Parking se trouvant à 1 km de la station du Revard.
RDV A : Lyon avant 8 h 00
Grenoble avant 8 h 30



DIMANCHE 17 FEVRIER **Rando** **DOMBES (01)**

CIRCUIT DU CHATEAU DE FLECHERES

Par Emilie J. ☎ 06 52 35 84 06

Cette balade facile dans le bocage du val de Saône, nous permettra d'apercevoir le château de Fléchères considéré comme l'un des plus beaux du pays de Saône.

prévoir : 1 repas hors sac
niveau : **Facile** 3 h pour 12 km et 0 m de dénivelée
RDV P : Lyon avant 10 h 45
RDV L : Chaleins - parking de la place de la Mairie à 11 h 30



JEUDI 21 FEVRIER **Auberge Espagnole** **LYON (Aris)**

DIMANCHE 24 FEVRIER **Rando Resto** **MONTS DU LYONNAIS (69)**

DE ST MARTIN A DUERNE

Par Didier Ciurana

☎ 06 41 68 39 78

Au départ de St Martin en Haut, nous emprunterons des chemins de campagne jusqu'à Duerne où nous ferons une halte gastronomique au Plaisir des Gourmands. Notre digestion se fera sur les deux derniers tiers du parcours, avec un passage par la table d'orientation de la Courtine du Haut. Cout prévisionnel environ 25 €.

Réservation **avant le 8 février**, envoyer un chèque de 15 € à l'ordre de Rando's Rhône Alpes.

prévoir : Le solde en € pour payer le repas

niveau : **Facile** 4 h 30 pour 15 km et 300 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 30

RDV A : St Etienne avant 9 h 30

RDV L : St Martin en Haut - Parking du cimetière - 10 h 30



DIMANCHE 24 FEVRIER **Raquettes ou ski de Rando Nordique** **VERCORS (38)**

LA MOLIÈRE

Par Marielle Bourgoint

☎ 06 32 55 76 85

Départ du hameau des Aiguaux, montée au pas de Bellecombe pour rejoindre la crête qui mène jusqu'à Charande, puis redescente par le pas de Tracollet.

prévoir : 1 repas hors sac et boissons chaudes

Raquettes, bâtons, ou équipement de ski de rando nordique

niveau : **Facile** 5 h pour 500 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 9 h 00

RDV A : Lyon avant 8 h 00

RDV L : Sur demande



DIMANCHE 3 MARS **Rando - Resto** **PILAT (42)**

CRET DE LA PERDRIX 1434M DEPUIS GRAIX ET AUBERGE DE VERNOLON

Par Christian Crouvezier

☎ 04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73

Belle rando raquette resto (ou randonnée resto si manque de neige) avec l'incontournable Crêt de la Perdrix à 1434m...

Depuis Graix par Les Réalles et retour l'auberge du Vernolon où on pourra manger dans une bonne auberge des plats locaux. Ensuite retour sur Graix.

Repas de midi : Auberge du Vernolon 42220 Colombier.

Prévoir 21,50 € hors boissons

Réservation avant le 15 février, chèque de 10€ à l'ordre de Rando's Rhône Alpes.

prévoir : Raquettes, bâtons, vêtements chauds et boissons chaudes,
lunettes et crème solaire

Le solde en € pour payer le repas

niveau : **Moyen** 5 h 00 pour 13 km et 570 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 8 h 30

RDV A : St Etienne avant 9 h 15

RDV L : Sortie Graix coté le Bessat D8

(parking proche cimetière) avant 10 h 00



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

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

DIMANCHE 10 MARS Ski alpin **MASSIF DU TAILLEFER (38)**
INITIATION AU SKI ALPIN

Par Jean-François Rouvidant

☎ 06 82 19 74 76

Afin de découvrir le ski alpin, apprentissage de la glisse, de l'équilibre et du chasse-neige.
Possibilité de location du matériel sur place.

prévoir : 1 repas hors sac, vêtements chauds, skis alpins, chaussures et bâtons

niveau : **Facile** pas de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 8 h 00

RDV A : Lyon avant 7 h 00

RDV L : Parking Alpe du grand Serre à 9 h 00



DIMANCHE 17 MARS Rando **HAUT BEAUJOLAIS (69)**
CIRCUIT DU FROMAGE FERMIER

Par Michel Aucourt

☎ 06 79 64 18 77

Départ au village de Chambost Allieres, montée jusqu'au point culminant St Cyr du Chatou en passant par le château de Longeval. Beau point de vue sur la vallée d'Azergues, le Beaujolais, les Dombes et les Alpes par beau temps.

