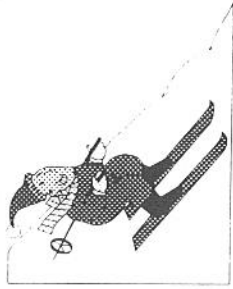


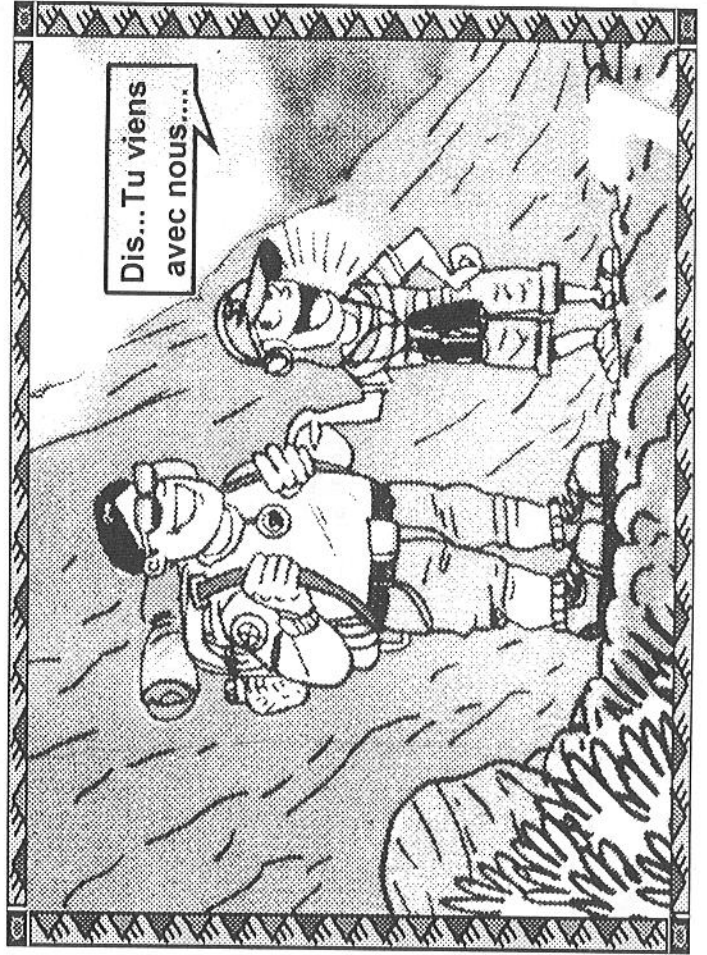
# RANDO'S RHONE ALPES



PROGRAMME  
N°22

Activités du 01 Novembre 97 au 31 Mars 1998

## RANDONNEE - SKI DE FOND SKI DE PISTE - RAQUETTE



## QUELQUES CONSEILS (IMPORTANTES) !!!

### Pour la randonnée pédestre il faut avoir:

- de bonnes chaussures montantes, surtout en montagne
- une cape ou un K-Way, une lampe de poche et des vêtements chauds
- un 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.

### Pour la randonnée raquette il faut avoir:

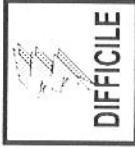
- des chaussures de randonnée de préférence étanches
- des raquettes: location à Lyon chez Spélatat, à Grenoble chez Barthelemy Sport (ou sur place dans certains cas).

**NIVEAU**



**FACILE**

**MOYEN**



**DIFFICILE**

Pour chaque randonnée proposée, il est fait mention du niveau de difficulté. Une randonnée facile ne présentera qu'une faible dénivellée (généralement en plaine), une randonnée moyenne se situera en montagne et un minimum d'entraînement à la marche sera requis, tandis qu'une randonnée pourra être difficile de part une forte dénivellée, un nombre d'heures de marche important ou des passages aériens nécessitant de ne pas avoir le vertige.

## 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 (150F par an) n'est pas obligatoire pour les deux premières sorties.

## LIEUX ET HEURES 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 (RDV L)**.

**RDV à LYON:** Place des Martyrs de la Résistance, Lyon 3<sup>ème</sup>, côté rue Paul Bert, près du grand bâtiment de la Communauté Urbaine de Lyon.

**RDV à GRENOBLE:** Devant les escaliers de la mairie.

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

**Si tu te rends directement à ce RDV Local, préviens les organisateurs par le répondeur.**

## ANNULATION D'UNE SORTIE

Pour cause de très mauvais temps, une sortie peut être annulée au dernier moment. En cas d'incertitude, téléphoner au 04 78 00 54 92 la veille ou le matin de la rando. L'indication d'annulation figurera en fin de message sur le répondeur.

## INSCRIPTIONS AUX WEEK-ENDS ET SEJOURS

Seule l'inscription aux week-ends et séjours est obligatoire à l'avance dans le respect des délais fixés à chaque sortie afin que nous puissions réserver l'hébergement. Pensez aux organisateurs. L'inscription n'est prise en compte que contre versement d'un chèque d'acompte à l'ordre de RANDO'S RHONE ALPES et dans la mesure des places disponibles. La participation aux week-ends est réservée aux adhérents.

