RANDO'S Rhône-Alpes

Programme Numéro 57

Association loi 1901
BP 8403
69359 LYON CEDEX 08
randos.rhone-alpes@laposte.net
SMS / Téléphone : 06 24 79 94 58 de 20h à 22h
Site Internet : www.randos-rhone-alpes.org

Activités de mai à novembre 2015

Dates	Type	Nom de la Sortie	Niveau	Lieu
samedi 2 mai au 9 mai	Séjour	Voyage Italie	Moyen	Ligurie (Italie)
vendredi 8 mai	Rando	Dent du Chat	Difficile	Savoie
dimanche 10 mai	Rando	Mont Mézenc – Mont Gerbier de Jonc	Très Difficile	Haute-Loire
jeudi 14 mai au 17 mai	Séjour	Les Gorges de la Loire	Moyen à Diff.	Forez
dimanche 17 mai 2015	Rando	Belvédère des fils et Mont Tournier	Moyen	Savoie
vend 22 au lundi 25 mai	Séjour	Florac	Moyen	Lozère Sud
dimanche 24 mai	Rando	Lac de Saint-Front - hameau de Bigorre	Très Difficile	Haute-Loire
lundi 25 mai	Rando	Dome de Bellefont Sources du Guiers	Très Difficile	Chartreuse
dimanche 31 mai	Rando	Grand Som par le Racape et la Suiffière	Difficile	Chartreuse
	Rando	Le col du Sapenay par Expilly	Difficile	Savoie
dimanche 7 juin	Rando	De Saint-André au Paradis	Moyen	Vercors
samedi 13 juin	Rallye	Rallye pédestre dans Vienne	Facile	Pays Viennois
	Soirée	Barbecue antenne St-Etienne	Festif	Roussillon
dimanche 14 juin	Rando	Entre bois, vignes et cerisiers	Difficile	Pilat
dimanche 21 juin	Rando	Rochefort	Facile	Mont du lyonnais
	Rando	Le Granier	Très Difficile	Chartreuse
dimanche 28 juin	Rando	Les lances de Malissard	Très Difficile	Chartreuse
sam 4 au 6 juillet	Séjour	Week end Cezalier et volcans Cantal	Moyen	Auvergne
dimanche 5 juillet	Rando	Roche Pourrie et Mont Mirantin	Difficile	Beaufortain
	Rando	Monts du Matin	Moyen	Vercors - Drôme
dimanche 12 juillet	Rando	Le vallon des Etages	Difficile	Ecrins
mardi 14 juillet	Rando	Tête de Garnesier	Très Difficile	Devoluy
dimanche 19 juillet	Rando	La Muzelle et le Lauvitel	Très Difficile	Haut-Oisans
Sam 25 juillet au 1er août	Treck	Tour du Queyras	Très Difficile	Hautes-Alpes
dimanche 26 juillet	Rando	Obiou	Très Difficile	Nord Devoluy
	Rando + Visite : Le circuit des passementiers		Moyen	Pilat
dimanche 2 août	Rando	Belle étoile	Très Difficile	Bauges
	Rando	Le chemin des Béates	Moyen	Pilat
dimanche 9 août	Rando	Les lacs Morétan	Très Difficile	Belledonne
samedi 15 août	Rando	Le Neyrard en boucle	Très Difficile	Ecrins
dimanche 16 août	Rando	Cublize - lac des sapins	Moyen	Rhône
dimanche 23 août	Rando	Le signal de la Mère Boitier	Difficile	Saône-et-Loire
sam 29 au dim 30 août	Week-end	Alpes du Pin et Col de haute Pisse	Très Difficile	Oisans
dimanche 30 août	Rando	Rando des Saint Crétulons	Difficile	Haut Beaujolais
	Rando	Les Lacs de la Tempête	Moyen	Beaufortain
dimanche 6 septembre	Rando	Saint Sorny	Moyen	Ardèche
	Rando	Le lac de la Balmette	Très Difficile	Belledonne
sam 12 au dim 13 septemb	Week-end	Les dentelles de Montmirail	Moyen	Vaucluse
dimanche 13 septembre	Rando	Le vallon de la Lavey - lac des Bèches	Difficile	Massif des Ecrins
	Rando	La Thoranche	Moyen	Monts du lyonnais
dimanche 20 septembre	Rando	Cheminas - Le lac des Meinettes	Moyen	Ardèche Nord
	Rando	Lac Labarre	Très Difficile	Massif des Ecrins
samedi 26 septembre	Réunion	Préparation du Programme 58	Festif	Saint-Etienne
dimanche 27 septembre	Rando	Les trois Sucs Yssingelais	Difficile	Haute-Loire
	Rando	La croix de Meyrieux	Difficile	Savoie
dimanche 4 octobre	Rando	Les Hauts D'Annonay	Moyen	Vivarais Ardèche
dimanche 4 **ou** 11 octobre	Rando	Au paradis du saucisson	Difficile	Beaujolais
dimanche 18 octobre	Rando	Mauves – Voie panoramique	Moyen	Ardèche Nord
dimanche 25 octobre	Rando	La randonnée des cadoles	Moyen	Beaujolais
samedi 31 octobre	nocturne	Marche nocturne spéciale Halloween	Facile	Rhône
dimanche 1 novembre	Rando	Les châteaux de Chasselay	Moyen	Monts d'or
dimanche 8 novembre	Rando	Pointe de la Gorgeat	Moyen	Chartreuse
dimanche 15 novembre	Rando	Rando-Resto Pluvy	Moyen	Monts du lyonnais
dimanche 22 novembre	Rando	Signal St-Andrée depuis Rontalon	Moyen	Monts du lyonnais

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 conviviale et sympathique.
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 ??? Cela dépend… Depuis le 1er décembre 2013 un nouveau barème de difficulté est mis en place avec 5 niveaux représentés par des étoiles.
Le critère dont le niveau est le plus élevé sera celui retenu pour qualifier la sortie.

Niveau	Très Facile	Facile	Moyen	Difficile	Très Difficile
Dénivelée	- de 150 m	151 à 300 m	301 à 600 m	601 à 1000 m	+ de 1000 m
Nombre de kilomètres	- de 6 km	> 6 à 9 km	> 9 à 16 km	> 16 à 22 km	+ de 22 km
Nombre d'heures	- de 3 h	- de 4 h	- de 5 h	- de 7 h	7 h ou +
				Passages vertigineux	
Nombres d'étoiles	1/5	2/5	3/5	4/5	5/5

Niveau Très Facile et Facile : activité de faible dénivelée, pas ou peu de difficulté
Niveau Moyen : entraînement minimum à la marche recommandé
Niveau Difficile et Très Difficile : forte dénivelée, nombre d'heures de marche important, bon ou très bon niveau d'endurance requis

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 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 sortie.

- 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 Rhône-Alpes : 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 :

Nouveau

Inter Mutuelles Assistance :
En France : 0800 875 875
A l'étranger : +33 5 49 77 47 78

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 le site Internet.

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 2015

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 :
- 16 Euros pour une année complète,
- 8 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).

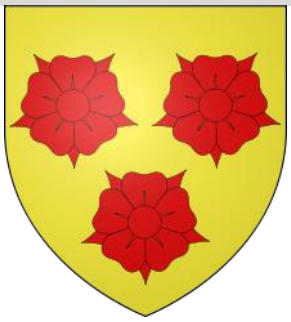
J'atteste sur l'honneur être dans un état de santé compatible avec la pratique des sports proposés par l'association Rando's Rhône-Alpes.

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 1er et 3ème mardis du mois de 20 h 30 à 22 h …
Le 1er mardi de chaque mois, repas type auberge espagnole à partir de 20 h 00 au local du Centre LGBTI de Grenoble C.I.Ga.Le 8 rue sergent Bobillot à Grenoble.
Les permanences du 3ème mardi ont lieu sur rendez-vous.

Téléphone : 06 71 85 08 67
Courriel : **randos38@laposte.net**
Animateurs de l'antenne de Grenoble : Isabelle C. 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.
(Près du Tram ligne C arrêt "Hôtel de Ville")

RANDO'S à SAINT 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 1er mercredi de chaque mois, de 20 h 00 à 22 h 00.
Au local ACTIS: 15, rue de la Résistance à St Etienne

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.
(Près du Tram ligne 1 et T3 arrêt "Bellevue")

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 dès 19 h 30 le 3ème jeudi de chaque mois pour une permanence suivie d'une auberge espagnole vers 21 h 00 dans les locaux du Centre LGBTI de Lyon 19 rue des Capucins Lyon 1er.

