

RANDO'S RHONE ALPES

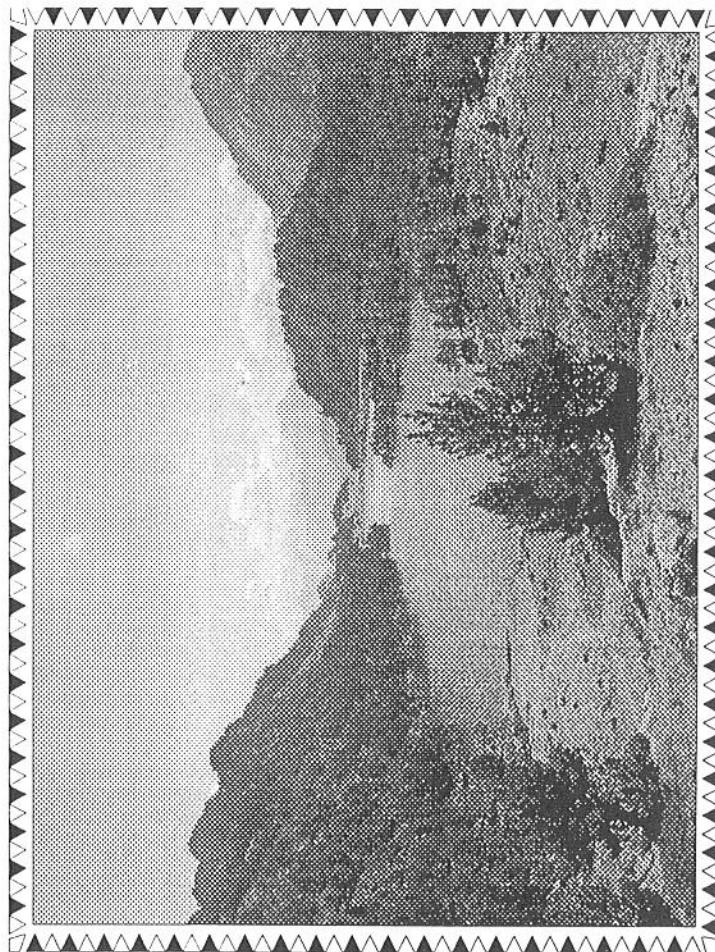


PROGRAMME

N°23

Activités du 01 Avril au 31 Octobre 1998

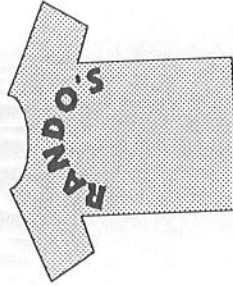
**RANDONNEE - VIA FERRATA
CANYONING - VTT - CANOE**



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 Spélimat, à Grenoble chez Barthélemy Sport (ou sur place dans certains cas).

NIVEAU

Pour chaque randonnée proposée, il est fait mention du niveau de difficulté. Une randonnée facile ne présentera qu'une faible dénivellation (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 dénivellation, un nombre d'heures de marche important ou des passages aériens nécessitant de ne pas avoir le vertige.

FACILE

MOYEN

DIFFICILE

PARTICIPATION

- Si tu n'as pas encore osé venir, n'hésite pas à remettre la 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).

Si tu te rends directement au RDV Local, préviens les organisateurs par le répondeur.

- RDV à LYON:** Place des Martyrs de la Résistance, Lyon 3^{ème}, côté rue Paul Bert, près du grand bâtiment de la Communauté Urbaine de Lyon.
- RDV à GRENOBLE:** Devant les escaliers de la mairie.
- RDV à St Etienne:** Devant le musée d'Art Moderne.
- RDV LOCAL:** Dans un lieu proche de la randonnée.

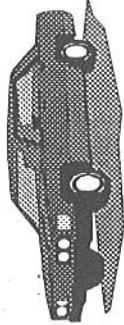
ANNULATION D'UNE SORTIE

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 le la rando. 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



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.

les véhicules et partageons les frais de route calculés sur la base de 1F le kilomètre parcouru (péage en sus).