Vous pourrez vous approvisionner en fromages de vache et/ou chèvre dans plusieurs fermes situées sur le parcours.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 6 h 30 pour 24 km et 618 m de dénivelée

RDV P & L : Parking de la mairie de Chambost-Allieres avant 9 h 15

RDV A : Lyon et St Etienne avant 8 h 30



JEUDI 20 MARS Auberge Espagnole **LYON (Aris)**

DIMANCHE 17 MARS Rando Raquettes **VERCORS NORD (38)**
LE PLATEAU DU SORNIN

Par Rémi Genève et Jean-Luc Martin

☎ 06 20 93 62 70 - 06 12 45 69 29

La montée en sous-bois nous mène au plateau où l'on découvre les chalets du Sornin. Points de vue sur Chartreuse et Vercors. Si l'état de la neige le permet, nous pourrions alors faire le tour du Plateau du Sornin. **(Cette sortie était initialement prévue le 24 mars)**

prévoir : 1 repas hors sac, vêtements chauds, raquettes, bâtons

niveau : **Moyen** 4 à 5 h pour 600 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 9 h 00

RDV A : Lyon avant 8 h 30

RDV L : Au dessus du village d'Engins, au hameau "Le Fournel" à 10 h 00.



DU SAMEDI 30 MARS AU LUNDI 1^{er} AVRIL : Rando CALANQUES (13)

WEEK END DE PAQUES

MARSEILLE-CASSIS PAR LES CALANQUES

Par Laurence Pauwels

☎ 06 79 13 79 92

Deux jours de randonnée exceptionnelle en bord de mer. Itinéraire beau et varié.

1^{er} jour : départ de Montredon, découverte de Callelongue et de son ancien sémaphore.

Nous passerons au-dessus de la calanque de Cortiou et on quittera

le massif de Maseilleveyre pour entrer dans celui du Puget.

Après la descente vers le col, la calanque et le port de Sormiou, le sentier nous mènera sur les crêtes avec une vue exceptionnelle sur l'itinéraire du lendemain. Nous rejoindrons la calanque de Morgiou fin d'étape. **NUIT DU PASSAGE A L'HEURE D'ETE**

2^{me} jour : départ de Morgiou, contour de l'aiguille de Sugiton.

Belle remontée du val Vierge avant de descendre les crêtes du Devenson. Vues impressionnantes sur l'aiguille de l'Eissadon et la côte très sauvage.

Sentier plus large à la magnifique calanque d'En Vau.

Quelques pas d'escalade facile avant d'arriver au plateau du Cadeiron et à la calanque de Port Pin.

On longera la calanque de Port Miou, la seule sur la commune de Cassis, pour arriver au bout où se trouve la buvette !

Hébergement : Auberge de jeunesse Vertigo Vieux-Port
38 Rue Fort Notre Dame 13007 Marseille
Chambres de 4, 6 ou 8

Réservation avant le 15 décembre, chèque de 40€ à l'ordre de Rando's Rhône Alpes.

prévoir : 150 euros (si 4 par voiture : carburant, péages, parking, hébergement, restaurant) + **4 repas hors sac** (samedi midi, samedi soir, dimanche midi, lundi midi) restaurant le dimanche soir en ville

Petit déjeuner offert et cuisine à disposition avec ustensiles: possibilité de cuisiner

Nécessaire de toilette.