Contact : 06 24 79 94 58.
Courriel : randos69@laposte.net

RDV pour le covoiturage :
Place des Martyrs de la Résistance, Lyon 3ème, angle rue Paul Bert et rue Garibaldi, en face du bâtiment du GRAND LYON.
(Près du bus C7 arrêt "Garibaldi Paul Bert" ou
Métro B Station "Place Guichard" ou Métro D Station "Garibaldi ")

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 dans la rubrique « Je prévois d'aller à la sortie », les statuts de l'association, ainsi que des photos des sorties effectuées.
Webmaster : Christophe VAGNER.

Merci aux internautes de bien penser à communiquer leur adresse électronique à **randos.rhone-alpes@laposte.net**.
Cela nous permet de leur donner des informations 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 fond, ski de piste, ski de randonnée et raquettes à neige, prévoir l'équipement A.R.V.A. (Appareil de Recherche de Victimes d'Avalanches) + Sonde + Pelle à neige

Membres du Conseil d'Administration 2015

Laurent BARRAL	Administrateur
Christian CROUVEZIER	Administrateur
Clémence GASCON	Administratrice
Emilie J.	Présidente
Yves ROUVIERE	Trésorier ☎ **Rando's** 06 24 79 94 58
Bernard SOULIE	Secrétaire et Directeur de la publication
Sébastien VADECARD	Responsable de l'antenne Drôme-Ardèche

SAMEDI 2 AU 9 MAI **Séjour italiano** **LIGURIE (ITALIE)**
CINQUE TERRE

★★★☆☆

Par Bernard SOULIE ☎ **06 75 99 61 94**
Séjour de randonnées dans le parc national des " Cinque Terre ". Ce parc est inaccessible en voiture. Nous visiterons les petites villes de pêcheurs de Monterosso, Vernazza, Corniglia, Manarola, Riomaggiore et Portovenere. Sur des chemins de crêtes nous surplomberons la magnifique côte ligurienne.
Randonnées de 4 à 5h, 12 à 18 km, 500 à 600 m, niveau Moyen à Difficile.

Séjour complet

MARDI 5 MAI **Auberge Espagnole** **GRENOBLE (C.I.Ga.Le)**

VENDREDI 8 MAI **Rando** **SAVOIE (73)**
DENT DU CHAT

★★★★☆

Par Gilles GERMAIN☎ **06 71 51 80 66**
Belle balade de remise en jambes, récompensée par une vue superbe sur le lac du Bourget, Aix les Bains, les Bauges… Et au-delà si le temps est clair. Le chat ne mord plus : il ne lui reste que cette dent !

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche.
Niveau : **Difficile** 5 à 6 h 00 pour 800 m de dénivelée
RDV P : Lyon 8 h 00
RDV A : Grenoble avant 8 h 30 / St Etienne avant 7 h 30
RDV L : Col du Chat sur la D914A à 9 h 30

DIMANCHE 10 MAI **Rando** **HAUTS PLATEAUX DU VELAY (43-07)**
MONT-MEZENC ET MONT GERBIER DE JONC

★★★★★

Par Alain D.B. ☎ **06 77 79 52 58**
Depuis les Estables, montée à la Croix de Peccata (1559 m) puis au sommet du Mézenc (1753 m). De là, poursuite du parcours en empruntant le GR 73 et arrivée à 9 km au Gerbier. Retour aux Estables.

Prévoir : Repas hors sac.
Niveau : **Très Difficile** 6 h 00 pour 25 km et 620 m de dénivelée
RDV P : St Etienne avant 8 h 00
RDV A : Lyon avant 7 h 30
Grenoble avant 6 h 45
RDV L : Les Estables (43150) à 9h30 au parking de la station le long de la D631 en direction du Mézenc et du Gerbier de Jonc

JEUDI 14 AU DIMANCHE 17 MAI **Week-end rando** **FOREZ (42)**

WEEK-END GORGES DE LA LOIRE (ASCENSION)

Par Vincent F. et Michel A. ☎ **06 79 64 18 77**

Nous randonnerons autour des gorges de la Loire en amont de Roanne et du barrage de Villerest. Nous visiterons le Château de la roche, le Prieuré de Pommiers et la Bastie d'Urfé. Nous verrons également le château des cornes d'Urfé à St Marcel d'Urfé.Ancré sur son piton rocheux depuis le XIIIème siècle, le château de la Roche surplombait autrefois les gorges de la Loire du haut de ses 40 m. Depuis 1983, il baigne au milieu du fleuve suite à la mise en eau du barrage de Villerest.
A Pommiers, nous visiterons le prieuré, des sous-sols des XIème et XIIème siècles aux charpentes du XVIème en passant par le cloître et les logis du XVIème.
Enfin nous pourrons admirer l'intérieur et les jardins de la Bastie d'Urfé, premier château de la Loire de style Renaissance en descendant le fleuve. Nous nous émerveillerons notamment dans sa chapelle et sa grotte de rocailles.

Jeudi : Rando du château de la Roche à St Jodard et retour au château
+ visite du château de la Roche.
Départ du château de la Roche à St Priest La Roche (42590) à 10h30.
Niveau : **Moyen** 4h pour 14,5 km et 350 m de dénivelée

Vendredi : Rando de Pommiers à St Georges de Baroilles et retour à Pommiers
+ visite du prieuré de Pommiers si nous avons le temps.
Départ de Pommiers à 8h30.
Niveau : **Difficile à Très Difficile** 7h pour 22,5 km et 200 m de dénivelée

Samedi : Rando du pet de l'âne à Dancé avec très belles vues sur les méandres de la Loire + visite du prieuré de Pommiers si nous n'avons pas eu le temps la veille, sinon détente à la plage du barrage de Villerest
Départ de Dancé (42260) à 10h00
Niveau : **Moyen** 4h pour 13 km et 350 m de dénivelée

Dimanche : Rando de Champoly au château des cornes d'Urfe en passant par Urval et la Chassagne et retour à Champoly + visite de la Bastie d'Urfé à St Etienne le Molard
Départ de Champoly (42430) à 10h00
Niveau : **Moyen** 4h pour 13 km et 500 m de dénivelée

Réservation : ***Les réservations ayant eu lieu avant le 1er avril 2015, contacter les organisateurs pour connaître les possibilités de s'inscrire*** (acompte : chèque de 35 € à l'ordre de Rando's).
Possibilité de rejoindre le groupe à la journée pour la rando.

Hébergement 2 Chalets de 6 personnes avec terrasses dans un cadre campagnard.
(limité à 12 personnes, ou 18 personnes si le 3ème chalet est encore libre) Draps et linges de toilettes fournis, barbecue à disposition.
Chalets du Piou BP9 Haute fenêtre 42510 Bussières

Prévoir : 4 repas hors sac pour les midis (possibilité d'acheter sur place pour le vendredi, samedi et dimanche), eau, sac à dos, chaussures de rando
80 € par voiture venant de Lyon (kilométrage + péage),
hébergement : 35 € (sur une base de 12 personnes),
2 dîners + 3 petits déjeuners : 40 €, 1 dîner au restaurant 25 €.
Prieuré de Pommiers : 4,30 €, Bastie d'Urfé : 4,30 €,
Château de la Roche : 5,50 €

DIMANCHE 17 MAI **Rando** **AVANT PAYS SAVOYARD (73)**

BELVEDERE DES FILS ET MONT TOURNIER ★★★☆☆

Par Olivier GL. ☎ **06 77 06 57 54**

Aux confins du Bugey et de la Savoie, le plateau de St Maurice au-dessus de la vallée du Guiers et du Rhône a toujours été un avant-poste face à la France, en témoignent les restes de nombreux châteaux édifiés au Moyen-Age par les seigneurs de Savoie. Partant de St Maurice, nous gagnerons plusieurs beaux points de vue, notamment le belvédère des Fils où fut érigée une gigantesque antenne qui permit en 1912 la première liaison radio avec l'Amérique. Par les prés et les bois, nous rejoindrons le Mont Tournier, point culminant de notre boucle qui nous ramènera au village par la forêt.