## 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 1F le kilomètre parcouru (péage en sus).

## ASSURANCE

L'assurance actuelle couvre :

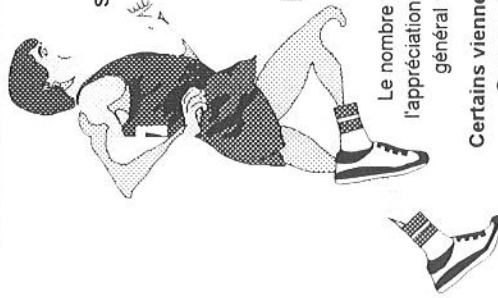
- la responsabilité civile de l'association et des membres,
  - les frais médicaux et de transport en ambulance,
  - les frais de sauvetage et de recherche pour toutes les activités prévues dans le programme.
- Le contrat est à la disposition des adhérents sur simple demande.

## MATERIEL

L'association dispose de matériel que les organisateurs peuvent emprunter pour leurs randonnées. Il s'agit de : trousse de secours, corde de 40 m, cartes et topos. N'hésitez pas à les demander à l'équipe d'animation.

## POUR LES LYONNAIS

Les fanas du jogging se retrouvent tous les **MERCREDI** à 17H30 et 18H00 à l'entrée principale du Parc de la Tête d'Or.



Le nombre de tours est à l'appréciation de chacun (en général 1 ou 2 ...).

Certains viennent en rollers !  
Ca vous dit d'essayer ?

## POUR LES GRENOBLOIS

Des repas conviviaux sont organisés périodiquement. Ils font l'objet d'un avis par courrier auprès des adhérents grenoblois.

L'antenne Rando's de Grenoble propose une permanence le 1er Jeudi de chaque mois de 20H30 à 21H30

au **STARMANIA café**  
1 rue Pierre Arthaud à Grenoble.

En complément à l'adresse lyonnaise,

**CIGALE - RANDO'S**  
Maison des associations  
6 rue Berthe de Boissieux  
38000 GRENOBLE

PREVISIONS DEPARTEMENTALES:

08 36 68 02 XX  
MONTAGNE & NEIGE:  
08 36 68 04 04  
NEIGE & AVALANCHE:  
08 36 68 10 20  
MINITEL:  
3615 METEO

**METEO**  
**PRATIQUE**



**CALENDRIER RECAPITULATIF**

MOIS	ACTIVITES	DEPARTS
NOVEMBRE	1 RANDO 2 RANDO 2 RANDO 8/11 RANDO 11 RANDO 16 RANDO 23 RANDO 30 RANDO 30 RANDO 7 RANDO 7 RANDO 14 RANDO 14 RANDO 21 RANDO 3/4 SKI DE PISTE + SKI DE RANDO 10 ASSEMBLEE GENERALE 11 SKI DE FOND + RAQUETTE 11 SKI DE PISTE 17/18 SKI DE FOND 18 RANDO 25 SKI DE FOND + SKI DE PISTE 31/1 SKI DE FOND 8 RAQUETTE 14/15 SKI DE FOND 21/22 SKI DE FOND + SKI DE PISTE 22 RANDO 22 RAQUETTE 28/1 SKI DE FOND 8 RANDO 7/8 SKI DE RANDO 14/15 SKI DE FOND 22 RANDO 22 SKI DE RANDO 28/29 RAQUETTE 29 RANDO	BEAUJOLAIS BUGEY VERCORS HERAULT JURA FOREZ JURA FOREZ BAUGES PILAT CHARTREUSE LYONNAIS VERCORS LYONNAIS MAURIENNE LYON BUGEY OISANS JURA RHONE OISANS VERCORS CHARTREUSE JURA MASSIF CENTRAL MONT DE TARARE MATHESINE CHARTREUSE BEAUJOLAIS ECRINS VERCORS PILAT OISANS BEAUFORTAIN DROME
DECEMBRE		
JANVIER		
FEVRIER		
MARS		

**Samedi 1 Novembre**

avec Rando's Normandie

**BEAUJOLAIS: "Au pays des pierres dorées"**

→ Pourquoi ne pas retrouver nos amis de Rando's Normandie qui profitent du week-end pour découvrir notre région ? Au programme une petite randonnée près de la cité médiévale de Oingt. → Prévoir un pique-nique.  
RDV P: Lyon, place des Martyrs avant 9H30



**Dimanche 2 Novembre**

**VERCORS: "Le pas du Serpaton" proposé par Jean Marc S.**

→ Petite rando d'Automne face aux Dolomites françaises avec vision panoramique sur tous les massifs de la région, de la Chartreuse aux Ecrins en passant par Belledone et le Vercors (Dénivelée 750m, 5H) → Prévoir un pique-nique.

RDV P: Grenoble, escaliers de la mairie avant 9H.

RDV A: Lyon, place des Martyrs avant 7H45.

RDV L: Monestier de Clermont (N75), devant l'église avant 10H.



