

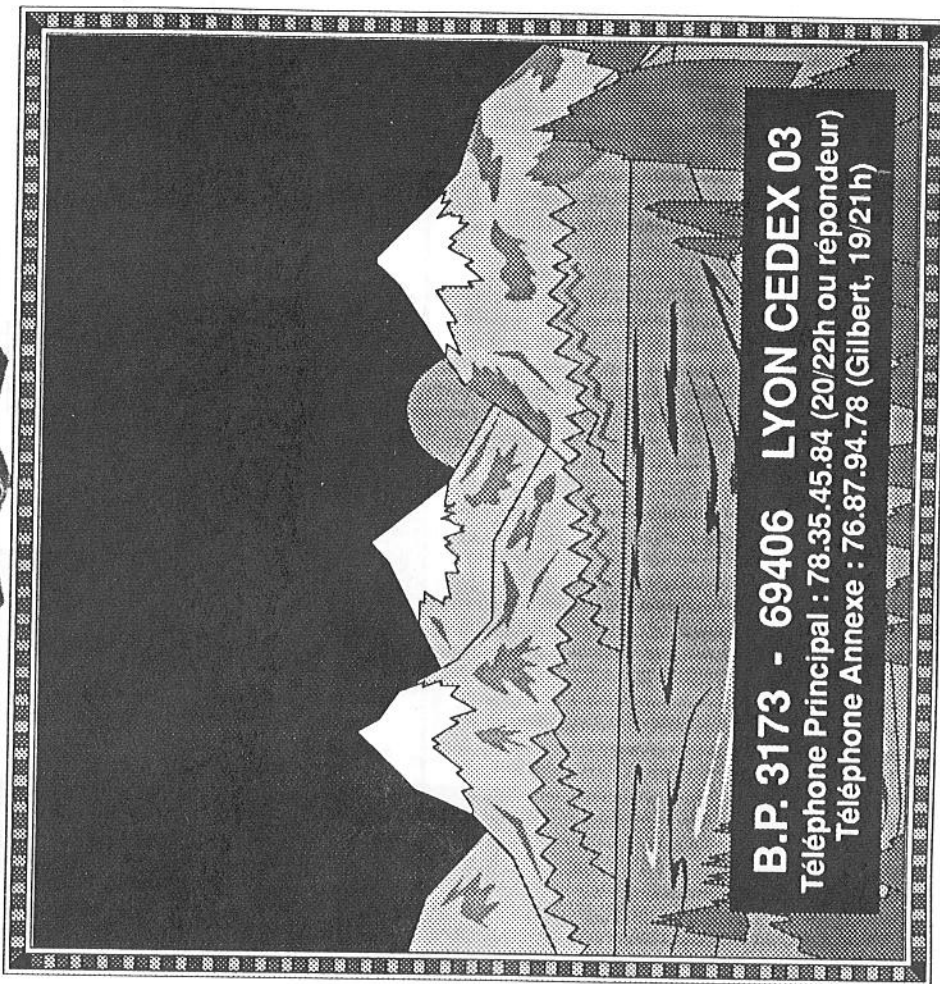


**RANDO'S RHONE ALPES**

Association loi 1901

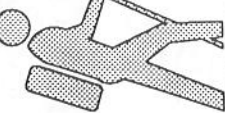
## PROGRAMME N° 16

Calendrier de nos activités  
du 24 octobre 1994 au 02 avril 1995



**B.P. 3173 - 69406 LYON CEDEX 03**  
Téléphone Principal : 78.35.45.84 (20/22h ou répondeur)  
Téléphone Annexe : 76.87.94.78 (Gilbert, 19/21h)

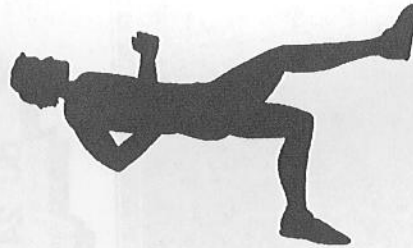
## QUELQUES CONSEILS



### RANDONNEE PEDESTRE

#### Il est préférable d'avoir :

- \* de bonnes chaussures montantes, surtout en montagne.
- \* une cape ou un K-Way et des vêtements chauds.
- \* un petit sac à dos pour le pique nique et l'eau.
- \* il est conseillé d'avoir fait plusieurs randonnées d'une journée avant de s'inscrire pour la première fois à un week-end, surtout en région montagneuse.