Prévoir : Repas hors sac.
Niveau : **Moyen** 4 h 00 pour 12 km et 250 m de dénivelée
RDV P : Lyon avant 9 h 15
RDV A : Grenoble avant 9 h 15 / St Etienne avant 8 h 45
RDV L : St Maurice de Rotherens (73240) à 10h30
sur la place devant la Salle des Fêtes

VENDREDI 22 MAI (APRES-MIDI) **Week-end Rando** **Sud Est du MASSIF**
AU LUNDI 25 MAI 2015 **CENTRAL (LOZERE)**

LOZERE SUD (en pays cévenol) ★★★☆☆

Par Yves ROUVIERE ☎ **06 69 20 26 97**

La LOZERE, département le moins peuplé de France, nous offre de vastes étendues sauvages. Le tourisme, l'élevage et l'exploitation du bois sont les principales activités.
FLORAC, sous-préfecture et capitale administrative du Parc National des Cévennes, nous accueillera pour ce week-end de Pentecôte.

Vendredi : Départ de Lyon en début d'après-midi
Samedi : Randonnée (Cévennes-mont Aigoual)
Niveau : **Moyen** 5h30 pour 450m de dénivelée
Dimanche : Randonnée Mont Lozère (mas de la barque - pic Cassini)
Niveau : **Moyen** 5h30 pour 350m de dénivelée
Lundi : Randonnée ou visite
Réservation : Les réservations ayant eu lieu avant le 20 avril, contactez l'organisateur pour connaître les possibilités d'inscription. **Acompte de 50 euros** à envoyer à Rando's Rhône-Alpes. Nombre d'inscrits **limité à 15 personnes**.
Hébergement : VVF Florac (48400)- Appartements de 4, 5 ou 6 personnes
Prévoir : 3 repas hors-sac pour le midi (possibilité d'acheter sur place)
Coût prévisionnel du séjour : 100 € hors frais de transport
Le 22 mai n'étant pas férié, les participants devront s'assurer d'être en congé l'après-midi.
RDV P&L : Vendredi 22 Mai en début d'après-midi à Lyon (les horaires seront déterminés en fonction des inscriptions)
RDV A : Autres rendez-vous à prévoir en fonction des inscrits.

JEUDI 21 MAI **Auberge Espagnole** **LYON (Centre LGBTI)**

DIMANCHE 24 MAI **Rando** **HAUTE LOIRE (43)**

LAC DE SAINT-FRONT

ET LES CHAUMIERES DU HAMEAU DE BIGORRE

★★★★★

Par Alain D.B. ☎ **06 77 79 52 58**

Départ du village de Saint-Front. Poursuite par l'ancienne route des Couteaux (petit hameau), panorama sur le Mont Mézenc. Poursuite par le sentier sur le plateau, puis sur les bords du lac de Saint-Front. A la fin de la randonnée, si le temps le permet, visite du hameau de Bigorre et de ses chaumières caractéristiques.

Prévoir : Repas hors sac. Bonnes chaussures, bâtons recommandés !

Niveau : **Très Difficile** 5 h 00 pour 15 km et 1350 m de dénivelée

RDV P : St Etienne avant 8 h 45

RDV A : Lyon 8 h 00 / Grenoble avant 7 h 30

RDV L : Village de Saint-Front (43550) à 10 h 00 - parking près de la mairie

LUNDI 25 MAI **Rando** **CHARTREUSE (38)**

LE DOME DE BELLEFONT ET LES SOURCES DU GUIERS

★★★★★

Par Gilles GERMAIN☎ **06 71 51 80 66**

Longue balade dans un coin méconnu de Chartreuse, tantôt en forêt, tantôt sur les alpages. Belle vue du sommet. Et les impressionnantes sources du Guiers au retour.

Un très court et facile passage d'escalade (pas praticable avec un chien).

Prévoir : Repas hors sac. Bonnes chaussures, bâtons recommandés !

Niveau : **Très Difficile** 7 à 8 h 00 pour 1200 m de dénivelée

RDV P : Lyon 8 h 00 (pétantes !)

RDV A : Grenoble avant 9 h 00 / St Etienne avant 7 h 15

RDV L : Parking à droite, à la sortie du hameau de Perquelin, après St Pierre de Chartreuse (38380) à 10 h 00

DIMANCHE 31 MAI **Rando** **CHARTREUSE (38)**

GRAND SOM PAR LE RACAPE ET LA SUIFFIERE

★★★★☆

Par Paul et Jean-Marc ☎ **07 86 16 47 25 – 06 81 27 89 40**

Grâce à sa position centrale, ce sommet offre un magnifique point de vue sur l'ensemble du massif et au-delà. Retour par le col du Fret.

Prévoir : Repas hors sac.

Niveau : **Difficile** 7 h 00 pour 950 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 8 h 00

RDV A : Lyon avant 7 h 00 / St Etienne 7 h 00

RDV L : Col du Cucheron (38380) avant 9 h 00

DIMANCHE 31 MAI **Rando** **SAVOIE (73)**

LE COL DU SAPENAY PAR EXPILLY

★★★★☆

Par Laurence PAUWELS ☎ **06 79 13 79 92**

Il ne faudra pas partir trop tard si nous voulons déjeuner à l'heure. En effet les 3/4 de la rando se feront le matin : d'abord la montée jusqu'au col, côté lac, et ensuite une balade sur les crêtes de la montagne de Cessens.

L'aire de pique-nique qui surplombe le bout du lac du Bourget nous offrira une superbe vue sur la Chautagne et le grand Colombier. Retour tranquillement par le chemin le plus court… là nous aurons le temps…

J'accueille avec plaisir ceux qui viennent de loin. Il est possible de planter la tente si nous sommes nombreux. Avec la traditionnelle auberge espagnole le samedi soir.

Prévoir : Repas hors sac. Lunettes de soleil et chaussures de rando.

Niveau : **Difficile** 5 h 00 pour 16 km et 750 m de dénivelée positive

RDV P&L : 9 h 30 Parking à Expilly sur la route du Sapenay (Dans un virage à gauche en montant d'Expilly, direction col du Sapenay)
Lieu-dit Expilly d'en haut (73310 Chindrieux)

RDV A : St Etienne 7 h 30

RDV A : Lyon 8 h 00

RDV A : Grenoble avant 8 h 30

MARDI 2 JUIN **Auberge Espagnole** **GRENOBLE (C.I.Ga.Le)**

MERCREDI 3 JUIN **Auberge Espagnole** **ST ETIENNE (Actis)**

dans les nouveaux locaux d'Actis 15, rue de la Résistance à St Etienne

DIMANCHE 7 JUIN **Rando** **VERCORS OUEST – ROYANS (38)**

DE SAINT-ANDRE AU PARADIS ! ★★★☆☆

Par Bernard MERAULT et Emilie J. ☎ **06 95 13 32 67 – 06 52 35 84 06**

Au départ du joli village de Saint-André en Royans, il s'agit d'une boucle panoramique, bucolique et historique avec la visite du village médiéval et pittoresque de Pont en Royans et ses fameuses maisons suspendues. Le chemin jusqu'au vieux mûrier nous offrira une vue sur Saint-André en Royans et son château. Puis après avoir rejoint le Paradis, nous irons découvrir Pont en Royans où coule la Bourne. Une grimpette nous permettra d'atteindre la table d'orientation dite des Trois Châteaux où nous dominerons le Royans et les monts du Matin ! Au retour nous passerons par le col de Toutes Aures.

Prévoir : Repas hors sac. Des bâtons car on passe un ru à gué (ô gué, ô gué)

Niveau : **Moyen** 4 h 00 pour 580 m de dénivelée

RDV P & L : 10h30 à Saint-André en Royans (38680) – parking derrière l'école à droite à l'entrée du village sur la D58 en venant de Saint-Romans

RDV A : Lyon avant 9 h 00 / Grenoble avant 9 h 30 / Saint-Etienne avant 8 h 30

SAMEDI 13 JUIN **Rando** **PAYS VIENNOIS (38)**

RALLYE PEDESTRE A LA DECOUVERTE DE VIENNE

★☆☆☆☆

Par Emilie J. ☎ **06 52 35 84 06**

Occupant une place privilégiée à la croisée de plusieurs routes, le site de Vienne fut choisi par les gaulois Allobroges, car ses cinq collines offraient un intérêt défensif. A partir des années 20 avant JC, la ville connut une urbanisation progressive et spectaculaire qui en fit une des plus grandes cités de la Gaule.

Profitez d'un rallye pédestre pour découvrir au fil des questions la ville de Vienne et ses vestiges gallo-romains.