**Dimanche 2 Novembre**

**BUGEY: "Le plateau de Larina" avec Yves R. et Xavier J.**

→ Un grand classique indémodable. Outre la vue sur le Bugey et la plaine de l' Ain, le plateau de Larina est aussi un site archéologique mis en valeur ces dernières années, (200m de dénivelée, 20Km pour 5H de marche). → Prévoir un pique-nique.

RDV P: Lyon, place des Martyrs avant 9H30

RDV A: Grenoble, escaliers de la mairie avant 9H00.

RDV L: Hyères sur Amby, devant l'église avant 10H30.



**Week end du 08 au 11 Novembre**

**HERAULT: "Quelques randos cool et un peu de soleil avant l'hiver..." avec Michel C. et Claude R.**

→ Samedi : Cirque de Mourèze (Dénivelée 325 m, 3H30 de marche dans un décor fantastique)

→ Dimanche : La caverne de Vitalis (Dénivelée 110m, 4H30 pour découvrir les vestiges d'une ancienne cave à fromage - lampe de poche obligatoire - )

→ Lundi : au choix, temps libre ou rando au chateau de Malavielle (260m de dénivelée et 3H30 de marche pour un petit circuit dans un paysage évoquant l' Arizona).

→ Mardi : La Baume du Gardon et la chapelle de St Vérédème (Dénivelée 150m, 3H).

Hébergement: au gîte d'étape l' Etrier du lac près de Clermont l'Herault en 1/2

pension, coût prévu 510F. Réservation avec 200F d'acompte avant le 15 octobre.

Prévoir sac de couchage, repas hors sac pour le midi et une lampe de poche.

RDV P: Lyon, place des Martyrs avant 7H45.





**Mardi 11 Novembre**

**TRANSPORT EN TRAIN**

## **JURA SUD: "Le Grand Colombier" avec Gérard S. et Michel C.**

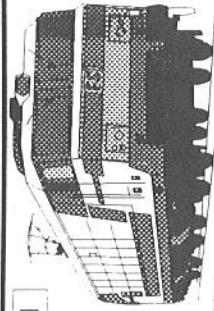
→ Randonnée linéaire entre deux gares de Seyssel à Culoz par le Grand Colombier (Dénivelée de 1200m pour 6H de marche et 20Km).

**Transport en train:** départ 7H39 de Lyon Part Dieu, retour à Lyon Part Dieu vers 19H, (100F environ pour le billet AR).

→ Prévoir un pique-nique

**RDV P:** Lyon, gare de la Part Dieu avant 7H10 (pour billet de groupe).

**RDV L:** Seyssel, devant la gare à 8H56.



**Dimanche 23 Novembre**

## **JURA SUD: "La Dent du Chat" avec Eric B.**

→ Magnifique parcours facile de crête offrant des points de vue superbes sur le lac du Bourget et l'avant pays savoyard. (Dénivelée 750m, 4H30). → Prévoir un pique-nique.

**RDV P:** Lyon, place des Martyrs avant 8H30.

**RDV A:** Grenoble, escaliers de la mairie avant 8H30.

**RDV L:** Sur répondeur.



**Dimanche 30 Novembre**

## **BAUGES: "Le Mont Margeriaz (1854m)" avec Yves A.**

→ Depuis les chalets du Margeriaz, montée dans les alpages au golet de l'Agneau, puis traversée du Mont Margeriaz. Une vue superbe sur les Bauges, la vallée de Chambéry, le Roc de Margerie et le col de la Verne nous attend. (Dénivelée 400m, 5H). → Prévoir un pique-nique.

**RDV P:** Grenoble, escaliers de la mairie avant 9H.

**RDV A:** Lyon, place des Martyrs avant 8H.

**RDV L:** Aillon le Jeune, devant l'église avant 10H.



**Dimanche 30 Novembre**

## **FOREZ: "Le sentier des fées" avec Philippe C.**

→ A la poursuite de la fée "Croque-Monsieur" en Forez, agréable promenade par monts et par vaux (400m de dénivelée, 5H de marche et 17Km). → Prévoir un repas hors sac.

**RDV P:** St Etienne, Musée d'Art Moderne (La Terrasse) avant 9H30.

**RDV A:** Lyon, place des Martyrs avant 8H30.

**RDV L:** St Marcellin en Forez, parking Espace le Moulin (Rte de St Anthème) avant 10H.



**Dimanche 7 Décembre**

## **PILAT: "Circuit de St Sabin" avec Gérard G. et Philippe P.**

→ Nous parcourons les versants sud du massif du Pilat pour découvrir un panorama sans cesse renouvelé. Si le temps est au beau, peut être verrons nous les Alpes majestueuses au col du Grateau à 1200m ! Après de nombreux bois traversés, nous trouverons la chapelle St Sabin datant de 1683, lieu de pèlerinage. Nous cueillerons certainement l'herbe de St Sabin qui protégera notre "troupeau" toute l'année! (Dénivelée 650m, 4H30, 14Km environ). → Prévoir un pique-nique.