### CYCLOTOURISME ET VTT



- \* Venez avec soit un cyclo., soit un VTT, le niveau est adapté aux participants.
- \* Le choix des sorties se fait sur des parcours avec très peu de dénivelé.

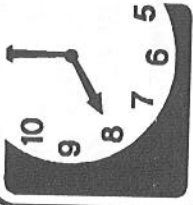
## PARTICIPATION

- \* Si tu n'as pas encore osé venir, n'hésite pas à remettre ta grasse matinée à un autre dimanche pour faire un brin d'essai avec nous. Notre but n'est pas la compétition, mais la détente, le plaisir de marcher, de se retrouver pour discuter en toute liberté dans une ambiance conviviale.
- \* L'adhésion n'est pas obligatoire pour les deux premières sorties.

## LIEUX ET HEURES DE RENDEZ-VOUS

Pour chaque sortie, nous vous proposons souvent plusieurs points de rendez-vous :

- \* Le guide se trouve au **Rendez-Vous Principal (RDV P)**,
- \* pour les participants se réunissant au **Rendez-Vous Annexe (RDV A)**, ils se groupent dans les voitures et rejoignent directement le **Rendez-Vous Local** sur le lieu de la randonnée (**RDV L**).



- \*\* **ALYON** : Place des Martyrs de la Résistance, Lyon 3ème, côté rue Paul Bert, près du grand bâtiment de la Communauté Urbaine de LYON.
- \*\* **AGRENOBLE** : Devant les escaliers de la mairie.
- \*\* **Local** : Dans un lieu proche de la rando qui est indiqué dans le programme.

## INSCRIPTION AUX WEEK-END ET SEJOURS

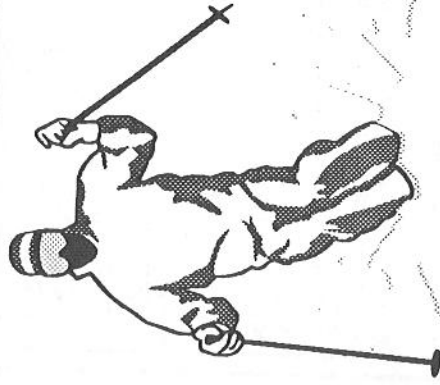


- \* Seule l'inscription aux week-end et séjours est obligatoire à l'avance dans le respect des délais fixés à chaque sortie concernée afin que nous puissions réserver l'hébergement.
- \* L'inscription n'est prise en compte que contre versement d'un chèque d'arrhes à l'ordre de RANDO'S et dans la mesure des places disponibles.

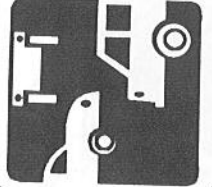
## ANNULATION D'UNE SORTIE



- \* En cas de très mauvais temps, une sortie peut être annulée au dernier moment. En cas d'incertitude, téléphonez au 78.35.45.84, l'indication d'annulation figurera en fin de message sur le répondeur.



## TRANSPORT



- \* Le transport des participants jusqu'au point de départ des activités n'est pas assuré par l'association.
- \* Que ceux qui le peuvent viennent à chaque sortie avec leur voiture de façon à garantir les moyens de locomotion pour tous.
- \* Nous nous répartissons dans les véhicules et partageons les frais de route calculés sur la base de **0,80 €** le kilomètre parcouru (péage en sus).

**Lundi  
10 Nov.**

**Jean Michel  
P. vous**

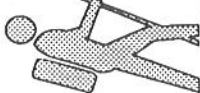
**suggère**

**"les Monts du Lyonnais"**

\* Randonnée pédestre de 4 heures de marche vers Courzieu. Possibilité de visiter le parc animalier (Aigles, Rapaces en vols, Loups...), 45F / personne. Au retour possibilité de prendre un goûter à l'auberge. Repas hors sac.

\* **RDV P** : Lyon, **place Sathonay** avant 10h30 le lundi...

