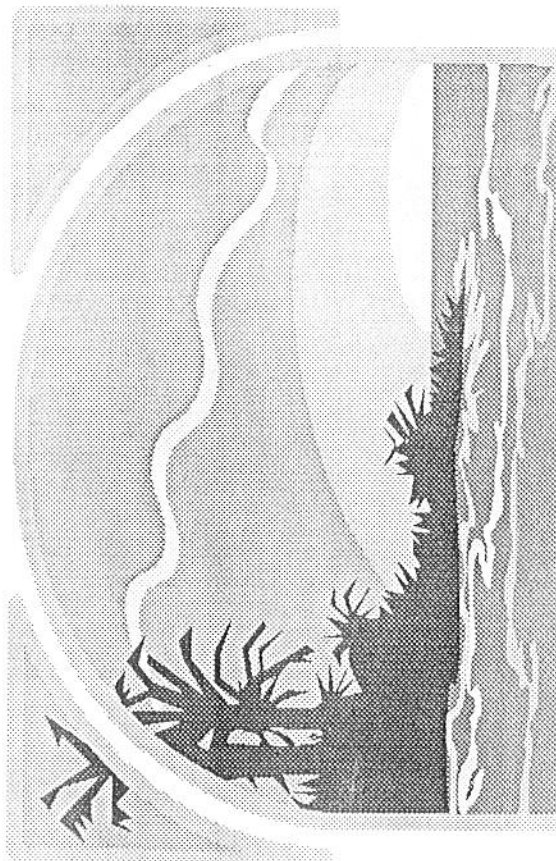


RANDO'S RHONE ALPES

Association loi 1901

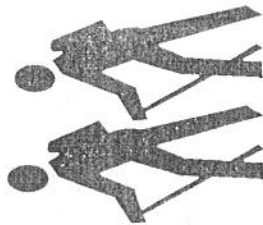
PROGRAMME N° 18

Calendrier de nos activités
du 05 novembre 1995
au 24 mars 1996



RANDO'S RHONE ALPES
B.P. 3173 - 69406 LYON CEDEX 03
Téléphone : 78.35.45.84 (répondeur)

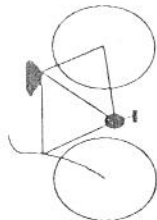
QUELQUES CONSEILS POUR LA RANDONNEE PEDESTRE



Il est préférable d'avoir

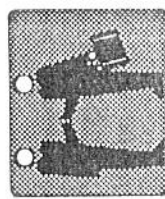
- * de bonnes chaussures montantes, surtout en montagne.
- * une cape ou un K-Way et des vêtements chauds.
- * un petit sac à dos pour le pique nique et l'eau.
- * Il est conseillé d'avoir fait plusieurs randonnées d'une journée avant de s'inscrire pour la première fois à un week-end, surtout en région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

QUELQUES CONSEILS POUR LE CYCLOTOURISME ET VTT



- * Venez avec soit un vélo, soit un VTT, le niveau est adapté aux participants.
- * Le choix des sorties se fait sur des parcours avec très peu de dénivelé.
- * Essayez, vous verrez : vous suivrez !

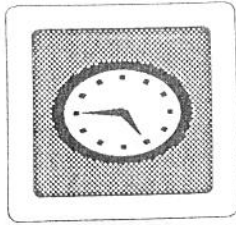
PARTICIPATION



- * 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 ou à participer aux randonnées de l'après midi. 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 plusieurs points de rendez-vous :
- * Le guide se trouve au **Rendez-You Principal (RDV P)**,
 - * Pour les participants se réunissant au **Rendez-You Annexe (RDV A)**, ils se groupent dans les voitures et rejoignent directement le **Rendez-You Local** sur le lieu de la randonnée (RDV L).



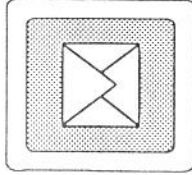
** **ALYON** : Place des Martyrs de la Résistance, Lyon 3ième, côté rue Paul Bert, près du grand bâtiment de la Communauté Urbaine de LYON.