**RDV P:** Lyon, place des Martyrs avant 9H.

**RDV L:** Eglise de Veranne avant 10H15.



**Dimanche 16 Novembre**

## **FOREZ: "Vallée de Vizézy" proposé par Philippe C.**

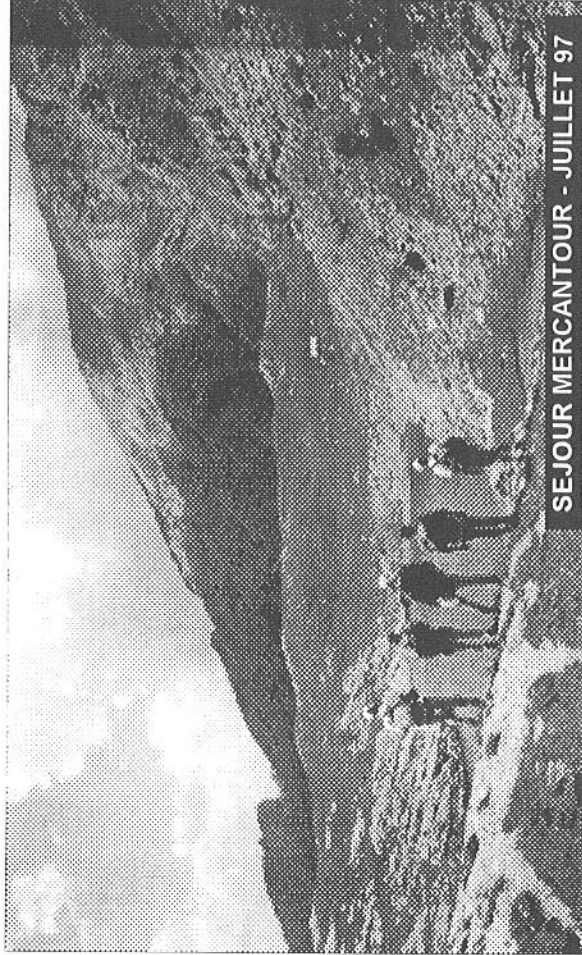
→ Promenade rituelle en Forez, le long du Vizézy avec en prime un magnifique panorama sur la plaine (dénivelée 300m et 5H de marche).

→ Prévoir un repas hors sac.

**RDV P:** St Etienne, musée d'Art Moderne (la Terrasse) avant 9H30.

**RDV A:** Lyon, place des Martyrs avant 8H30.

**RDV L:** Montbrison, parking de l'Office du Tourisme avant 10H15.



**SEJOUR MERCANTOUR - JUILLET 97**

### Dimanche 7 Décembre

#### **CHARTREUSE : "Le col des Bannettes" avec Olivier P.**

→ Après la montée dans la forêt de Chartreuse, arrivée sur des pâturages dominant l'Isère. Pour les courageux, possibilité d'atteindre le rocher de Chalives en 1/2H d'où la vue est très dégagée sur la Chartreuse et Belledone (Dénivelée 800m, 5H).

→ Prévoir un pique-nique (en cas de temps frais, il pourra se faire dans une cabane)



**RDV P:** Grenoble, escaliers de la mairie avant 9H15.

**RDV A:** Lyon, place des Martyrs avant 8H15.

**RDV L:** Mont St Martin, devant l'église avant 9H45.

### Dimanche 14 Décembre

#### **VERCORS SUD : "Le Mont Barral (1903m)" avec Yves A.**

→ Rando pédestre ou Rando raquette suivant enneigement. Depuis le col de Menée, crêtes et alpages nous conduirons au Mont Barral. Avec un petit effort supplémentaire nous atteindrons le col de Seyesse et le Jocou (2051m). (Dénivelée 500m, 4H).

→ Prévoir un pique-nique. (Et des raquettes si la neige est précoce).



**RDV P:** Grenoble, escaliers de la mairie avant 8H30.

**RDV A:** Lyon, place des Martyrs avant 7H15.

**RDV L:** Chichillanne, devant l'église avant 10H.

### Dimanche 14 Décembre

#### **COTEAUX DU LYONNAIS : "Le sentier des vergers" avec Joseph P.**

→ Petite randonnée pour après-midi courte. Le circuit serpente à travers des paysages de vergers et de cultures maraichères. Grand bol d'air pour dimanche d'Automne avec un départ à 13H (Dénivelée 250m, 2H de marche et 10Km).

**RDV P:** Lyon, place des Martyrs avant 13H00.



### Dimanche 21 Décembre

#### **RHÔNE (Charnay): "Circuit des 3 ruisseaux" proposé par Michel C.**

→ Petite balade de 3 à 4H autour du charmant village de Charnay pour se mettre en forme avant les festivités de Noël. (faible dénivelée).

→ Pas de pique-nique mais un petit encas.

**RDV P:** Lyon, place des Martyrs avant 12H.

**RDV L:** Charnay, place de l'église avant 12H45.



### Week end du 3 au 4 Janvier

#### **MAURIENNE: "Station de VALLOIRE" avec Christian F.**

→ Samedi : ski de piste dans la station village de Valloire.

→ Dimanche : randonnée à ski (surf ou raquette possible) à la découverte du massif des Aiguilles d'Arves, ascension de la pointe des Ratissières 2865m (Dénivelée 1200m, 4H)

→ Hébergement au gîte d'étape "Les Reaux" à Valloire en 1/2 pension. Réservation avant le 01 décembre avec 100F d'acompte. Coût prévisionnel: 250F + forfait ski 1/2 journée.