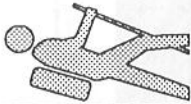
*Annullé*



**LUNDI  
LUNDI  
LUNDI**

**Michel C. vous propose  
"le Contrefort du  
Bugey"**

\* Couleurs d'automne. Randonnée pédestre de 5 heures de marche avec 500m de dénivelé.  
\* Repas hors sac.  
\* **RDV P** : Lyon, **place des martyrs** avant 8h30.  
\* **RDV L** : sera précisé sur répondeur.



**Dimanche  
11 Nov.**

**Jean Louis D.  
organise  
"Un petit  
tour au  
Grand Colombier"  
(Bugey)**

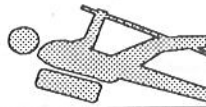
\* Un panorama incomparable dit-on sur de belles choses! Comme les Alpes, ses lacs et sur la vallée du Rhône...  
\* Et si nous nous égarons nous déposerons comme ces deux touristes une magnifique vierge dans la roche à la vierge.

\* 7 heures de marche avec 1000m de dénivelé.

\* Repas hors sac.

\* **RDV P** : Lyon, **place des martyrs** avant 7h15.

\* **RDV L** : à définir ultérieurement

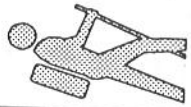


**Dimanche  
10 Nov.**

**Joseph P. vous suggère une  
randonnée dans "les Monts  
du Lyonnais" vers Messimy**

\* Dormir et se balader c'est possible. Comme dit Socrate "connais toi toi même" ...  
\* Alors je vous propose un départ à 9h30 direction les collines de Messimy.  
\* Prévoir vêtements chauds et pique nique. A bientôt...

\* **RDV Principal** : Lyon, **place des martyrs** avant 9h30.



**Dimanche  
11 Nov.**

**"La côte Chalonnaise" présentée, version VTT, par  
Denis M. (Bourgogne)**

\* Dominant la vallée de la Saône, les collines de la Côte Chalonnaise recèlent des merveilles pour les VTTistes de tout niveau. Nous roulerons exclusivement sur des sentiers et chemins non goudronnés, au milieu des forêts et des vignobles de Givry, Mercurey, Rully, le relief du circuit étant varié et adaptable aux souhaits et niveaux des participants, les plus courageux pourront s'attaquer au Mont Avril (420 m).  
\* Locations de VTT possible (environ 80F, prévenir l'organisateur).  
\* Repas hors sacoches.

\* **RDV Principal** : Sortie autoroute A6 Chalon Sud avant 9h30.

\* **RDV Annexe** : Lyon, **place des martyrs** avant 8h00.



7

**Lundi  
18 Nov.**

**Jean Annullé  
Michel P. vous propose  
"les Monts du  
Lyonnais"**

\* Randonnée pédestre de 5 heures de marche autour d'Izeron.

\* Parcours facile, vue sur la vallée du Rhône, lac, cascade.

\* Au retour possibilité de prendre un goûter dans une crêperie.

\* Repas hors sac.

\* **RDV P** : Lyon, **place Sathonay** avant 10h00 **toujours le lundi...**



**LUNDI  
LUNDI  
LUNDI**

**RANDO'S Rhône Alpes**

**Dimanche  
01 Dec.**

**Nouveau : "La Dombes" avec  
Jean J.**

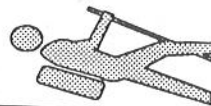
\* **Coté Val de Saône** : circuit des châteaux au départ de Chaleins. On pourra admirer le château des Fléchères (XVII), le gué sur la Saône où César a traversé, les châteaux de Monbriand, de Messimy (XII) et de Sautrait.

\* **Coté Dombes** : circuit des étangs, le calme, la verdure, la flore, la faune et l'eau...

\* Randonnée facile de 5 heures pour 25 km environ, principalement sur petites routes.

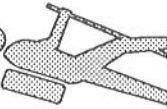
\* **RDV Principal** : Lyon, **place des martyrs** avant 9h00.

\* **RDV Local** : Chaleins, devant l'église avant 9h45.