Niveau : **Très Facile** 4 km pour 2 h et 100 m de dénivelée

RDV Rallye : Lyon à 14h15 / Saint-Etienne à 14h15 / Grenoble à 13h30
Vienne : devant l'office du tourisme de Vienne (38200) à 15h

SAMEDI 13 JUIN **Barbecue** **PAYS VIENNOIS (38)**

SOIREE BARBECUE

★☆☆☆☆

Par Raymond L. et l'antenne stéphanoise ☎ **06 05 06 66 56**

En soirée, pour vous remettre de cet effort sportif et intellectuel, l'antenne stéphanoise de Rando's Rhône-Alpes vous invite à partager une soirée conviviale à la base de loisir de l'Etang des Blaches à Saint Maurice de l'exil. Jeux (pétanque, badminton, football...), musique, barbecues... *(L'aire de pique-nique ferme à 22h. Cela nous permettra d'être en pleine forme pour la rando du lendemain !).*

Inscription : L'inscription à la soirée est de 8€ par personne (10€ pour les non-adhérents) et comprend le repas (grillades, salades, desserts… + achat du matériel, vaisselle jetable, charbon de bois…), ainsi que les boissons. Le chèque d'inscription est à envoyer à Rando's Rhône-Alpes **avant le 8 juin**.

RDV Soirée : Lyon à 17h30 / Saint-Etienne à 17h30 / Grenoble à 17h
Etang des Blaches à Saint-Maurice l'Exil (38550) à partir de 18h30

DIMANCHE 14 JUIN **Rando** **PILAT (42)**

ENTRE BOIS, VIGNES ET CERISIERS VERANNE / MACLAS ★★★★☆

Par Emilie J. ☎ **06 52 35 84 06**

Au départ de Malleval, nous nous dirigerons vers Bessey en longeant le ruisseau de l'épervier. Puis nous traverserons le Bois de Priaux pour atteindre les communes de Véranne puis Maclas. Entre cerisiers et vignes nous rejoindrons les coteaux dominant Saint-Pierre de Bœuf et la vallée du Rhône, avant de revenir par les gorges de Malleval.

Prévoir : Repas hors sac et de l'eau

Niveau : **Difficile** 19 km pour 5 h et 600 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 00

RDV A : St Etienne avant 9 h 00
Grenoble avant 8 h 30

RDV L : 10 h 00 sur le parking de l'office du tourisme de Malleval (42520)

JEUDI 18 JUIN **Auberge Espagnole** **LYON (Centre LGBTI)**

DIMANCHE 21 JUIN **Rando** **MONT DU LYONNAIS (69)**

ROCHEFORT ★★☆☆☆

Par Gérard GARNIER ☎ **06 11 10 65 11**

C'est un parcours de Saint Martin en haut, en passant le bourg médiéval de Rochefort, le château de Font-Salle, la Roche de Sanson, qui va nous offrir une découverte des monts du Lyonnais : son passé, ses fermes traditionnelles, ses légendes, ses châteaux et donjons.

Prévoir : 1 repas hors sac

Niveau : **Facile à Moyen** 3 h 00 pour 10 km et 150 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 11 h 00

RDV A : St Etienne avant 11 h 00
Grenoble avant 10 h 15

RDV L : St Martin en haut (69850), parking du cimetière à 12 h 00

DIMANCHE 21 JUIN **Rando** **CHARTREUSE (38)**

LE MONT GRANIER (1933M) ★★★★★

Par Eric B. ☎ **07 81 73 38 72**

La balade est bien connue, cet itinéraire (en boucle) côté Grésivaudan moins. Montée en forêt jusqu'à la porte de l'Alpette, puis on rejoint l'itinéraire classique du pas des Barres jusqu'au sommet. Descente par le pas de la Porte en grande partie en sous-bois. Beau paysage chartroussin et superbe panorama sur tous les environs.

Quelques passages un peu difficiles et techniques (dont le Pas des Barres **équipé de câbles et rampes** – pas praticable avec un chien).

La journée pourra se terminer agréablement par une baignade à Pontcharra.

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche recommandés. Maillot de bain.
Niveau : **Très Difficile** 15 km pour 6 h et 1350 m de dénivelée
RDV P : Grenoble avant 8 h 30
RDV A : Lyon avant 7 h 45 / St Etienne avant 7 h 00
RDV L : 9h30 à Bellecombe (38530), parking de l'église.

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

LANCES DE MALLISSARD DEPUIS PERQUELIN EN BOUCLE ★★★★★

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

Montée par le Piton et le Dôme de Bellefont, retour par le col de la Saulce. Sommet assez aérien (2045 m) sur une arête rocheuse, très beau panorama sur Belledonne, la vallée du Grésivaudan. Sentier avec une ambiance haute montagne assez sportive !

Ames sensibles s'abstenir ! Passages délicats et abrupts ! Bordures de précipices !

Prévoir : Bâtons vivement recommandés, bonnes chaussures de montagne, casquette, lunettes et crème solaire.
Niveau : **Très Difficile** 5 h 00 pour 12,5 km et 1110 m de dénivelée
RDV P : Lyon avant 7 h 30
RDV A : Grenoble avant 8 h 30 / St Etienne avant 7 h 30
RDV L : Perquelin (38380) avant 9h30 (depuis St Pierre de Charteuse, prendre direction Mollard puis Perquelin tout droit en fond de vallée, parking au bout de la route)

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

dans les nouveaux locaux d'Actis 15, rue de la Résistance à St Etienne

SAMEDI 4 AU LUNDI 6 JUILLET **Week-end Rando** **CANTAL (15)**

Week-end sur les plateaux du CEZALIER et parc des VOLCANS d'Auvergne du Cantal

★★★☆☆

Par Gérard DEVEZE ☎ **06 24 56 29 53 après 20h**

Randos sur les plateaux du Cézalier et visites de villages.

Samedi : **13h30-14h00** Nous irons visiter l'un des plus beaux villages du cantal BLESLE et départ sur le plateau du parc éoliens et vaches SALERS de Matonniere 1350m. Pot de l'amitié à mon vieux village. 18h30 départ via le château des PRADES pour le dîner (aligot – pour les personnes qui n'aiment pas le fromage un autre repas pourra être proposé).
Niveau : Facile 3h pour 200m de dénivelée

Dimanche : **Départ à 09H00** pour visiter le beau village de DIENNE sur la direction du massif du PUY MARY 1785 m offrant un panorama à 360° sur le cirque du Falgoux, la vallée de Cheylade et du Pas de Péyrol et autre puys. Rando sur la Brèche du Rolland, panoramas puy GRIOU 1690m sur la vallée de la serre, du bec de l'aigle et [illegible] lomb du cantal 1850m et vallée de la Jordanne.En cas de mauvais temps possibilité de visiter l'un des plus beaux villages de France SALERS, à 30 km.
18h00 départ pour le village typique [illegible] auberge des GENETS D'OR dîner (viande salers et truffade).
Niveau : Moyen 4h pour [illegible]
Lundi : **09h00** : dép[illegible]on [illegible]uper-Lioran, visite de la station et ascension du Plomb du Cantal 18[illegible]t le retour se feront par le téléphérique avec vue imprenable sur les m[illegible] Balade sur les crêtes avec panorama sur des chaînes des puys.
16h00 pot de l'amiti[illegible] et retour sur Lyon
Niveau : Moyen 3h pour 10km et 500m de dénivelée
Réservation : Avant le 30 avril 2015, chèque **d'acompte de 40 euros**
à envoyer à Rando's Rhône-Alpes. Nombre d'inscrits **limité à 18 personnes**.
Hébergement : en demi-pension
Samedi soir : Mr et Mme VAUCHE - Château des PRADES 15160 LANDDEYRAT
Dimanche soir : Maison VIGOUROUX Hôtel aux GENET d'OR - 15590 MANDAILLES
Prévoir : chaussures de rando, polaire et gilet fluo +3 repas hors-sac pour le midi (possibilité d'acheter sur place)
Coût prévisionnel du séjour : 112 euros (comprenant les 2 nuitées + les 2 dîners + les petits-déjeuners) + frais kilométriques et péages (500 km A/R Lyon-Massiac) + 8€ pour le téléphérique A/R + les repas hors sac du midi
Le 6 juillet n'étant pas férié, les participants s'assureront d'être en congé.

RDV P&L : Lyon à 8h (pour une arrivée prévue au parking de l'Intermarché à MASSIAC (15500) vers 11h30-12h00). Je serai sur place pour accueillir les personnes.
RDV A : à prévoir en fonction des inscrits.