Prévoir: matériel de ski de randonnée, chaussures adaptées, peaux de phoque, appareil ARVA, sac de couchage et 2 repas hors sac.

**RDV A:** Lyon, place des Martyrs avant 10H.

**RDV A:** Grenoble, escaliers de la mairie avant 10H30.

**RDV P:** Valloire, devant l'église avant 13H.



### Samedi 10 Janvier

#### **ASSEMBLEE GENERALE RANDO'S RHONE ALPES**

→ Probablement dans les locaux de l'Association A.R.I.S., 16 rue St Polycarpe, Lyon 1er. Venez nombreux (avec vos amis éventuellement), c'est important pour l'avenir de notre association. Bien sur nous pourrions accueillir les personnes habitant loin.

→ Une convocation vous sera envoyée vous précisant le lieu et l'heure du rendez vous ainsi que l'ordre du jour.

→ Après la réunion apéritif et repas en commun.



### Dimanche 11 Janvier

#### **BUGEY: "Ski de fond et raquette au Plan d'Hotonnes" avec Jean J.**

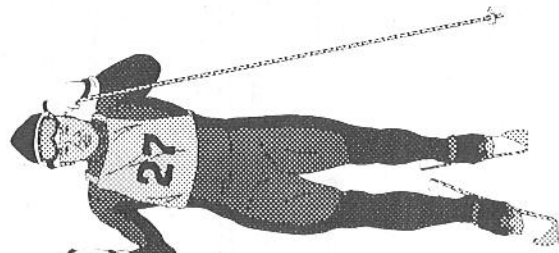
→ Ski de fond sur le plateau du Retord. Petite piste de 5 km pour les débutants ou grande piste de 25 km pour les plus courageux avec bien sur un panorama sur les Alpes en passant par le Crêt du Nô. De 1050 à 1350m, pas de difficulté, que de la glisse cool dans un décor sauvage. (Dénivelée 300m, 4 à 5H, 5 à 25 km).

→ Prévoir un pique-nique, location de ski possible sur place.



**RDV P:** Lyon, place des Martyrs avant 8H30.

**RDV L:** Les Plans d' Hotonnes, départ des pistes à 10H.



### Dimanche 11 Janvier

#### **LES ROUSSES: "Ski de piste à l'Alpes d'Huez" avec Yves A.**

→ Vue superbe sur le Massif de l'Oisans. Très beau domaine skiable de 1800 à 3300m. Bref, vous connaissez ! Un must.

→ Prévoir un pique-nique, location de ski possible sur place

RDV P: Grenoble, escalier de la mairie avant 8H.

RDV A: Lyon, place des Martyrs avant 7H00.

RDV L: Huez village devant l'église avant 9H30.



### Week end du 17 au 18 Janvier

#### **JURA: "Initiation au skating et rando à ski sur le plateau du Bugey" avec Yves B.**

→ Après avoir expérimenté la technique désopilante du skating la première journée, nous glisserons à vive allure vers le Crêt du Nû pour jouir de la vue magnifique sur le Mont Blanc.

(Samedi: 4H, niveau moyen - Dimanche: dénivelée 230m, 5 à 6H, 25km, niveau moyen).

→ Prévoir 2 pique-niques, duvet et vêtements chauds. Location du matériel de ski possible sur place.

→ Hébergement en gîte d'étape aux Plans d'Hotonnes. Réservation avant le **15 décembre** avec 100F d'acompte. (1/2 pension 165F environ, forfait ski WE 60F, location matériel en plus).

RDV P: Lyon, place des Martyrs avant 8H.

RDV L: Plans d'Hotonnes, départ des pistes avant 9H30.



### Dimanche 18 Janvier

#### **RHÔNE: "Circuit de la fraise (des neiges...!)" avec Yves R.**

→ Randonnée sur le bassin versant est des monts d'Yzeron (Dénivelée 550m, 18 à 20km, 6H). → Prévoir un pique-nique.

RDV P: Lyon, place des Martyrs avant 9H.

RDV L: Sur répondre la veille.



### Dimanche 25 Janvier

#### **OISANS: "Ski à l'Alpe du Grand Serre" avec Gérard G.**

→ Découverte d'une station peu connue du massif du Taillefer avec possibilité de faire du ski de fond et surtout du ski de piste.

→ Prévoir un pique-nique.

RDV P: Lyon, place des Martyrs avant 8H30.

RDV A: Grenoble, escaliers de la mairie avant 9H30.

RDV L: Aux caisses d'achat des forfaits avant 10H30.



### Week end du 31 Janvier au 1 Février

#### **VERCORS: "La traversée du Massif des Coulmes" en ski de fond avec Jerome V.**

→ Face à l'Isère et aux collines du Chambaran, le massif des Coulmes étage la diversité de ces paysages: falaises, gorges, plateaux, cirques et lapiatz.