**Dimanche**  
11 06 c.

### Gérard G. vous présente "Les Monts du Forez" en randonnée

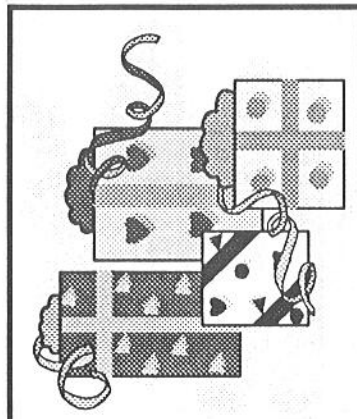


- \* Découverte de la campagne forezienne à Pommeret.
- \* Promenade agréable dans la campagne pour se réchauffer aux pâtes rayons du soleil d'hiver. Vue sur les monts du Velay possible.
- \* A cette occasion, bienvenue à nos amis Auvergnats. \* Repas hors sac.
- \* **RDV Principal** : Lyon, place des martyrs avant 9h00.
- \* **RDV Local** : Saint Maurice en Gourgois avant 10h30.

**Dimanche**  
11 06 c.

### Repos

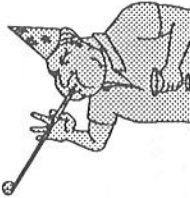
- \* Un petit week-end de repos. Peut être pour penser aux réveillons et aussi à vos futures randonnées pour 1995.
- \* Bonne fin d'année à toutes et tous.



**Week-end**  
31 06 c.  
31 01 Jan.  
*annulé*

### "Le réveillon du nouvel An", un week-end proposé par Pascal C. et Philippe C.

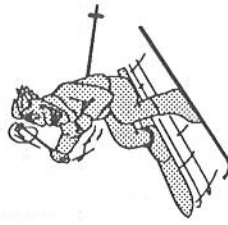
- \* Un petit week-end à la montagne pour passer un joyeux réveillon entre amis.
- \* Repas, fête évidemment; mais aussi une petite balade pour digérer tout ça... Le tout donc organisé dans un petit chalet pour 10 à 15 personnes à Super Besse en Auvergne, loin des sentiers et des pistes battus des Alpes et du Lyonnais.
- \* Voici une proposition des plus alléchante. Alors, que faire ? **Mais bien sur penser à vous inscrire avant le 01 décembre avec 200 F d'arrhes.** Les conditions ainsi que le coût vous seront donnés à cette occasion.
- \* Très bon réveillon à toutes et tous.



### Gérard S. et le ski-passion à Val d'Isère (Alpes)

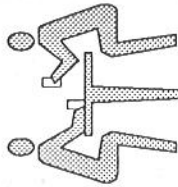
- \* **Samedi** : ski libre (fond et piste), soirée fondue ou raclette?
- \* **Dimanche** : Traversée Grande-Motte / Iséran en ski alpin. Départ "skis aux pieds" avant 8h30, retour vers 16h00. Déjeuner sur les pistes (restaurant ou pique nique) à la charge des participants. Hauts plateaux grandioses (jamais 2 fois la même piste), altitude 2000/3500 m.
- \* Savoir skier sur pistes rouges. Prévoir des vêtements chauds. Itinéraire adaptable suivant le niveau et la météo.
- \* **Hébergement** : en hôtel 1/2 pension au coeur de la station.
- \* **Budget** : 500F avec remontées.
- \* **Réservation** : avant le 15/11/94 avec 100F d'arrhes en précisant le moyen de transport choisi (voiture, train, autres...). (Train : 8h19 à Lyon Part Dieu, direct Bourg St Maurice puis taxi groupé; retour le dimanche à 20h49)
- \* **RDV Principal** : à l'hôtel la samedi à partir de 12h00.

**Week-end**  
1 08 c.



**Dimanche**  
11 06 c.

### ASSEMBLEE GENERALE RANDO'S RHONE ALPES

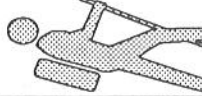


- \* Probablement dans les locaux d'ARIS, rue St Polycarpe. Il serait bien qu'un maximum de gens y participent. Nous accueillerons les adhérents les plus lointains. Une convocation vous sera envoyée vous précisant le lieu et l'heure du rendez vous (17h00 ?) ainsi que l'ordre du jour.
- \* Après la réunion, pot et repas pris en commun dans le même local à "L'AUBERGE ESPAGNOLE", chacun amène quelque chose.