** **AGRENOBLE** : Devant les escaliers de la mairie.

** **LOCAL** : Dans un lieu proche de la randonnée.

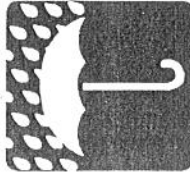
Si tu te rends directement au RDV L, laisse un message sur le répondeur.

INSCRIPTION AUX WEEK-END ET SEJOURS



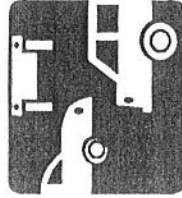
- * Seule l'inscription aux week-end et séjours est obligatoire à l'avance dans le respect des délais fixés à chaque sortie concernée afin que nous puissions réserver l'hébergement. Penser aux gentils organisateurs.
- * L'inscription n'est prise en compte que contre versement d'un chèque d'arrhes à l'ordre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

ANNULATION D'UNE SORTIE

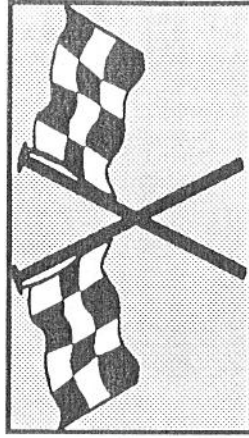


- * En cas de très mauvais temps, une sortie peut être annulée au dernier moment. En cas d'incertitude, téléphonez au 78.35.45.84 la veille ou le matin de la balade. L'indication d'annulation figurera en fin de message sur le répondeur.

TRANSPORT

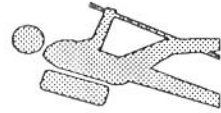


- * Le transport des participants jusqu'au point de départ des activités n'est pas assuré par l'association. Que ceux qui le peuvent viennent à chaque sortie avec leur voiture de façon à garantir les moyens de locomotion pour tous.
- * Nous nous répartissons dans les véhicules et partageons les frais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



DIMANCHE 5 NOVEMBRE

Bugey : La colonne de Nantua avec Claude R.

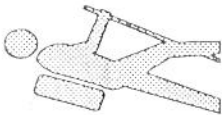


- * C'est pas loin, il va faire un temps superbe et l'heure de départ n'est pas vraiment matinale - alors, vous n'aurez aucune excuse de ne pas venir faire un dernier tour dans les bois avant le grand froid et la neige de l'hiver... Prévoir un pique nique.
- * **RDV P** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 9h30.
- * **Autres RDV** : Sur répondeur si nécessaire.

WEEK-END 11/12 NOVEMBRE

Le massif de la Chartreuse avec Eric B.

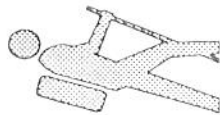
- * Randonnées pédestres ou Raquettes selon l'enneigement (!) dans le massif de la Chartreuse au coeur de notre région Rhône Alpes.
- * **Samedi** : balade autour du cirque de Saint Même avec ses belles cascades.
- * **Dimanche** : La Dent de Croiles (7 heures de marche). Niveau : moyen.
- * Prévoir 2 repas hors sac et sac de couchage.
- * **Coût** : 60F la nuitée plus un maxi de 100F pour le repas du samedi soir.
- * **Hébergement** : en 1/2 pension, gîte de l'Etierlou pour une douzaine de personnes.
- * **Réservation** : avant le **31 Octobre** avec 50F d'arrhes.
- * **RDV P** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 8h30.
- * **RDV A** : Grenoble escalier de la mairie avant 9h00.
- * **RDV L** : Parking du Cirque de Saint Même avant 10h00.



DIMANCHE 19 NOVEMBRE

Le Pilat : Découverte Stéphanoise de la vallée du Furan avec Philippe P. & Gérard G.

- * Venez profiter des belles journées d'automne pour découvrir le paysage sauvage et tourmenté du Gouffre d'Entier vers Rochetaillée puis remonter la rivière en passant les deux barrages construits au siècle dernier jusqu'au bas du Bessat. De beaux points de vue comme à Plantoy, 250 mètres de dénivellé, 4 heures de marche pour 15 km, niveau facile.
- * Prévoir repas hors sac.
- * **RDV P** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 9h00.
- * **RDV A** : Grenoble escalier de la mairie avant 8h15.
- * **RDV L** : Rochetaillée, place de l'église avant 10h15.