Des informations plus détaillées seront envoyées aux inscrit(e)s.

niveau : **Moyen**

1^{er} jour : Rando 4 h pour 15 km et 5 à 600 m de dénivelée

2^{ème} jour : Rando 4 h à 4 h 30 pour 15 km et 5 à 600 m de dénivelée

3^{ème} jour : Visite de Marseille et retour

RDV P : Lyon 7 h 00

RDV L : Montredon 11 h 00. Départ sentier du **Président**, marqué blanc/rouge

RDV Locaux du dimanche et du lundi sur demande.



MARDI 2 AVRIL

Auberge Espagnole

GRENOBLE (Cigale)

MERCREDI 3 AVRIL

Auberge Espagnole

ST ETIENNE (Actis)

DIMANCHE 7 AVRIL **Rando** **MONTS DU LYONNAIS (69)**
MONTROTTIER-CHAMOUSSET - DE MONTS EN CHATEAUX
 Par Emilie J. et Bernard S. ☎ **06 52 35 84 06 ou 06 75 99 61 94**
 Cette rando au départ de Montrottier, nous permettra de voir les beaux panoramas du pays de Chamousset et d'apercevoir l'impressionnant château de Chamousset et la croix du Prou, taillée dans du calcaire jaune.
 prévoir : 1 repas hors sac
 niveau : **Moyen** 5 h pour 17 km et 400 m de dénivelée
 RDV P : Lyon avant 8 h 30
 RDV A : St Etienne avant 8 h 30
 RDV L : Montrottier (Parking à côté de la Poste) à 9 h 30



DIMANCHE 14 AVRIL **Rando** **BRIONNAIS (71)**
BOCAGE BRIONNAIS
 Par Michel Aucourt ☎ **06 79 64 18 77**
 Départ au village d'Oye, berceau de la race charolaise. Magnifiques paysages typiques du bocage Brionnais. Sur le parcours : château de Chaumont (XVIII^{ème} siècle), chapelle de Sancenay.
 Possibilité hébergement nuit du samedi au dimanche chez l'organisateur.
 prévoir : 1 repas hors sac
 niveau : **Moyen** 6 h pour 20 km et moins de 300 m de dénivelée
 RDV P & L : Parking Intermarché à l'entrée de La Clayette 71800 à 10 h 00
 RDV A : Lyon avant 8 h 30



JEUDI 18 AVRIL **Auberge Espagnole** **LYON (Aris)**

DIMANCHE 21 AVRIL **Rando** **CHARTREUSE (38)**
ROC D'ARGUILLE
 Par Marielle Bourgoint ☎ **06 32 55 76 85**
 Du parking de Perquelin montée vers le Col des Ayes, puis jusqu'au point de vue à 1760 m. ensuite petite boucle passant par le Habert de Pravouta et le Col du Coq et redescende par le même itinéraire.
 prévoir : 1 repas hors sac
 niveau : **Moyen** 4 h pour 800 m de dénivelée
 RDV P : Grenoble avant 9 h 00
 RDV A : Lyon avant 8 h 30
 RDV L : Parking de Perquelin, au dessus de Saint Pierre de Chartreuse 10 h 00



DIMANCHE 28 AVRIL	Rando	BUGEY (01)
LES CRETES DU MOLLARD DE DON		
Par Emilie J.		☎ 06 52 35 84 06
Après une montée un peu raide, nous marcherons le long des crêtes du Mollard de Don (1217m), point culminant du Bas-Bugey. De là, nous aurons une vue superbe sur les deux versants : vue sur le bassin du Belley, les lacs, les Alpes du Mont Blanc à la Vanoise et le mont Pilat.		
prévoir : 1 repas hors sac + bâtons conseillés		
niveau : Moyen 6 h pour 19 km et 360 m de dénivelée		
RDV P : Lyon avant 8 h 30		
RDV A : St Etienne ou Grenoble avant 8 h 00		
RDV L : Ordonnaz à 10 h 00 au carrefour de la D32 et D94 (départ du GR 59)		
		

MERCREDI 1^{ER} MAI	Auberge Espagnole	ST ETIENNE (Actis)
------------------------------------	--------------------------	---------------------------