Week-End Annulé

DIMANCHE 5 JUILLET **Rando** **VERCORS – DROME (26)**

LES MONTS DU MATIN

★★★☆☆

Par Sylvie M. et Geneviève P. ☎ **06 08 18 76 95**

Village de départ pittoresque, végétation variée, point de vue, etc…

Prévoir : Repas hors sac.

Niveau : **Moyen** 3 h 00 pour 10 km et 440 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 9 h 30

RDV A : Saint-Etienne avant 9 h 00
Grenoble avant 9 h 45

RDV L : Beauregard-Baret (26300) 11 h 00 au parking à droite à l'entrée du village

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

ROCHE POURRIE ET MONT MIRANTIN

★★★★☆

Par Gilles GERMAIN☎ **06 71 51 80 66**

La Roche Pourrie domine Albertville de plus de 1600 m… Mais le Mont Mirantin, comme son nom l'indique, offre d'encore plus belles vues, avec la surprise du chef en plus !

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche.

Niveau : **Difficile** 6 h 00 pour 1000 m de dénivelée

RDV P : Lyon avant 7 h 30

RDV A : Saint-Etienne avant 6h45 / Grenoble avant 8 h 30

RDV L : Molliesoulaz (73720 Queije) à 9H30.
Depuis Albertville direction Venthon puis Molliesoulaz par la D926. Le point de départ de la rando est aux Chappes, plus haut, mais RDV à Molliesoulaz.

MARDI 7 JUILLET **Auberge Espagnole** **GRENOBLE (C.I.Ga.Le)**

DIMANCHE 12 JUILLET **Rando** **MASSIF DES ECRINS (38)**

LE VALLON DES ETAGES

★★★★☆

Par Lionel DI PANNO ☎ **06 23 35 29 73**

Magnifique vallon sauvage comme le massif des Écrins en recèle un grand nombre, le vallon des étages se termine par un cirque glaciaire. La vue panoramique sur le cirque est grandiose : Grande Aiguille de la Bérarde, Cime de l'Encoula, Cime de Clôt Chatel, Pointe du Vallon des Étages, Tête de l'Etret, Tête des Fétoules et vue sur le cirque du Soreiller avec l'aiguille Dibona. Possibilité de voir de nombreux chamois.

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche.

Niveau : **Difficile** 5 h 30 pour 950m de dénivelée (1600m-2550m)

RDV P : Lyon avant 7 h 00

RDV A : Saint-Etienne avant 7 h 00
Grenoble avant 8 h 00

RDV L : 10 h 00 Parking du hameau des Etages (38520 Saint-Christophe en Oisans)

MARDI 14 JUILLET **Rando** **DEVOLUY (26)**

LA TETE DE GARNESIER

★★★★★

Par Paul et Jean-Marc ☎ **07 86 16 47 25 – 06 81 27 89 40**

Vue panoramique sur le Devoluy.

Paysage contrasté entre les alpages verdoyants et le sommet minéral.

Prévoir : Repas hors sac.

Niveau : **Très Difficile** 6 h 00 pour 1060 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 7 h 30

RDV A : Lyon avant 6 h 30
St Etienne avant 6 h 15

RDV L : Luz la Croix Haute (26620) avant 9 h 00 – Parking près des pompiers

JEUDI 16 JUILLET **Auberge Espagnole** **LYON (Centre LGBTI)**

DIMANCHE 19 JUILLET **Rando** **HAUT-OISANS (38)**

DEUX LACS POUR LE PRIX D'UN : MUZELLE ET LAUVITEL ! ★★★★★

Par Gilles GERMAIN ☎ **06 71 51 80 66**

Du Bourg d'Arud, longue mais belle montée vers le lac de La Muzelle, en-dessous de la Roche éponyme, puis montée jusqu'au col du Vallon, avant la longue mais belle descente (**un peu vertigineuse**) vers le lac du Lauvitel où il fera bon se rafraîchir avant de boucler la boucle en passant par La Danchère.

Attention : pour randonneuses / randonneurs averti(e)s !

Prévoir : Repas hors sac. Maillot de bain ! Beaucoup d'eau s'il fait chaud.

Niveau : **Très Difficile** Plus de 8 h 00 pour 1600 m de dénivelée

RDV P : Lyon ava5t› B(8 h)-230(I) TJETQLEMC /P ØMCID 238›› BDC q 23.38 627.46 4

SAMEDI 25 JUILLET **Treck** **HAUTES-ALPES (05)**

AU SAMEDI 1ER AOUT

TOUR DU QUEYRAS ★★★★★

Par Jean-François R. ☎ **06 82 19 74 76**

Treck itinérant autour du Queyras avec les étapes suivantes :

- Samedi 25 juillet 2015 : Ceillac - Saint-Véran
- Dimanche 26 juillet 2015 : Saint-Véran - Refuge Agnel
- Lundi 27 juillet 2015 : Refuge Agnel - La Monta
- Mardi 28 juillet 2015 : La Monta – Abriès
- Mercredi 29 juillet 2015 : Abriès - Les Fonts de Cervières
- Jeudi 30 juillet 2015 : Les Fonts de Cervières – Brunissard
- Vendredi 31 juillet 2015 : Brunissard – Bramousse
- Samedi 1er août 2015 : Bramousse – Ceillac

Nombre de personnes max : 8

Le séjour est complet *(inscription sur liste d'attente possible par l'envoi d'un chèque d'acompte qui ne sera débité qu'en cas de désistement d'un(e) des participant(e)s) Détails communiqués sur demande.*

Prévoir : Hébergement itinérant en gîte.
Coût prévisionnel de l'hébergement : 276 euro
Acompte : 73 euro

Niveau : **Très Difficile** - 7 à 9h par jour Dénivelée 1000 à 1400m par jour

RDV : en fonction des inscrits

DIMANCHE 2 AOUT **Rando** **PILAT (42)**

LE CHEMIN DES BEATES

★★★☆☆

(+ VISITE DE LA MAISON DE LA BEATE si c'est possible)

Par Dominique B. ☎ **06 77 35 43 50**

Cette randonnée débutera à Marlhes où est né Marcellin Champagnat, le fondateur de la Société des Petits Frères de Marie, dits « Frères Maristes des Écoles », dont la vocation était de promouvoir l'enseignement primaire dans les campagnes.

Nous pourrons visiter l'église de Marlhes, la chapelle dédiée à Marcellin et la maison de la Béate (sous réserve que ces lieux soient ouverts). La maison de la Béate perpétue le souvenir de ces femmes mi-laïques, mi-religieuses, qui ont marqué la vie sociale de la région jusqu'en 1930. Elles assuraient l'école, la garde des malades, et assistaient le clergé. En échange de leur assistance, les villageois leur procuraient abri et subsistance.

La randonnée alternera prairies et zones boisées.

Visites éventuelles de l'église, de la chapelle et de la maison de la Béate.

Prévoir : Repas hors sac. Monnaie (les visiteurs donnent ce qu'ils veulent)

Niveau : **Moyen** 4 h (hors visite) pour 16 km (point bas 902 m / point haut 1145 m)

RDV P et L : Marlhes (42660) à 10 h 00 devant l'église

RDV A : Lyon avant 8 h 45 / Saint-Etienne avant 9 h 15 / Grenoble avant 8 h 00

MARDI 4 AOUT **Auberge Espagnole** **GRENOBLE (C.I.Ga.Le)**

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

DIMANCHE 9 AOUT **Rando** **BELLEDONNE (38)**

LES LACS MORETAN

★★★★★

Par Eric B. ☎ **07 81 73 38 72**

Marche dans cette partie sauvage de Belledonne, à la découverte de beaux lacs.

Montée jusqu'au col du Vay (2297 m) par l'Aup Bernard puis descente jusqu'à deux petits lacs (sans nom), avant d'atteindre le lac Morétan supérieur à 2055m

(et en option le lac Morétan inférieur à 1958 m).

Retour par le même itinéraire.

Seules petites difficultés : un peu de sentier balcon escarpé et quelques pierriers.

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche recommandés.