**Dimanche**  
15 06 c.

### Yves R. vous emmène dans "Le Bois de Montrond et la vallée de Mornantet" 15

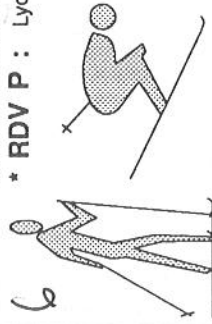
- \* Randonnée de 5 heures de marche. Vers Givros, la vallée de Mornantet (ruisseau affluent du Garon) est escarpée et pittoresque.
- \* Repas hors sac.
- \* **RDV P** : Lyon, place des martyrs avant 9h30.
- \* **RDV L** : St Martin de Comas devant l'église avant 10h15.



**Dimanche**  
17 06 c.

### Alain A. C. et Jean J. organisent une rencontre ski de fond GAICHA - RANDO dans "Le Massif des Bauges"

- \* Avec nos amis de l'association GAICHA de Chambéry Challes Les Eaux, venez skier sur ce magnifique plateau du Revard tout près de la capitale de la Savoie.
- \* De nombreuses pistes de fond nous sont offertes en forêt. La longueur de la randonnée pourra être adaptée aux participants (de 5 à 30 Km). Possibilité pour les amateurs de faire du ski de piste.
- \* Location possible à la station, celle-ci sera choisie la semaine avant la randonnée. \* Repas hors sac.

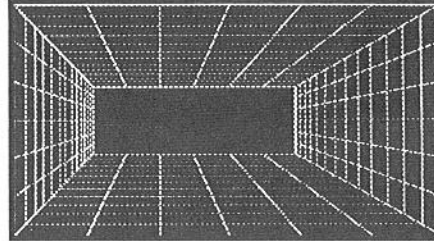


- \* **RDV P** : Lyon, place des martyrs avant 8h30.
- \* **RDV L** : vous sera précisé sur les répondeurs : GAICHA au 79.28.37.54, RANDO'S Rhône Alpes au 78.35.45.84.

### Michel C. propose une sortie raquettes dans "Le Massif de la Chartreuse"

- \* Sortie Raquettes au col de la Ruchère avec le cercle de BACCHUS. Tout le monde est capable de faire des raquettes. Venez essayer, c'est facile et amusant. Balade de 4 à 5 heures de marche avec 400 m de dénivelé ou plus suivant les participants. Prévoir le pique nique.
- \* **Inscription** : avant le 25 janvier pour les prévisions de location de raquettes sur le répondeur RANDO'S.
- \* **RDV P** : Lyon, place des martyrs avant 8h30.
- \* **RDV A** : Grenoble, escalier de la mairie avant 8h45.
- \* **RDV L** : La Ruchère, foyer de ski de fond avant 10h00.

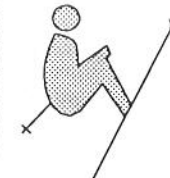
Possibilité de changement de lieu suivant l'enneigement



**Week-end  
1 & 2 Fév.**

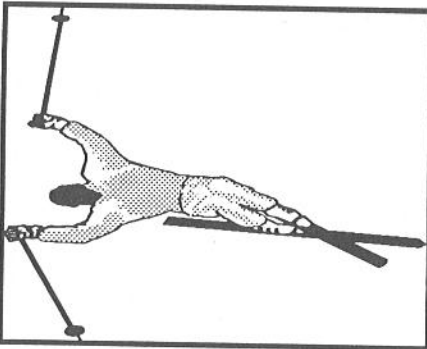
**Yves A. vous propose une  
initiation au "Ski de  
Randonnée" dans le  
massif du Galibier**

- \* Combiné le ski de piste et le ski de randonnée.
- \* **Samedi** : ski à Serre - Chevalier.
- \* **Dimanche** : départ vers 8h pour le Pic Blanc du Galibier (2955m), en ski de randonnée. Nous faisons "la trace" jusqu'au sommet puis descendons face à la Meije. Pente de neige assez douce. Avoir son matériel avec peau, couteau, ARVA.
- \* Savoir tourner les skis parallèles. Avoir une assurance pour le ski de montagne (timbre FFM).
- \* Prévoir sac de couchage, matériel et 2 repas hors sac.
- \* **Hébergement** : en 1/2 pension au gîte de Boussardes.
- \* **Réservation** : avant le 15 janvier avec 150F d'arrhes.



- \* **RDV P** : Grenoble, escalier de la mairie avant 8h00 le samedi.
- \* **RDV A** : Lyon, place des martyrs avant 7h00 le samedi.
- \* **RDV L** : office du tourisme de Villeneuve la Salle.