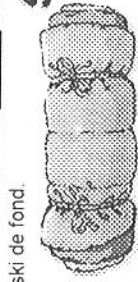
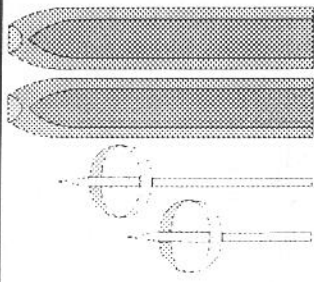
Samedi: Col de Romeyère → gîte d'étape à Presles.

Dimanche: Presles → Mallevat → col de Romeyère. Programme détaillé en préparation.

→ Hébergement au gîte d'étape "le lapiatz" à Presles. Réservation avant le **15/01/98** avec 100F d'acompte. Prévoir 3 repas hors sac, sac à dos, duvet, ski de fond.

RDV A: Lyon, place des Martyrs avant 7H45.

RDV P: Grenoble, escaliers de la mairie avant 8H30.



### Dimanche 8 Février

#### **CHARTREUSE: "La forêt de l'Océpé en raquettes, c'est pas pour les pé...." avec Jean Philippe M.**

→ Le massif présente une enceinte de falaises calcaires sur le Grésivaudan et le bassin grenoblois. La dent de Crolles en est le donjon tandis que le col du Coq laisse deviner une faiblesse. On y trouve alors une belle opportunité pour "s'introduire" discrètement dans la forêt de l'Océpé, au dessus de St Hugues...

Amis randonneurs, à vos raquettes !!

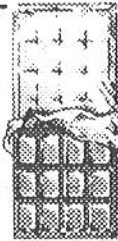
(Dénivelée 334m, 4H), pas de location sur place.

→ Prévoir un pique-nique.

RDV A: Lyon, place des Martyrs avant 8H.

RDV P: Grenoble, escalier de la mairie avant 9H.

RDV L: Col du Coq avant 10H.



### Week end du 14 au 15 Février

#### **JURA (Les Rousses): "Initiation au skating dans la forêt du massacre" avec Yves B.**

→ Samedi perfectionnement à la technique du skating (ou ski de fond classique pour ceux qui préfèrent...). Le dimanche, rando en ski dans les combes enneigées de la forêt du Massacre jusqu'au lac de Lamoura (dénivelée 250m, 5 à 6 H, 25 Km).

→ Prévoir 2 repas hors sac, matériel de ski (location possible sur place), sac de couchage.

→ Hébergement au chalet de la Frasse à Lamoura en 1/2 pension.

→ Réservation avant le **01 janvier** avec 100F d'acompte.

RDV P: Lyon, place des martyrs avant 8H.

RDV A: Grenoble, escalier de la mairie avant 7H30.

RDV L: Lamoura, au parking avant 9H30.





## Dimanche 22 Février



### MATHESINE: "Raquette au Conest" avec Olivier P.

→ Pour découvrir avec un regard nouveau la Mathésie, par une montée à travers prés et bois. Le sommet modeste du Conest offre de belles vues sur tous les massifs alentours (dénivelée 700m, 4H) → Prévoir un repas hors sac et des raquettes (pas de location sur place).

RDV P: Grenoble escaliers de la mairie avant 9H. RDV A: Lyon, place des martyrs avant 7H45.  
RDV L: Notre Dame de Vaulx, devant l'église avant 10H.

## Week end du 21 au 22 Février



### MASSIF CENTRAL: "L'Auvergne immaculée !" avec Gérard G. et Philippe P.

→ Nous découvrirons le Puy de Sancy sous la neige ainsi que bien d'autres volcans. Il y en a pour tout le monde: ski de fond autour du lac Pavin et sur le plateau, ski de piste à la station de Super Besse. Nous coucherons dans un gîte agréable (chale) à Chareire où nous attendra certainement une succulente truffade! → Prévoir 2 repas hors sac, matériel de ski (location possible sur place), sac de couchage. → Hébergement en 1/2 pension au gîte de Chareire. Réservation avec 100F d'acompte avant le 07 février.

RDV P: Lyon, place des Martyrs avant 8H.  
RDV L: le demander si nécessaire.

## Dimanche 22 Février



TRANSPORT  
EN TRAIN + CAR

### MONT DE TARARE: "La forêt de Dième" avec Gérard S.

→ Nous emprunterons le GR76 de Ternand, village fortifié dominant l'Azergue, à Tarare en traversant la superbe forêt domaniale de Dième aussi appelée forêt de Brou (randonnée linéaire entre 2 gares, dénivelée 400m, 5H, 18km). → Prévoir un pique-nique.

RDV P: Gare de Gorge de Loup à 8H15 pour prendre le car SNCF à 8H35 pour Ternand. Retour par train à 17H14 à Tarare (attention, arrivée à Vaise et Perrache).

## Week end du 28 Février au 01 Mars



### CHARTREUSE: "Ski de fond au Sappey" avec Eric B.

→ Au pied de la magnifique forteresse naturelle de Chamechaude, les pistes sillonnent des paysages harmonieux entre alpages et forêts. Le dimanche pour qui pas faire le tour de Chamechaude en ski de fond. Possibilité de rejoindre le groupe le dimanche matin (RDV L: gîte des Charmettes à 8H30).