Niveau : **Très Difficile (Passages vertigineux)** 15 km pour 6 h et 1350 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 8 h 20

RDV A : Lyon avant 7 h 30
St Etienne avant 7 h 00

RDV L : 9h30 Le Cohard (38580),
au bout de la route après Gleyzin (prendre à gauche à Pinsot)

SAMEDI 15 AOUT **Rando** **ECRINS (38)**

LE NEYRARD (en boucle)

★★★★★

Par Paul et Jean-Marc ☎ **07 86 16 47 25 – 06 81 27 89 40**

Sommet dominant le lac du Vallon dans un environnement sauvage.

Prévoir : Repas hors sac.

Niveau : **Très Difficile** 8 h 00 pour 550 m de dénivelée

RDV P : Grenoble avant 7 h 30

RDV A : Lyon avant 6 h 30
St Etienne avant 6 h 30

RDV L : Chantelouve (38740) avant 8 h 45 – devant l'église

DIMANCHE 16 AOUT **Rando** **RHÔNE (69)**

CUBLIZE – LAC DES SAPINS

★★★☆☆

Par Corinne B. ☎ **07 86 52 78 89**

Au départ de Cublize, nous commencerons par une boucle dans les Bois de Molliers en passant par la Croix Gravillon et le Col de la Croix des fourches, avant de rejoindre les bords du lac des Sapins. Ceux qui le souhaitent pourront se baigner en fin de rando dans le lac.

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche. Maillot de bain.

Niveau : **Moyen** 5 h 00 pour 16 km et 500 m de dénivelée

RDV P & L : Cublize (69550) à 10 h 15 devant l'église

RDV A : Lyon avant 9 h 00 / St Etienne avant 8 h 45 / Grenoble avant 8 h 00

JEUDI 20 AOUT **Auberge Espagnole** **LYON (Centre LGBTI)**

DIMANCHE 23 AOUT **Rando** **CLUNISOIS (71)**

LE SIGNAL DE LA MERE BOITIER

★★★★☆

Par Bertrand L. ☎ **06 63 89 99 39**

Randonnée sur les traces du poète Lamartine avec de belles vues sur les monts du Charolais, du Mâconnais et du Beaujolais. Le parcours se déroulera entre forêts, lac (baignade possible !) et beaux panoramas. Idéal pour un mois d'août.

Prévoir : Repas hors sac. Maillot de bain.

Niveau : **Difficile** 6 h 00 pour 18,5 km et 595 m de dénivelée

RDV P et L : Commune de Tramayes (71520), parking du champ de foire à 10 h 00

RDV A : Lyon avant 8 h 30 / Saint-Etienne avant 8 h 00 / Grenoble avant 7 h 45

DIMANCHE 30 AOUT **Rando** **BEAUFORTAIN (73)**

LES LACS DE LA TEMPETE

★★★☆☆

Par Gérard GARNIER ☎ **06 11 10 65 11**

Belle balade de montagne alliant le miroitement nordique des lacs d'altitude, l'aridité minérale des sommets rocheux, la verdeur irlandaise des pâturages à moutons et le spectacle irréel des pentes glacées du mont Blanc s'élevant peu à peu au-dessus de l'horizon. Nous irons du lac de St Guérin aux lacs de la Tempête.

Prévoir : 1 repas hors sac
Niveau : **Moyen** 4 h 00 pour 550 m de dénivelée
RDV P : Lyon avant 9 h 00
RDV A : St Etienne avant 8 h 30
RDV A : Grenoble avant 9 h 45
RDV L : Parking extrémité du lac St Guérin – Arèches (73270) à 11 h 30

DIMANCHE 30 AOUT **Rando** **HAUT BEAUJOLAIS (69)**

RANDO DES SAINT CRETULONS

★★★★☆

Par Vincent F. et Michel A. ☎ **06 79 64 18 77**

Belle randonnée surplombant le vallon de la Grosne. Nous cheminerons entre bocages et forêts tout en profitant des points de vue (large panorama sur la vallée de la Grosne). Eglise romane du Xème siècle avec peintures murales et vitraux.

Prévoir : 1 repas hors sac
Niveau : **Difficile** 6 h 40 pour 21,5 km et 800 m de dénivelée
RDV A : Lyon avant 9 h 00
Saint-Etienne avant 8 h 00
Grenoble avant 8 h 00
RDV P & L : Place de l'Eglise Saint Christophe la Montagne (69 860) à 10 h 00

SAMEDI 29 ET DIMANCHE 30 AOUT **Week-end Rando** **OISANS (38)**
WEEK-END OISANS

★★★★★

DU REFUGE DE L'ALPE DU PIN AU COL DE LA HTE PISSE ET DE LA MARIANDE

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

Jolie randonnée en haute montagne très minérale !

Samedi : 8 km : Montée (530m - 1 h 30) au super petit refuge de l'Alpe du Pin situé à 1805 m d'altitude depuis les Granges à 1274 m !
Montée non obligatoire (1800 m – 5 h00) à la Brèche de Lauranoure à 3000m d'altitude puis retour au refuge.

Dimanche : 6 à 7 h pour 16,5 km : Col de la Haute Pisse à 3038 m et de Mariande 2940 m, puis retour à les Granges dessous St Christophe en Oisans.
Possibilité de rester au refuge la journée.

Niveau : **Très Difficile**

Réservation : Inscriptions **avant le 15 Août**
acompte de 40 € à l'ordre de Rando's Rhône Alpes - BP 8403 69359 Lyon Cedex 08
ATTENTION NOMBRE DE PLACES LIMITÉ A 12 PERSONNES !!!

Hébergement : Refuge de l'Alpe du Pin 38520 St Christophe en Oisans
Gîte en demi-pension coût environ 40 € par personne

Prévoir : 2 repas hors sac pour le midi
Affaires de toilette (pas de douche au refuge !). Sac de couchage. Bâtons recommandés, lunettes et crème solaire, casquette, habits chauds, gants et bonnet (3000m d'altitude !)

RDV P : A déterminer en fonction des inscrit(e)s

MARDI 1ER SEPTEMBRE **Auberge Espagnole** **GRENOBLE (C.I.Ga.Le)**

MERCREDI 2 SEPTEMBRE **Auberge Espagnole** **ST ETIENNE (Actis)**

DIMANCHE 6 SEPTEMBRE **Rando** **HAUT VIVARAIS - ARDECHE VERTE (07)**
SAINT SORNY EN ARDECHE VERTE
ENTRE ETABLES & COLOMBIER LE VIEUX

★★★☆☆

Par Jean JULLIEN ☎ **06 15 59 70 00**

Poursuite de la découverte de l'Ardèche Verte à une heure de Lyon. Nous partirons d'Etables (450m) en alternant sentier et petite route sur le plateau (vue sur le Vercors et Mont Blanc par temps découvert). Ensuite nous descendrons dans les gorges de la Daronne (petite rivière affluent du Doux pour les connaisseurs…). Il faudra la traverser à gué, pieds, jambes, genoux dans l'eau suivant le niveau !

Nous rejoindrons le magnifique havre de paix qu'est St Sorny, anciennement habité par des religieux.

De là nous retraverserons la Daronne par une passerelle pour découvrir les belles gorges qu'a creusées la rivière puis attaquerons la remontée par un sentier aux senteurs méridionales. Du hameau de Deyras nous emprunterons une petite route pour rejoindre notre point de départ en passant auprès de la Jointine, une autre petite rivière.

Prévoir : 1 repas hors sac, chaussures de rando, des bâtons et une serviette
Niveau : **Moyen** 4 h 30 pour 16 km et 400 m de dénivelée
RDV P et L : Place de la Mairie à Etables (07300) à 10 h 30
RDV A : Lyon avant 9 h 00
RDV A : St Etienne avant 9 h 00
RDV A : Grenoble avant 8 h 30

DIMANCHE 6 SEPTEMBRE **Rando** **BELLEDONNE (38)**
LAC DE LA BALMETTE

★★★★★

Par Patrick C. et Eric B. ☎ **06 18 71 36 27 et 07 81 73 38 72**

Randonnée en boucle jusqu'au petit et très beau lac de la Balmette (2084m).

Début de montée en sous-bois (par les ruines des chalets du Gay) avant de rejoindre le GR549 que nous suivons ensuite un bon moment en passant par de jolis vallons couverts de myrtilliers (slurp !) et de rhododendrons.

Nous quittons le GR et suivons le torrent jusqu'au lac vert transparent.

Au-dessus de nous : Le Rocher de l'Homme, le Pic Lamartine, le Grand Pic de Belledonne.

En face : Panorama sur les Grandes Rousses, et + …

Descente au sud par le chalet du Clôt, puis nous retrouvons le Gay et Articol.