DIMANCHE 26 NOVEMBRE

Les Monts du Lyonnais : Riverie d'automne avec Joseph P.

- * A 9h30 (!) Point de rosée sur les platanes de la place des martyrs, tout est sec. Je vous propose 12,5km de balade au départ du site médiéval de Riverie. Niveau facile. Venez sentir l'automne...
- * Prévoir repas hors sac.
- * **RDV P** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 9h30.
- * **Autres RDV** : Sur répondeur si nécessaire.



DIMANCHE 3 DÉCEMBRE

Mts du Lyonnais : Croix de l'Aubépin avec Michel C.

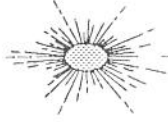
- * Tout proche de Lyon le circuit des Croix de l'Aubépin. Une balade facile de 4 heures.
- * Pas de pique nique à prévoir mais un petit encas et une gourde.
- * **RDV P** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 11h30.
- * **RDV L** : Village de l'Aubépin avant 12h15.



DU VENDREDI 8 AU DIMANCHE 10 DÉCEMBRE

Week-end à Lyon et Saint Etienne avec Rando's Auvergne

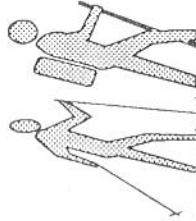
- * Dès le vendredi 8 décembre au soir Rando's Auvergne nous propose de visiter Lyon illuminé par les bougies. Nous nous verrons proposer une descente de la Saône en bateau. L'hébergement éventuel, le programme des journées du 9 et 10 décembre ainsi que les modalités d'inscription vous seront donnés ultérieurement.
- * Consultez le répondeur Rando's Rhône Alpes (78.35.45.84).
- * **Inscription avant le 15/11 avec 180F (bateau + restaurant du vendredi soir).**
- * **Les RDV** : Sur répondeur Rando's Rhône Alpes.



DIMANCHE 10 DÉCEMBRE

Le Vercors : Ski de fond à Autrans avec Eric B.

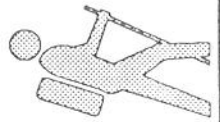
- * Dans ce paradis du ski de fond, venez tenter votre première sortie de ski pour cette saison 95/96. De nombreuses possibilités de pistes, des plus faciles (5km) au plus longues (30km et plus). En cas de manque de neige la sortie sera transformée en randonnée pédestre (mêmes RDV).
- * Prévoir repas hors sac et ski. Location du matériel possible sur place.
- * **RDV P** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 7h30.
- * **RDV A** : Grenoble escalier de la mairie avant 8h30.
- * **RDV L** : Au départ des pistes de fond à Autrans avant 9h30.

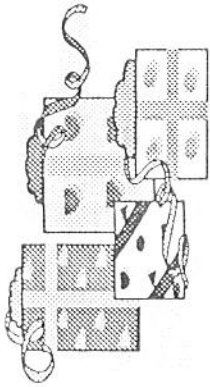


DIMANCHE 17 DÉCEMBRE

Les Monts d'Or avec Michel C.

- * Petite balade de 3 heures dans les Monts d'Or. Belles vues sur la vallée de la Saône. Venez vous mettre en appétit pour les fêtes de fin d'année.
- * Pas de pique nique mais un petit encas et une gourde d'eau ou de boisson chaude.
- * **RDV P** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 12h00.
- * **RDV L** : Eglise de Saint Germain au Mont d'Or à 12h45.





BON ET JOYEUX NOEL A TOUTES ET TOUS.

A L'ANNÉE PROCHAINE...

SEJOUR 30,31 DÉCEMBRE ET 1 JANVIER

Réveillon du Nouvel An : Rando's Rhône Alpes à Lus la Croix Haute avec Gérard G., Claude R., Philippe P. et Jean J.

* Un grand week-end à la montagne pour passer un joyeux réveillon entre amis, faire des randonnées pour découvrir les environs, se préparer l'estomac et pourquoi pas faire du ski.