**Répondeur  
78.35.45.84**

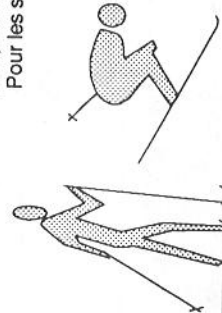


**Week-end  
1 & 2 Fév.**

**Gérard G. et Jean J. pour du ski de fond et de piste dans  
"le Haut Jura"**

\* Découverte du paradis de ski de fond vers Lamoura et Les Rousses. Possibilité de parcourir les forêts du Risoux et du Massacre. De très belles pistes dans la forêt, vue sur la Suisse, la Dôle, Crêt de la neige. Location de ski à la station. Pour les skieurs de piste quelques pistes pourront satisfaire leurs envies s'ils le désirent.

- \* Prévoir sac de couchage et 2 repas hors sac.
- \* **Hébergement** : en 1/2 pension au chalet "Chez Fofo" au village de Prémaman. Coût 150F environ.
- \* **Réservation** : avant le 5 janvier avec 100F d'arrhes.
- \* **RDV P** : Lyon, place des martyrs avant 8h30 le samedi.
- \* **Autres RDV** : sur répondeur si nécessaire.

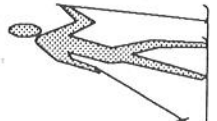


**Week-end  
11 Fév.**

**Xavier J. vous propose la découverte du "Jura Sud" à  
Giron (Ain)**

\* Au départ de Giron, petite station sympa (1000 m), pistes de fond de différents niveaux permettant d'aller jusqu'au Crêt de Chalam (1548 m) et la Borne au Lion (1289 m). Dénivelé de 500 m pour 6 heures de balade.

- \* Prévoir 1 pique nique. Possibilité de louer à Giron au Centre d'Accueil Montagnard, il est cependant préférable d'être équipé avant.
- \* **RDV P** : Lyon, place des martyrs avant 7h30.
- \* **RDV L** : Giron Centre d'Accueil Montagnard avant 9h00.

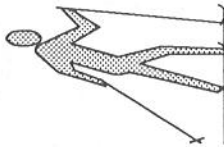


**Week-end  
1 & 2 Fév.**

**Jean Marc S. organise une sortie ski de fond au départ de  
"Corrençon en Vercors"**

\* Randonnée ski de fond sur piste tracée et balisée "La Royale" de 30 km de longueur. Temps de parcours d'environ 5 heures à allure promenade. Dénivelé cumulé de 700 m (1100 à 1450 m) pour skieur moyen.

- \* De très beaux paysages variés : forêts, prairies, cols, vallons. La partie éloignée du centre de ski de fond est très peu fréquentée dans la nature sauvage.
- \* Prévoir sac à dos avec vêtements chauds et pique nique.
- \* **RDV P** : Grenoble, escalier de la mairie avant 8h00.
- \* **RDV A** : Lyon, place des martyrs avant 7h00.
- \* **RDV L** : au parking du foyer de ski de fond "Les Hauts Plateaux" de Corrençon avant 9h00.

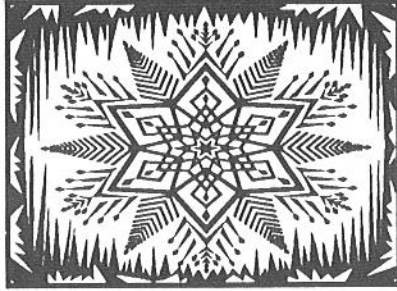
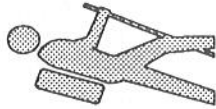


**Week-end  
1 & 2 Fév.**

**"La côte Chalonnaise"  
présentée, version Randonnée  
Pédestre, par Denis M.  
(Bourgogne)**

\* Février : voilà le mois idéal pour découvrir les collines de la Côte Chalonnaise. Neige et soleil garantis (écran total recommandé...). 25 à 30 km à travers vignes et bois entre Meurey et Santenay. \* Repas hors sac.

- \* **RDV P** : Sortie autoroute A6 Chalon Nord à 9h30.
- \* **RDV Annexe** : Lyon, place des martyrs avant 8h00.