→ Hébergement au gîte d'étape des Charmettes. Réservation avant le 01 février avec 100F d'acompte. Prévoir 2 pique-niques et 1 repas pour le soir. Possibilité de location de skis sur place.

RDV P: Lyon, place des Martyrs avant 8H.  
RDV A: Grenoble, escaliers de la mairie avant 9H.  
RDV L: A définir avec les participants.

## Dimanche 8 Mars



### BEAUJOLAIS: "Le plus haut sommet du Rhône" avec Gérard G.

→ Les belles sapinières de la haute Azergue et le point culminant de notre département, les sommets arrosés et reposants pour profiter des premières journées de printemps ! La Roche d'Ajoux et le St Rigaud offrent une vue panoramique sur la vallée de la Loire et de la Saône. De plus, une source aux vertus "fertilisantes" mais de grâce ne recrachez surtout pas son eau, sinon de graves ennuis nous attendent !!! (Dénivelée 300m 5H, 16Km) → Prévoir un pique-nique.

RDV P: Lyon, place des Martyrs avant 8H30.

## Week end du 07 au 08 Mars



### OISANS: "Vallon de la Meije, Pic blanc du Galibier" avec Yves A.

→ Samedi: ski de piste (et hors piste) au Vallon de la Meije. Téléphérique jusqu'à 3500m puis 1,2 ou 3 grandes descentes... Dimanche: ski de rando au Pic Blanc du Galibier (2955m), grande pente douce et ensoleillée, idéale pour une initiation. IMPERATIF: Savoir faire du ski de piste, skier parallèle.

→ Hébergement en 1/2 pension au gîte de la Brèche à Villard d'Arène (petites chambres, sauna). Réservation avec 150F d'acompte avant le 15 février. Coût prévisionnel: 330F, forfait Vallon compris, location ski en plus.

→ Prévoir 2 pique-niques, sac à dos et ski de rando (Location à Grenoble chez Barthelemy Sport 04 76 44 07 54 ou à Lyon chez Spelemat - Réserver le matériel une semaine avant le week-end)

RDV P: Grenoble, escaliers de la mairie avant 9H.

RDV A: Lyon, place des Martyrs avant 7H45.

RDV L: Téléphérique de la Grave avant 11H.

## Week end du 14 au 15 Mars



### VERCORS: "Ski de fond à CORRENCON" avec Eric B

→ Rejoignez nous sur quelques uns des 160 km de pistes balisées dans le cadre d'une des plus grandes zones nordiques françaises. Programme à définir en fonction des participants...

et de l'enneigement. Possibilité de nous rejoindre pour le dimanche uniquement (RDV L: au gîte à 9H).

→ Hébergement en 1/2 pension à Correncon. Réservation avant le 10 Février avec 100F d'acompte.

RDV P: Lyon, place des Martyrs avant 8H.

RDV A: Grenoble, escaliers de la mairie avant 8H30.

RDV L: A définir entre les participants.

## Dimanche 22 Mars

### PILAT: "Sources du Gier, fontaines de légendes" avec Marc U.

→ Randonnée printanière parmi les forêts de sapins à la découverte des légendes du Pilat (dénivelée 670m, 5H de marche, 16 Km) → Prévoir 1 repas hors sac.

RDV A: Lyon, place des martyrs avant 8H.

RDV P: St Etienne, devant Quick au Rond Point (sortie parc du Pilat) avant 9H.

RDV L: parking de la Croix de Chaubouret (vers la croix) avant 9H30.



## Dimanche 22 Mars

### TAILLEFERT : "Le Grand Galbert en ski de rando" avec Yves A.

→ Départ vers le lac du Poursollet (1649m), puis montée en direction du lac Fourchu, le refuge du Taillefert s'atteint après un petit passage raide. Le relief devient alors plus doux jusqu'au sommet à 2501m (Dénivelée 1000m, 6H). **IL EST IMPERATIF de savoir skier.**

→ Prévoir 1 pique-nique, sac à dos et ski de rando (Location à Grenoble chez Barthelemy Sport 04 76 44 07 54, à Lyon chez Spelemat).

Réserver le matériel une semaine avant le week-end.

**RDV P** : Grenoble, escalier de la mairie avant 7H30.

**RDV A** : Lyon, place des martyrs avant 6H15.

**RDV L** : Eglise de St Barthélémy de Séchillienne avant 9H.



## Week end du 28 au 29 Mars

### BEAUFORTAIN : "Raquette...Raquette..." proposé par Christian F.

→ Découverte en raquettes du secteur de la Pierre Menta (Col du Bresson - Tour du Mont Rosset).

1er jour: dénivelée 990m, 6H - 2ème jour : dénivelée 500m, 4H.

→ Prévoir 2 repas hors sac, raquettes, appareil ARVA.

Hébergement au refuge CAF de Presset en 1/2 pension.

Réservez avec 100F d'acompte avant le 15 janvier.