* Repas, danse, fête évidemment; mais aussi de petites balades pour digérer tout ça... Le tout donc organisé dans un gîte du petit village de Lus la Croix Haute dans le Dévoluy tout près de Grenoble (70km) au cœur des Préalpes du sud.

* Voilà une proposition des plus alléchantes. Alors, que faire ?

* **Mais bien sur penser à vous inscrire avant le 01 décembre avec 200 F d'arrhes.**

* Le programme ainsi que le coût plus précis vous seront donnés à cette occasion. Les propositions pour le dimanche soir sont bien sur les bienvenues.

* Prévoir sac de couchage et 2 repas hors sac (samedi, dimanche et voir lundi midi).

* **Coût** : 150F les 3 nuitées plus 100F pour le repas du samedi soir et 200F pour le réveillon.

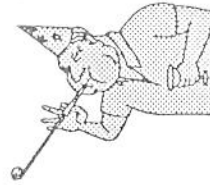
* **Compter environ 450F pour le séjour.**

* **Hébergement** : Au gîte "Le Point Virgule".

* **RDV P** : Lyon, place des martyrs avant 10h00 le samedi.

* **RDV A** : Grenoble escalier de la mairie avant 11h30.

* **RDV L** : Eglise de Lus la Croix Haute avant 12h30.



Vercors : Le But St Genix en Raquettes avec Yves A.

* Départ de la Plaine de Charasse (1136m) au sud de Vassieux en Vercors, montée dans la forêt au Col de Font Payanne (1412m), puis nous suivrons la Crête jusqu'au But Saint Genix (1643m). La vue est très belle sur la région du Diois, Buis les Baronnies, jusqu'à la cime du Ventoux. Nous poursuivrons jusqu'au Col de la Chau (1431m) avant de redescendre à la Plaine de Charasse à travers la forêt.

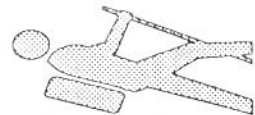
* 500m de dénivelé, 5 heures de marche, niveau facile.

* Prévoir repas hors sac, raquettes et bâtons. **Pour le matériel tél. avant le mercredi.**

* **RDV P** : Grenoble escalier de la mairie avant 8h00.

* **RDV A** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 7h00

* **RDV L** : Vassieux en Vercors, devant l'église avant 9h30.



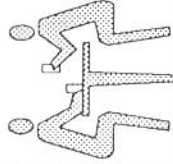
SAMEDI 13 JANVIER

Annulée

ASSEMBLEE GENERALE RANDO'S RHONE ALPES

* Probablement dans les locaux de l'association A.R.I.S., 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 (18h30) 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 un plat.



DIMANCHE 14 JANVIER

Dauphiné nord : Autour de Crémieu avec Michel C.

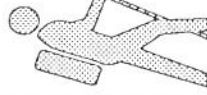
* Circuit de niveau facile avec 4 heures de marche autour de Crémieu. Nous visiterons cette petite ville moyenâgeuse (halle du 14ième siècle, remparts, tours) avant de découvrir la campagne environnante jusqu'à l'étang de Ry.

* Pas de pique nique mais un petit encas et une gourde.

* **RDV P** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 11h30.

* **RDV L** : Crémieu sous la halle avant 12h15.

20



DIMANCHE 21 JANVIER

piénuthe 8

Vercors : Ski de piste et de fond avec Alain G. et Jean J.

* Magnifique domaine de ski de fond de Corrençon et Villard de Lans. Nous pourrions emprunter soit la Royale (30km) ou moins ou plus...

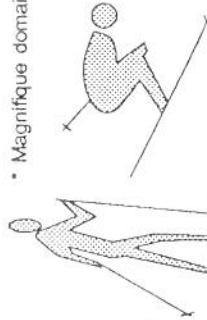
* Possibilité de faire de la piste à la Côte 2000 à Villard.

* Prévoir repas hors sac et skis.

* **RDV P** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 8h00.

* **RDV A** : Grenoble escalier de la mairie avant 9h00.

* **RDV L** : Départ des pistes de fond de Corrençon avant 10h00



DIMANCHE 28 JANVIER

Annulée

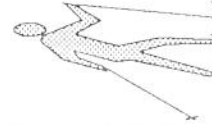
Bauges : Ski de fond à la Fécliaz avec Michel D.S.