**Week-end  
5 & 6 Fév.**

**Claude R. vous  
propose une  
sortie VTT dans  
"Les Monts du  
Beaujolais"**

\* Du Centre National de Vélo Tout Terrain de Marchamp en Beaujolais, nous emprunterons un des nombreux circuits balisés parmi vignes et forêts, entre Beaujeu et le col de la Casse-Froide. \* Location de VTT possible à Evasion Beaujolaise (tél. : 74.03.06.84).

- \* **RDV P** : Lyon, place des martyrs avant 9h30.
- \* **RDV L** : "Evasion Beaujolaise", Marchamp près du col de Casse-Froide entre 10h30 et 11h00.

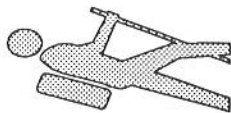


Week-end  
19 à 21 mai

Entre ville et  
campagne venez  
découvrir "le  
Morvan Sud"  
suggestion de André  
L. et Robert S.

\* Randonnées à travers les vertes collines du Morvan.  
\* De la montagne d'Uchon par les sentiers on arrive à la ville des Schneider pour une visite et redécouvrir le site industriel du début du siècle (château de la verrerie, ancienne cristallerie, canonnerie et petit train touristique).  
\* Prévoir sac de couchage et 2 repas hors sac.

- \* Hébergement : en 1/2 pension en gîte de 15 personnes.
- \* Coût : 200F environ.
- \* Réservation : avant le 20 février avec 100F d'arrhes.
- \* RDV P : Automne devant la piscine avant 10h30 le samedi.
- \* RDV A : Lyon, place des martyrs avant 8h30.



Week-end  
19 à 21 mai

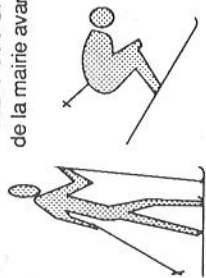
Gérard G. vous  
propose une  
sortie de ski de  
fond et de piste  
au "Semnoz"

\* Dans le massif des bauges, intéressant parcours sur les crêtes et dans la forêt dominant Annecy et le lac. Très belle vue sur ce magnifique lac et sur le majestueux massif du Mont Blanc.  
\* Faible dénivelé de 300 m (de 1400 m à 1700 m). \* Prévoir pique nique.

\* RDV P : Lyon, place des martyrs avant 8h30.

\* RDV A : Grenoble, escalier de la mairie avant 9h15.

\* RDV L : chalet de ski de fond au Semnoz au départ des pistes avant 10h30.



Week-end  
19 à 21 mai

Yves A. pour du "Ski  
de Randonnée"  
dans le massif du  
Beaufortin

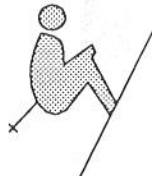
\* Initiation au ski de randonnée avec une nuit dans un refuge confortable. Pentes faciles à skier et superbe vue du sommet, sur le Beaufortin. Possibilité de faire un circuit, vallée de l'Ormente ou Pierra Menta (2714m).  
\* 1er jour : 500m de montée en 2 heures.

\* 2ème jour : 600 m pour 4 h, 1000 m de descente.  
\* Avoir son matériel avec peau, couteau, ARVA. Possibilité de louer (enseignement au répondeur).  
\* Savoir tourner les skis parallèles. Avoir une assurance pour le ski de montagne (timbre FFM).

\* Prévoir sac à viande, matériel et 1 repas hors sac.  
\* Hébergement : en 1/2 pension en refuge.  
\* Réservation : avant le 5 mars avec 170F d'arrhes.

\* RDV P : Grenoble, escalier de la mairie avant 12h00 le samedi.

\* RDV A : Lyon, place des martyrs avant 11h00 le samedi.  
\* RDV L : Aime avant 15h30.



Week-end  
19 à 21 mai

Michel C. vous  
suggère une  
sortie raquettes  
au "Col du  
Barioz"

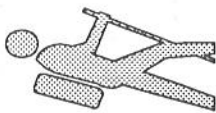
\* Pour ceux qui n'ont pas encore essayé : c'est très simple comme la marche à pied ! Balade de 4 à 5 heures sur un plateau enneigé avec vue sur le massif de la Chartreuse.

\* Inscription : avant le mercredi soir sur le site des prévisions RANDO'S Rhône Alpes pour les prévisions de location de raquettes.  
\* Prévoir pique nique.