**Raquette**

**RDV P** : Lyon, place des Martyrs avant 6H.

**RDV A** : Grenoble, escaliers de la mairie avant 6H30.

**RDV L** : La Côte d'Alme, devant l'église avant 8H30.

**DIFFICILE**

## Dimanche 29 Mars

### DROME DES COLLINES : "Les bancs de sable" avec Bernard C. et Jean J.

→ Balade dans les bois de Sizay et Bard. Nous marcherons sur du sable et des galets et découvrirons même des grottes... (dénivelée 200m, 5H de marche, 20Km).

A St Donat sur l'Herbasse visite possible de la collégiale, du palais deiphinal, et de son prieuré en musique, mais pour cela il faudra réserver (Téléphoner 8 jours avant SVP).

→ Prévoir un repas hors sac.

**RDV P** : Lyon, place des Martyrs avant 8H.

**RDV A** : Grenoble, escaliers de la mairie avant 8H.

**RDV L** : St Donat / Herbasse, devant le syndicat d'initiative (rue principale) avant 9H30.



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

**ARIS**: 16 rue St Polycarpe

69401 LYON Tel 04 78 27 10

**Forum Gai et Lesbien**: 17 rue Romarin

69001 LYON Tel 04 78 39 97 72

**Rando's Auvergne**: BP474

63013 CLERMONT FERRAND

Tel 0473 92 72 67

**Rando's Normandie**: BP 35

27150 ETREPAGNY

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

**G.A.I.C.H.A.**: 37 rue St François 73000 CHAMBERY

**Grimpe et Glisse**: C/O CGPIF BP120 75623 PARIS CEDEX 13

**Randonneur Nantais**: 42 rue des hauts pavés 44000 NANTES

**DIALOGAL**: 57 av.Wendt CP 27 CH 1211 GENEVE 7 Tel 022 340 00 00

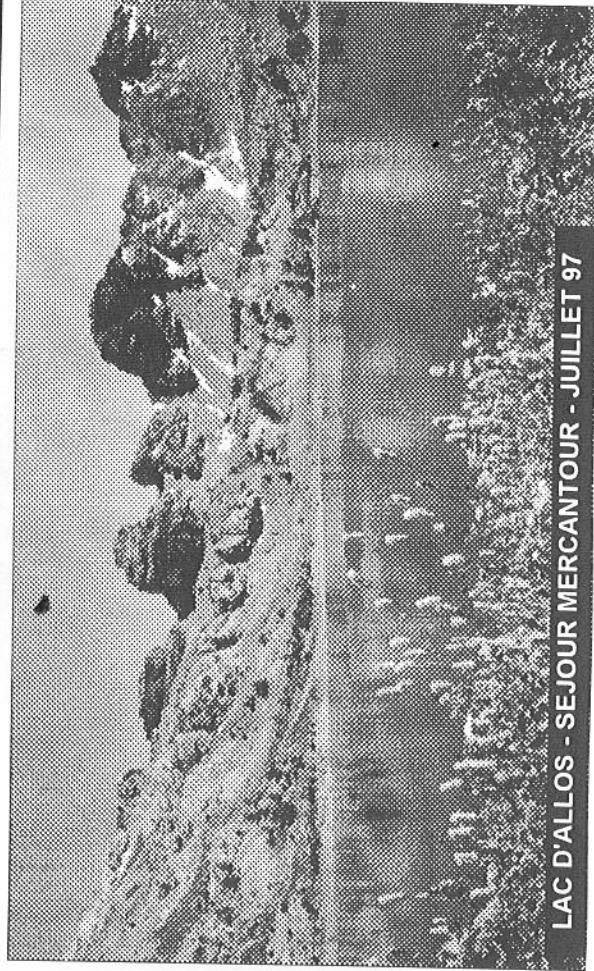
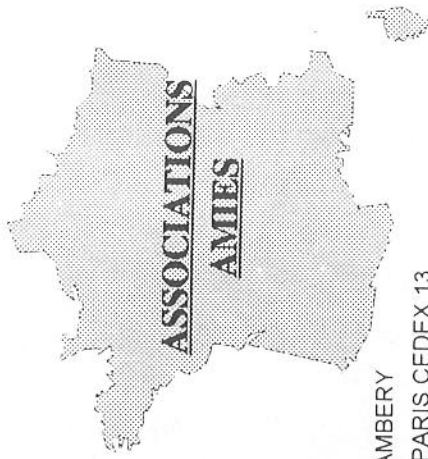
**Rando's Ile de France**: BP 419 75870 PARIS CEDEX 18 Tel 01 48 86 13 97

**Rando's Midi**: 4 rue Gaston Maruejols 30000 NIMES Tel 04 66 29 13 61

**Rando's Provence**: BP517 83409 HYERES CEDEX Tel 04 91 05 29 61

**Extra-Muros Midi Pyrénées**: BP439-31009 TOULOUSE CEDEX

Tel 05 61 33 09 47 ou 05 61 41 64 97



LAC D'ALLOS - SEJOUR MERCANTOUR - JUILLET 97





**RANDO'S RHONE ALPES**

**BP 3173**

**69406 LYON CEDEX 03**

Tel. Lyon : 04 78 00 54 92

(Vives ou répondeur)

Tel. Grenoble : 04 76 22 37 44

(20/22h ou répondeur)