* Vous n'échapperez pas à la traditionnelle sortie de la Fécliaz. Venez nombreuses et nombreux pour vous échauffer sur ces pistes savoyardes. Prévoir repas hors sac.

* **RDV A** : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 8h30.

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

* **RDV P & L** : La Fécliaz au départ des pistes avant 10h15.



WEEK-END 3 & 4 FEVRIER

12

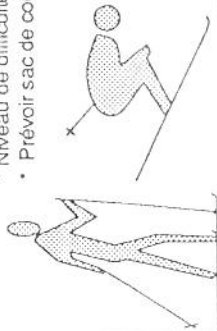
Jura : Ski de fond et piste à la Chapelle des Bois avec Eric B.

- De vastes étendues nous attendent pour du ski de fond dans la belle et sauvage forêt du Risoux.
- Possibilité de ski de piste. Refuge "Chez l'Aimé" en pleine forêt (les bûcherons et autres forestiers sont en supplément...).

- Niveau de difficulté moyen, tout le monde peut suivre.
- Prévoir sac de couchage et 2 repas hors sac. Location du matériel possible sur place.

- * Coût : 150F environ pour la 1/2 pension.

- * Hébergement : en gîte pour une douzaine de personnes.
- * Réservation : avant le 21 Janvier avec 50F d'arrhes.
- * RDV P : Lyon, place des martyrs de la résistance.
- * Autres RDV : Si nécessaire à l'inscription.



DIMANCHE 11 FEVRIER

après
3

Pays du Mont Blanc : Sortie raquettes les Aiguillettes avec Yves A.

- Tout proche de la Suisse les Aiguillettes des Houches offrent une des plus belles perspectives sur le Mont Blanc. De la Flatière nous rejoignons le Plan de la Cry (1520m) avant de monter aux chalets de Chailiaux. A la sortie de la forêt de mélèzes nous accédons au Col des Aiguillettes puis nous suivons la Crête face au Massif du Mont Blanc jusqu'aux Aiguillettes du Brévent (2315m).

- 950 mètres de dénivelé, 6 h de marche pour 10 km environ, balade de difficulté moyenne.
- Prévoir pique nique, vêtements chauds, raquettes et bâtons (location possible à Grenoble).

- * Réservation : Tél. le répondeur Rando's avant le mercredi (78.35.45.84).

- * RDV P : Grenoble escalier de la mairie avant 7h00.

- * RDV A : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 6h45.

- * RDV L : Mairie des Houches avant 9h30.



DIMANCHE 18 FEVRIER

9

Bauges : Ski de fond et de piste au Semnoz avec Gérard G.

- Intéressant parcours sur les crêtes et dans la forêt dominante Annecy et son lac.

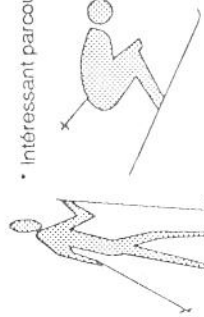
- Très belle vue sur le lac et le majestueux massif du Mont Blanc. Faible dénivelé de 300 mètres (1400 - 1700m), donc sortie facile.

- * Prévoir repas hors sac et ski.

- * RDV P : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 8h30.

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

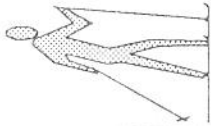
- * RDV L : Chalet de ski de fond (Semnoz) avant 10h30.



DIMANCHE 25 FEVRIER

voyanté
5

Rien de programmé, mais n'hésitez pas à consulter le répondeur Rando's Rhône Alpes (78.35.45.84.) Suivant le temps et l'enneigement une randonnée pédestre ou une sortie de ski sera proposée.



WEEK-END DU 2 & 3 MARS

14

Sortie en Suisse : Ski et raquettes à Leysin avec Yves A.

- Samedi : installation au gîte à Leysin, petite station de ski à côté des Diablerets, très appréciés des étudiants (!). Ceux qui le désirent feront du ski de piste (bon domaine), les autres de la randonnée en raquettes vers le Tour de Famelon (2019m), 700m de dénivelé, 6 heures de marche.
- Vue magnifique sur le lac Léman et les montagnes du Valais.