DIMANCHE 5 MAI	Rando	CHARTREUSE (38)
LE MONT ST EYNARD (1359 m)		
Par Eric G. & Nicolas P.		☎ 06 18 92 39 72
Randonnée en boucle depuis le Sappey jusqu'au fort du St Eynard, retour par les crêtes et la piste de ski alpin.		
prévoir : 1 repas hors sac		
niveau : Facile 3 h 00 pour 400 m de dénivelée		
RDV P : Grenoble avant 9 h 45		
RDV A : Lyon avant 8 h 45		
RDV L : Le Sappey en Chartreuse (parking du parc Indian Forest Chartreuse, sur la droite du village en arrivant de Grenoble par la D512) 10 h 30		
		

MARDI 7 MAI

Auberge Espagnole

GRENOBLE (Cigale)

**DIMANCHE 12 MAI
PAS DE L'ESSAURE**

Rando

VERCORS (38)

Par Bernard Biais

☎ **06 71 85 08 67**

Chichilianne est un beau village à 55 km de Grenoble, près de la route de Sisteron, à 18 km au sud du col du Fau. La randonnée part de Chichilianne (1000 m). Montée jusqu'au Pas de l'Essaure (1660 m), d'où le/la randonneur/euse jouira d'une très belle vue sur le Vercors, en particulier le Mont Aiguille, et sur le plateau du Trièves. Puis redescente à Chichilianne.

prévoir : 1 repas hors sac

niveau : **Moyen** 4 h pour 660 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 9 h 00

RDV A : Lyon avant 8 h 15

RDV L : Eglise de Chichilianne à 10 h 30



JEUDI 16 MAI

Auberge Espagnole

LYON (Aris)

VENDREDI 17 AU LUNDI 20 MAI

Rando

MASSIF CEVENOL (48)

WEEK END TRADITIONNEL PENTECOTE EN LOZERE

Par Yves Rouvière

☎ **06 69 20 26 97**

La Lozère est le pays des extrêmes. Département le moins peuplé de France, il est par contre celui qui possède l'altitude moyenne la plus élevée. Département le plus pauvre; il est en contre partie celui qui possède l'air le plus riche en ozone. Florac, sous-préfecture et capitale administrative du Parc National des Cévennes nous accueillera pour ce week end de Pentecôte.

1^{er} jour : Randonnée (gorges du Tarn et causse Méjean ou Cévennes)

2^{ème} jour : Randonnée Mont Lozère (sources du Tarn et col Finiels)

Hébergement : VVF Florac, appartements de 5 ou 6 personnes

Réservation : avant le 15 mars, chèque de 50€ à l'ordre de Rando's Rhône Alpes (coût total environ 90€ hors frais de transport)

prévoir : 3 repas hors sac pour les 3 midis avec possibilité d'acheter sur place.

niveau : **Moyen à Moyen +**

RDV P : Vendredi 17 Mai en début d'après midi à LYON

(les horaires seront déterminés en fonction des inscriptions)

RDV L : VVF Florac en début de soirée



SAMEDI 18 AU LUNDI 20 MAI

Week-End

BARONNIES (26)

Rando et Via Ferrata

DECOUVERTE DE LA DROME PROVENCALE avec l'association Chemin Des Cimes.

Par Christophe S. et Jérôme V.

☎ 06 13 43 33 96

Dimanche : Via ferrata niveau Moyen

Lundi : Rando niveau Moyen

Hébergement : Camping municipal le Jalinier à Buis les Barronies (04 75 28 04 96)

Coût prévisionnel : prix de la nuitée en camping (pas d'acompte)

prévoir : 2 repas hors sac (midi) + 2 petits déjeuners + 2 repas du soir

Matériel de via ferrata (casque + baudrier + longes avec absorbeur de choc)

Equipement de camping + sac de couchage + nécessaire de toilette

niveau : **Moyen**

RDV P : Lyon samedi 18 avant 15 h 00

RDV L : Camping municipal de Buis 18 h 00



LUNDI 20 MAI

Rando

CHARTREUSE (38)

MONT GRANIER

Par Didier Ciurana

☎ 06 41 68 39 78

Nous attaquerons la matinée par une montée raide en forêt pour gagner 500m de dénivelée.