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche recommandés.
Niveau : **Très Difficile** 5 h 45 pour 9 km et 1100 m de dénivelée
RDV P : Grenoble avant 8 h 20
RDV A : Lyon avant 7 h 30
St Etienne avant 7 h 00
RDV L : 9 h 30 : Au bord de la route D526, au hameau d'Articol (38114), 3 km avant le Rivier d'Allemont

SAMEDI 12 ET DIMANCHE 13 SEPTEMBRE — **Week-end Rando** — **GIGONDAS (84)**

LES DENTELLES DE MONTMIRAIL

★★★☆☆

Par Chrystelle ☎ **06 28 89 05 81**

Visite d'une cave à Beaumes-de-Venise et randonnée aux dentelles de Montmirail

Samedi : Visite d'une cave à 14 h dans les environs de Gigondas.
Dîner avec menu bio et produits régionaux
(info sur site : lacuisinedesgrames.fr)

Dimanche : 5 h 00 pour 13 km et 650 m de dénivelée
Randonnée aux Dentelles De Montmirail

Niveau : **Moyen**

Réservation Inscriptions **avant le 31 juillet**
Acompte de 20 € à l'ordre de Rando's Rhône Alpes BP 8403
69359 Lyon Cedex 08
Budget prévisionnel : 16€ (dortoir) + 21 € (repas samedi soir) + frais kilométriques

Hébergement : Gite de Gigondas
Hébergement en dortoir. **Maximum 13 personnes**. Possibilité d'une chambre en plus à 2 personnes pour 18€ (à confirmer avec l'organisatrice)

Prévoir : 2 repas hors sac pour le midi (possibilité de prendre chez le même traiteur le pique-nique du randonneur : entrée + sandwich au choix + fruit frais et petite bouteille d'eau pour 10€)
Bâtons, crème solaire, lunettes de soleil

RDV P : Sera communiqué aux personnes ayant réservé

RDV L : Possibilité de rejoindre le groupe pour la rando du dimanche : Rdv à 9h30 au Gîte - 84190 Gigondas

---

DIMANCHE 13 SEPTEMBRE — **Rando** — **MONTS DU LYONNAIS (42)**

LA THORANCHE

★★★☆☆

Par Raymond L ☎ **06 05 06 66 56**

Promenade dans la campagne de Virigneux à la découverte du petit patrimoine (chapelle, lavoir)

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche.

Niveau : **Moyen** 5 h 00 pour 15 km et 395 m de dénivelée (1584 m-2417 m)

RDV P : Saint-Etienne avant 9 h 30

RDV A : Lyon avant 9 h 15
Grenoble avant 8 h 15

RDV L : Virigneux (42140) place de l'église à 10 H 30

DIMANCHE 13 SEPTEMBRE **Rando** **MASSIF DES ECRINS (38)**

LE VALLON DE LA LAVEY ET LE LAC DES BECHES ★★★★☆

Par Lionel DI PANNO ☎ **06 23 35 29 73**

Orienté Nord-Sud et s'étirant sur près de 10 kms avec une dénivelée assez faible, le bucolique vallon de la Lavey est un des plus fréquentés du massif des Ecrins en été.

A partir du refuge du même nom, je vous propose de prendre de la hauteur pour rejoindre le joli lac des Bèches dominé par la belle aiguille des Arias.

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche.

Niveau : **Difficile** 6 h 00 pour 850 m de dénivelée (1584 m-2417 m)

RDV P : Lyon avant 7 h 00

RDV A : Saint-Etienne avant 7 h 00
Grenoble avant 8 h 00

RDV L : 10 h 00 au Hameau de Champhorent, parking de la Lavey
(38520 Saint-Christophe en Oisans)

JEUDI 17 SEPTEMBRE **Auberge Espagnole** **LYON (Centre LGBTI)**

DIMANCHE 20 SEPTEMBRE **Rando** **ARDECHE DU NORD (07)**

CHEMINAS - LE LAC DES MEINETTES ★★★☆☆

Par Alain COMEAT ☎ **06 70 75 60 43**

Une belle promenade dans la campagne nord-ardéchoise avec pour objectif le lac des Meinettes dans son écrin de verdure.

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche.

Niveau : **Moyen** 5 h 00 pour 15 km et 200 m de dénivelée cumulée

RDV P&L : Place de la mairie, Lemps (07610) à 10 h 00

RDV A : Lyon avant 8 h 30
Saint-Etienne avant 8 h 30
Grenoble avant 8 h 30

DIMANCHE 20 SEPTEMBRE **Rando** **MASSIF DES ECRINS (38)**
LAC LABARRE

★★★★★

Par Patrick C. et Eric B. ☎ **06 18 71 36 27 et 07 81 73 38 72**
Le hameau de Valsenestre est un petit bijou.
Le beau lac Labarre (2393m) se trouve au pied du Signal de Lauvitel (2900m).
Du lac, nous monterons (15mn) jusqu'au col de la Romeïou (2439m) pour une belle vue sur les sommets (Taillefer, Pic du Clapier, …).
Descente d'abord par le même sentier puis par une variante.

Prévoir : Repas hors sac. Bâtons de marche recommandés.
Niveau : **Très Difficile** 5 h 30 pour 11 km et 1200 m de dénivelée
RDV P : Grenoble avant 8 h 00
RDV A : Lyon avant 7 h 00 / St Etienne avant 6 h 30
RDV L : 9 h 30 : Parking à l'entrée du village de Valsenestre (38740)

SAMEDI 26 SEPTEMBRE **ST ETIENNE (Actis)**

Préparation du prochain programme (n° 58) du 1er décembre 2015 au 30 avril 2016

Rendez-vous à 18 h 30
dans les nouveaux locaux d'Actis
15, rue de la Résistance à St Etienne

Cette reprise de contact au sortir des vacances d'été sera l'occasion de proposer vos sorties pour l'automne et l'hiver prochain.
Nous partagerons ensuite la traditionnelle auberge espagnole.

DIMANCHE 27 SEPTEMBRE **Rando** **PAYS D'YSSINGEAUX (43)**
LES TROIS SUCS YSSINGELAIS

★★★★☆

Par Alain D.B. ☎ **06 77 79 52 58**
Départ à 10 h du village des Ollières (parking près de l'ancien four banal du village) situé à 3 km d'Yssingeaux. Traversée du bois de sapins et de pins. Montée au Suc des Ollières (1186 m.), panorama sur le pays des sucs, vallées de la Loire et du Lignon, les monts du Forez, le Meygal et le Lizieux. Poursuite au pied du suc de Bellecombe arrivée au pied du suc d'Achon, vue sur la vallée de l'Auze (rivière à truites et écrevisses). Poursuite au village des Cayres, puis retour aux Ollières.

Prévoir : Repas hors sac.
Niveau : **Difficile à Très Difficile** 4 h 00 pour 11 km et 1070 m de dénivelée
RDV P : St Etienne avant 9 h 00

DIMANCHE 4 OU 11 OCTOBRE **Rando et repas** **BEAUJOLAIS (69)**

Selon la date des vendanges, cette rando sera avancée ou retardée d'une semaine.

AU PARADIS DU SAUCISSON ★★★★☆

Par Vincent F. et Michel A. ☎ **06 79 64 18 77**

Départ de Saint Lager, au pied du Mont Brouilly que nous gravirons. Nous prierons la vierge de nous assurer opulence de saucissons et de paradis avant de nous rendre à Odenas pour le repas. Retour à Saint Lager par la plaine en passant par Charentay.
Tout au long du parcours dans les vignes, très beaux panoramas sur le Beaujolais, la vallée de la Saône, les Monts d'Or, la plaine de l'Ain et les Alpes par temps clair.

Prévoir : 1 repas hors sac ou prévoir 12 à 15 € pour le saucisson au gene.
Possibilité d'acheter des saucissons à emporter
Niveau : **Difficile** 5 h 00 pour 18 km et 350 m de dénivelée
RDV A : Lyon avant 9 h 00
Saint-Etienne avant 8 h 30
Grenoble avant 8 h 00
RDV P & L : Place de l'Eglise de Saint Lager (69220) à 10 h 00

MARDI 6 OCTOBRE **Auberge Espagnole** **GRENOBLE (C.I.Ga.Le)**

MERCREDI 7 OCTOBRE **Auberge Espagnole** **ST ETIENNE (Actis)**

JEUDI 15 OCTOBRE **Auberge Espagnole** **LYON (Centre LGBTI)**

DIMANCHE 18 OCTOBRE **Rando** **ARDECHE DU NORD (07)**

MAUVES – VOIE PANORAMIQUE ★★★☆☆

Par Alain COMEAT ☎ **06 70 75 60 43**

La belle « voie panoramique » traverse le prestigieux vignoble du Saint-Joseph en surplombant le village de Mauves et la belle vallée du Rhône.