- Dimanche : voiture jusqu'au hameau de la Forclaz, après, montée dans la forêt au sommet de Chauv Ronde (1953m). Panorama sur la haute vallée du Rhône et les fameux 4000 du Valais, du Cervin jusqu'au Mont Blanc. Ski de piste possible aux Diablerets ou à Leysin.

- * Prévoir sac de couchage, 2 repas hors sac, matériel de ski ou raquettes et bâtons.

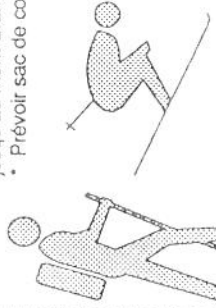
- * Coût de l'hébergement : 50 Francs Suisse.

- * Réservation : avant le 15 février avec 200 Francs Français d'arrhes.

- * RDV P : Grenoble escalier de la mairie avant 7h30 le samedi.

- * RDV A : Lyon, place des martyrs avant 7h30 le samedi.

- * RDV L : Sur répondeur si nécessaire pour les locaux.

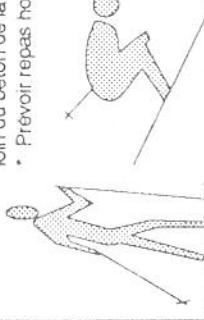


DIMANCHE 10 MARS

4

Jura & Bugey : Ski de fond et de piste avec Gérard G.

- Du Plan d'Hotonnes au Retord, parcourir le plateau du haut Bugey en ski de fond, admirer les grandes étendues enneigées et découvrir la vue sur le Mont Blanc du Crêt du Nu. Circuit idéal pour le fond, ne marquez pas le rendez vous! Sortie de niveau moyen et en plus à deux pas de Lyon...
- Possibilité de faire aussi du ski de piste dans cette petite station de l'Alain loin du béton de la ville.



- * Prévoir repas hors sac et ski (location possible sur place).

- * RDV P : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 8h30.

- * RDV A : Grenoble escalier de la mairie avant 8h30.

- * RDV L : Plan d'Hotonnes au départ des pistes de fond avant 10h15.

DIMANCHE 17 MARS

Dauphiné nord : L'île Crémieu en "VéTéTé" avec Claude R.



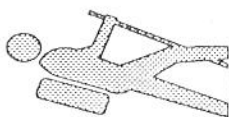
- * Entre Crémieu et Hières sur Amby, venez vous dérouiller les jambes sur les chemins à la découverte des falaises et des étangs de ce coin charmant à deux pas de Lyon.
- * Draisienne, grand-bi et vélo-pède acceptés.
- * Niveau moyen pour un dénivelé inconnu et un nombre d'heures incertain!
- * Prévoir quand même un repas hors sac.
- * RDV P : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 9h30.
- * Autres RDV : sur réponseur si nécessaire.

Annulé!

DIMANCHE 24 MARS

Bugey : la randonnée du train fantôme avec Pierre S.

- * De Chaley à Lacoux vers Hauteville-Lompnès. On prend l'ancienne voie du tramway et on suit alors le flanc de la montagne en empruntant quelques tunnels. Après les tunnels on débouche à la pile d'un pont écroulé, au sommet de la Chute de la Charabotte. Puis on continue en passant dans la forêt jusqu'à Lacoux.
- * 540 mètres de dénivelé pour 5 heures de marche. Niveau facile.
- * Prévoir repas hors sac et lampe de poche.
- * RDV P : Lyon, place des martyrs de la résistance avant 8h30.
- * RDV A : Grenoble escalier de la mairie avant 8h00.
- * RDV L : A Tenay (N504 en venant de Ambérieu) devant l'église avant 9h45.