\* RDV P : Lyon, place des martyrs avant 8h30.

\* RDV A : Grenoble, escalier de la mairie avant 9h15.

\* RDV L : col du Barioz, foyer de ski de fond avant 10h00. Possibilité de changement de lieu suivant l'enneigement.



Week-end  
19 à 21 mai

Joseph P. présente  
une fin de semaine  
en Ardèche à  
"Rosières"

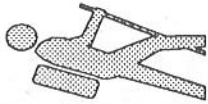
\* Jour tranquille à la ferme auberge de Rosières. Gîte et couvert assurés pour 140 F environ. Au programme 2 balades. Pour la mise en jambes la Blachère, forêt de Beauzons, 3 heures de marches. Puis le lendemain, Joyeuse, château de Vesces : édifice du XVI siècles avec pigeonnier.

\* Prévoir sac de couchage et 2 repas hors sac.  
\* Hébergement : en 1/2 pension en gîte pour 10 personnes. \* Coût : 150F environ.

\* Réservation : avant le 15 mars avec 100F d'arrhes.

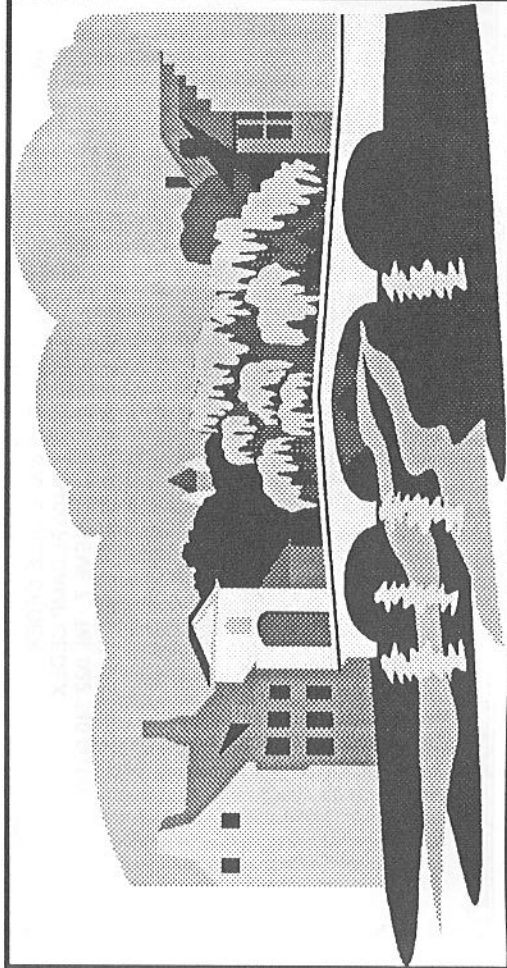
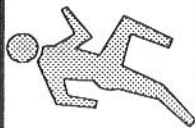
\* RDV P : Lyon, place des martyrs. (L'heure vous sera indiquée lors de l'inscription).

\* RDV L : sur répondeur si nécessaire.



Week-end  
19 à 21 mai

Tous les mercredis nous allons courir au Parc de la Tête d'Or à 18h00. Le rendez vous est devant l'entrée principale. Nous faisons 1,2 tours (et plus pour les courageux) à un rythme adapté.....





## ASSOCIATIONS AMIES

Nous tenons à votre disposition les programmes  
des associations amies. N'hésitez pas à nous les  
demander.....

Rando's Ile de France : BP 419 75870 PARIS CEDEX 18  
Tél. (1) 48.86.13.97

Ch'ti-Rando's : BP 18 59008 LILLE CEDEX

Rando's Normandie : BP 53 76400 FECAMP CEDEX

Dialogai : 57, ave Wendt CP 27 CH 1211 GENEVE 7. Tél. 022.340.00.00

Rando's Provence : BP 517 83409 HYERES CEDEX MARSEILLE.  
Tél. 91.05.29.61

Rando's Midi : 4, rue Gaston Marvejols 30000 NIMES. Tél. 66.29.13.61.

Randonneurs Nantais : 42, rue des hauts pavés 44000 NANTES

Rando's Auvergne : CLERMONT FERRAND.  
Tél. 73.92.72.67

Extra-Muros Midi Pyrénées : B.P. 439 31009 TOULOUSE CEDEX  
Tél. 61.57.28.02