Nous reprendrons notre souffle au Col de l'Alpette tout en appréciant le panorama plein ouest sur l'Outheran et la Roche Veyrand. Une marche paisible au milieu des pâturages nous mènera vers une cheminée pour une petite grimpe à mains nues (éviter d'amener un chien).

Plus paisible sera l'ascension finale à travers l'Alpette pour atteindre notre but : le Mont Granier. Nous regagnerons les Plagnes par une forte pente rocailleuse, puis à travers les bois et les prés. **Quelques passages vertigineux !!!**

prévoir : 1 repas hors sac, bâtons

niveau : **Difficile** 6 h 30 pour 10 km et 840 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 8 h 00 (trajet 2h - 115 km)

RDV A : Grenoble avant 9 h 00

RDV L : Parking Hameau des Plagnes, au Nord d'Epernay
(Commune d'Entremont-le-Vieux), à 10 h 00



DIMANCHE 26 MAI

Rando - Visite

VERCORS (38)

AU PAS CAMARADES, AU PAS !

Par Bernard Méréault

☎ 04 76 64 34 05

Nous attaquerons le Vercors par les gorges du Nan, traverserons la partie nord des Coulmes pour atteindre le col de Roumeyere (1069m). Retour par le pas du Follet (1351m), le col de Neurre (1243m), le hameau des Belles, le Moulin où nous rattraperons l'itinéraire de montée.

prévoir : 1 repas hors sac, des jumelles

niveau : **Difficile** 6 h 30 pour 22 km et 1080 m de dénivelée

RDV P & L : Parking de Cognin les Gorges (N532) près de l'église à 9 h 15

RDV A : St Etienne avant 7 h 45

Lyon avant 8 h 00

Grenoble à 8 h 30



ASSOCIATIONS AMIES (liste non exhaustive et plus complète sur notre site Internet)

ARIS
www.aris-lyon.org

FORUM GAY ET LESBIEN
www.fgllyon.org

CARGO
<http://c-a-r-g-o.org>

FRONT RUNNERS LYON,
<http://frontrunnerslyon.org>

CONTACT - LYON
www.asso-contact.org/69

CIGALE
www.cigale-grenoble.org

GAY LURONS
<http://lgl26.site.voila.fr>

FACE A FACE
www.festivalfaceaface.fr

CHTI RANDO'S
www.chtirandos.fr

DIALOGAI
www.dialogai.org

EXTRA MUROS
www.extra-muros-toulouse.com

RANDO'S LORRAINE
www.randoslorraine.com

ALSARANDO,
<http://alsarando.fr>

RANDO'S AUVERGNE
www.randosauvergne.org

RANDO'S ILE DE FRANCE
www.randos.org

RANDO'S LIMOUSIN
www.randoslimousin.org

RANDO'S MIDI
<http://randosmidi.ouvaton.org>

GAYS RANDONNEURS NANTAIS
<http://grn.free.fr>

RANDO'S NORMANDIE
www.randosnormandie.asso.fr

RANDO'S PROVENCE
www.randosprovence.org

RANDO GAY PYRENEES
www.randogaypyrenees.fr

CHEMIN DES CIMES
www.chemindescimes.com

GAYS RANDONNEURS DE PROVENCE
www.gaysrandonneurs.com

LES COQ' AIN' S
www.agl-lescoqains.fr

LES BASCOBAROUDEURS
<http://lesbascos.free.fr>



RANDO'S RHONE - ALPES

BP 8403, 69359 LYON CEDEX 08

Renseignements Rando's : 06 24 79 94 58 (de 20 h à 22 h)

Courriel : randos.rhone-alpes@laposte.net

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

GRENOBLE : Permanence au local du C.I.Ga.Le, 1er et 3^{ème} (rdv) mardis : 06 71 85 08 67

LYON : Permanence au local d'A.R.I.S. le 3^{ème} jeudi de chaque mois : 06 24 79 94 58

ST ETIENNE : Permanence au local d'A.C.T.I.S., le 1er mercredi de chaque mois