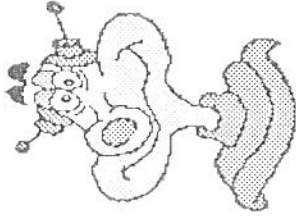


MERCREDI 1er MAI 1996

Claude R. Joseph P. Jean Louis F. Yves R. Michel D. Xavier J.
vous supplient de venir participer à :

DU SUSPENS

LA PREMIERE RANDO - JEU SURPRISE



DESTINATION: La rando-jeu se déroule dans un endroit tenu secret (à moins d'une heure de Lyon en voiture).
Les renseignements utiles seront donnés au moment du départ. La rando ne présente pas de difficulté et n'est pas très longue (ne comptez pas sur moi pour vous en dire plus...)

RDV E: Lyon, place des Martyrs. Heure de départ libre entre 9h30 et 10h30.
(Pour les grenoblois, annéciens etc... prendre contact avec les organisateurs pour éviter un détour par Lyon).

PARTICIPANTS: Tous les membres de Rando's ainsi que leurs amis non membres de l'association.

IMPORTANT:

Le jeu n'est pas chronométré.
Chacun va à son rythme.
(Inutile de demander la Golf GTI de son frangin ni ses Nike Air...)

DE L'HORREUR MAIS DE LA SENSUALITE

PARTICIPATION AUX FRAIS:

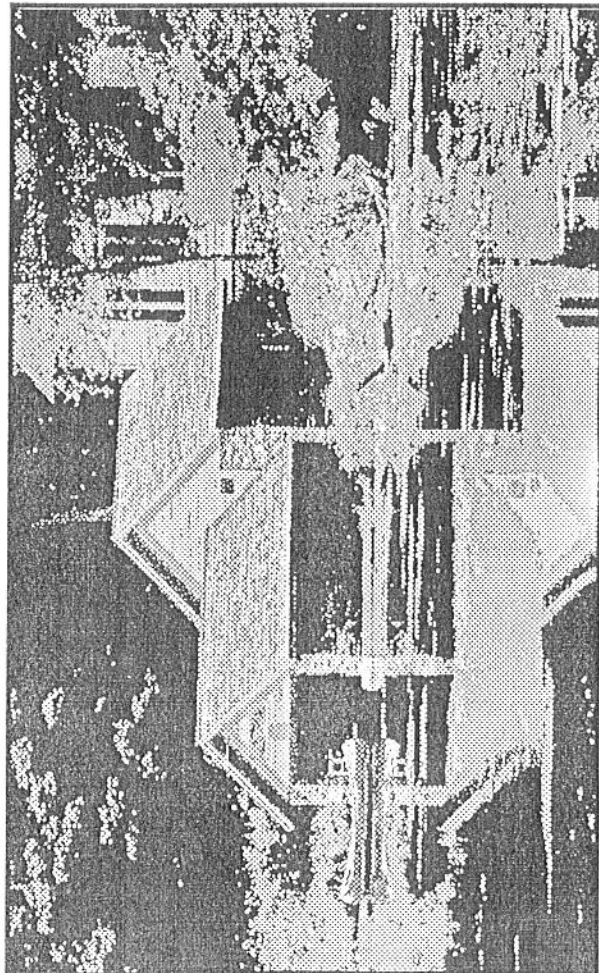
50F par personne pour l'organisation (très difficile), les lots (nombreux), et l'apéro-goûter (s'il nous reste des participants entiers en fin d'après-midi...)

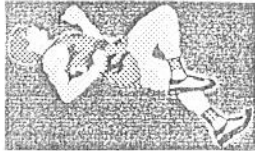
Inscription obligatoire avant le 10 Avril

DE L'ACTION

MATERIEL INDISPENSABLE:

- une voiture par équipe
- chaussures de rando
- sac à dos + plique-nique
- Encyclopedie Universalls en 250 volumes (facultatif)
- carte michelin de la région





TOUS LES MERCREDI

NOUS ALLONS COURIR AU PARC DE LA TÊTE D'OR À 17H30 OU/ET À 18H00. LE RENDEZ VOUS EST DEVANT L'ENTRÉE PRINCIPALE. NOUS FAISONS 1,2 OU 3 TOURS (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

GAICHA : 37, rue St François 73000 Chambéry Tél. 79.28.37.54

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

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

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

Randonneurs Nantais : 42, rue des hauts pavés 44000 NANTES

Rando's Auvergne : BP 474 63013 CLERMONT FERRAND.
Tél. 73.92.72.67

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