Prévoir : Repas hors sac.
Niveau : **Moyen** 5 h 00 pour 15 km et 230 m de dénivelée cumulée
RDV P&L : RDV à 10 h 00 devant l'Ecole primaire du Quai Farconnet
Tournon-sur-Rhône (07300)
RDV A : Lyon avant 8 h 30
Saint-Etienne avant 8 h 30
Grenoble avant 8 h 30

DIMANCHE 25 OCTOBRE **PASSAGE A L'HEURE D'HIVER**

Pensez à reculer vos montres d'une heure, pour arriver à la bonne heure à la sortie choisie.

DIMANCHE 25 OCTOBRE **Rando** **BEAUJOLAIS (69)**

LA RANDONNEE DES CADOLES

★★★☆☆

Par Bertrand L. ☎ **06 63 89 99 39**

Cette randonnée qui a pour point de départ la commune du Perréon, nous fera découvrir ou redécouvrir le vignoble du Beaujolais au lendemain des vendanges.

Nous accéderons également aux « Landes du Beaujolais », atteignant ainsi le point culminant de la commune (758m).

Les paysages traversés, alternant vignobles, forêts, ruisseaux et landes permettront de goûter, en plus de divers points de vue magnifiques, à la tranquillité de la nature et à la richesse de la faune et de la fore !!!

Prévoir : Repas hors sac.

Niveau : **Moyen à Difficile** 6 h 00 pour 16,5 km et 390 m de dénivelée

RDV P et L : Le Perréon (69460), place de la Mairie à 9h30

RDV A : Lyon avant 8 h 30 / Saint-Etienne avant 8 h 15 / Grenoble avant 7 h 30

SAMEDI 31 OCTOBRE **Rando nocturne** **RHONE (69)**

MARCHE NOCTURNE D'HALLOWEEN

★★☆☆☆

Par Emilie J.et l'équipe d'animation ☎ **06 52 35 84 06**

A l'occasion de la soirée d'Halloween, à l'heure où les esprits des morts rôdent autour de nous, n'ayez pas peur de vous engager sur les chemins boisés à la lueur de vos lampes frontales pour une marche nocturne qui pourrait se révéler pleine de surprises ! Aux croisements des chemins des personnages troublants pourraient bien vous poser quelques questions qui vous serviront à résoudre une énigme.

Pour les personnes souhaitant dormir sur Lyon (rando dans les Monts d'Or le dimanche), merci d'envoyer votre demande à randos.rhone-alpes@laposte.net avant le 26 octobre afin que nous puissions organiser votre hébergement.

Prévoir : **Lampe frontale et gilet réfléchissant obligatoires.**

Niveau : **Facile** 7 km pour 2 h et 150 m de dénivelée

RDV P& L : 17h30 Eglise de Saint Barthélémy, Chemin des Sables, Chaponnay (69970) (parking à proximité Montée de l'Eglise)

RDV A : Lyon avant 16 h 45 / St Etienne avant 16 h 30 / Grenoble avant 16 h 00

DIMANCHE 1ER NOVEMBRE **Rando** **MONT D'OR (69)**
LES CHATEAUX DE CHASSELAY

Par Emilie J. ☎ **06 52 35 84 06**
Au départ de l'église de Chasselay, nous commencerons notre boucle en direction de l'enceinte ocre rouge du Tata cimetière sénégalais (tata signifie « enceinte de terre sacrée » en wolof, dans laquelle on enterre les guerriers morts au combat, en l'occurrence les Tirailleurs qui défendirent la ville). Puis nous passerons devant les châteaux de Montluzin et de Machy, avant de s'enfoncer dans les bois qui séparent Chasselay de Poleymieux. Au retour nous passerons devant le Château Plantin.

Prévoir : Repas hors sac
Niveau : **Moyen** 16 km pour 4 h 30 et 500 m de dénivelée
RDV P : Lyon avant 9 h 15
RDV A : St Etienne avant 9 h 00
Grenoble avant 8 h 30
RDV L : Chasselay (69380) 10h devant l'église

MARDI 3 NOVEMBRE **Auberge Espagnole** **GRENOBLE (C.I.Ga.Le)**

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

DIMANCHE 8 NOVEMBRE **Rando** **CHARTREUSE (73)**
POINTE DE LA GORGEAT

Par Marielle BOURGOINT ☎ **06 32 55 76 85**
Rando sans difficulté. Deux gros fossiles d'ammonites sont visibles dans la roche, en plein sur le chemin, et permettent d'agrémenter la montée en pente douce vers ce petit sommet. Belle vue sud à l'arrivée sur les principaux sommets de Chartreuse ainsi que sur la plaine de Chambéry au nord.

Prévoir : Repas hors sac
Niveau : **Moyen** 3 h 30 pour 400 m de dénivelée
RDV P : Grenoble avant 9 h 00
RDV A : St Etienne avant 7 h 45 / Lyon avant 8 h 00
RDV L : Col du Granier sur la D912 à proximité d'Entremont-le-Vieux (73670) à 10h

DIMANCHE 15 NOVEMBRE **Rando Resto** **MONTS DU LYONNAIS (69)**
DE PLUVY A LA GIMOND ★★★☆☆

Par Corinne B. ☎ **07 86 52 78 89**
Au départ du château de Pluvy, nous rejoindrons le barrage de la Gimond en passant par Croix Chazelles et Pomeys. Après s'être restaurés à l'auberge de Fourchet, nous finirons notre boucle par la Croix Verte et le Grand Simiens. Si le ciel est dégagé, cette boucle nous permettra d'apercevoir les monts du Forez.
Nous déjeunerons à L 'auberge de Fourchet. Menu du Randonneur ***13 euro*** *(hors boissons). Inscription par l'envoi d'un* ***chèque de 13 euro*** *à l'ordre de Rando's Rhône-Alpes* ***avant le 11 septembre. Nombre limité à 17 personnes.***

Prévoir : Bâtons
Niveau : **Moyen** 3 h 30 pour 400 m de dénivelée
RDV P&L : 10 h 15 au Parking du château de Pluvy, allée de Pluvy à Saint-Symphorien sur Coise (69590)
RDV A : Lyon avant 8 h 00 / St Etienne avant 9 h 30 / Grenoble avant 8 h 30

JEUDI 19 NOVEMBRE **Auberge Espagnole** **LYON (Centre LGBTI)**

DIMANCHE 22 NOVEMBRE **Rando** **MONT DU LYONNAIS (69)**
LE SIGNAL DE ST ANDRE EN BOUCLE DEPUIS RONTALON ★★★☆☆

Par Christian CROUVEZIER ☎ **04 78 50 42 00 ou 06 71 48 09 73**
Boucle depuis Rontalon par les vergers, collines, forêts et enfin pique-nique sur un belvédère avec une table d'orientation récente au signal de St André, un très joli point de vue sur la vallée du Rhône et les Alpes par temps clair ! Retour par la forêt, les champs, puis les vergers pour rejoindre Rontalon.

Prévoir : Repas hors sac. Vêtements chauds.
Niveau : **Moyen** 4 h 30 pour 15 km et 590 m de dénivelée
RDV P : Lyon avant 9 h 00
RDV A : St Etienne avant 9 h 00 / Grenoble avant 8 h 15
RDV L : Rontalon (69510) 10 h 00 au parking des randonneurs (à l'entrée du village depuis Thurins à droite depuis la D75)

www.randos-rhone-alpes.org

Ce programme est imprimé sur du papier recyclé, également accessible en version téléchargeable sur notre site Internet.
Editeur : Rando's Rhône-Alpes, BP 8403, 69359 Lyon Cedex 08.
Directeur de la publication et de la rédaction : Bernard SOULIE
Imprimeur: Lyon Copie 35 avenue des frères Lumière 69008 Lyon
Date de parution : Avril 2015
Dépôt légal 2015 - ISSN 1961-3245

RANDO'S Rhône-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 3ème (rdv) mardi : 06 71 85 08 67
LYON : Permanence au local d'A.R.I.S. le 3ème 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