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 dacompte à l'ordre de RANDO'S RHONE ALPES et dans la mesure des places disponibles.

La participation aux week-ends est réservée aux adhérents.

MATERIEL

Trousse de secours, corde de 40 m, cartes et topos sont à la disposition des organisateurs. N'hésitez pas à les demander à l'équipe d'animation.

SPECIAL GRENOBLE

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

SPECIAL LYON

EN SEMAINE OU LE WEEK-END:

TAROT

Vous aimez jouer et avez envie de passer une bonne soirée ? Alors, pourquoi pas une petite partie de tarot? Contactez Yves en direct ou sur le répondeur Rando's.



Les fans du jogging se retrouvent tous les **MERCREDI à 17H30 et 18H00** à l'entrée principale du **Parc de la Tête d'Or**. (Nombre de tours à l'appréciation de chacun)

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	DATE	ACTIVITE	LIEU
AVRIL	4/5	RANDO + SOIREE	OISANS
	13	RANDO	VERCORS
	19	RANDO	JURA
	25/26	RANDO	DRÔME
MAI	1/2/3	RANDO	ROUERGUE
	8/9/10	ANNIVERSAIRE CHTI	NORD
	17	RANDO	FOREZ
	24	RANDO	DRÔME
	31	RANDO	CHARTREUSE
JUN	6/7	VIA FERRATA	MAURIENNE
	7	RANDO	BELLEDONNE
	14	RANDO	FOREZ
	21	CANOE	Hte SAVOIE
	20/21 27/28	CANYON + VIA FERRATA RANDO	ALPES SUD Hte SAVOIE
JUILLET	5	VIA FERRATA	TARENTEAISE
	5	RANDO	BELLEDONNE
	4/5	RANDO	CHABLAIS
	11/12	RANDO	OISANS
	18 au 25	SEJOUR	BRETAGNE
	18/19	RANDO	ECRINS
AOUT	26	CANYON	VERCORS
	25/26	RANDO	VAL D'AOSTE
	8 au 16	SEJOUR	MERCANTOUR
	23 29/30	RANDO RANDO	VERCORS Hte SAVOIE
SEPTEMBRE	6	VTT	VERCORS
	5/6	RANDO	BELLEDONNE
	13	RANDO	FOREZ
	12/13	VIA FERRATA	MAURIENNE
	20 26/27	RANDO RANDO	SAVOIE TRIEVES
OCTOBRE	4	RANDO	MAURIENNE
	11	RANDO	CHARTREUSE
	18	RANDO	VIVARAIS
	25	RANDO	LYONNAIS

Week-end
4 et 5
AVRIL

RANDO +



FACILE

Lundi
13
AVRIL

RANDO



MOYEN

Dimanche
19
AVRIL

RANDO



MOYEN

Week-end
25 et 26
AVRIL

RANDO



MOYEN

OISANS: "Et si on faisait la fête !" proposé par Jean Philippe, Christophe, Yves, Jean Marc et Jérôme.

→ Programme: Arrivée au gîte le samedi à 17H, installation et préparation de la fête. Vers 19H, apéro suivi d'un buffet à l'auberge espagnole. Vers 21H, soirée dansante.
→ Rappel: Réservation avant le 01/03/98 avec 100F d'acompte
Le dimanche sera consacré à la randonnée.

Prévoir: 1 plat (salé ou sucré), RDV P: Grenoble avant 16H.
1 boisson, 1 sac de couchage, RDV A: Lyon avant 15H.
1 pique-nique pour le dimanche, RDV L: MJC de Bourg d'Oisans avant 17H.

VERCORS: "De Nave aux Ecogues" proposé par Michel C.

→ En ce lundi de Pâques, après le festin dominical, venez vous aérer et traquer la jonquille et le crocus dans cette oasis du bout du monde à l'extrémité Nord Ouest du massif du Vercors (5 à 6H de marche, modulable).
→ Prévoir un pique-nique.

RDV P: Lyon avant 8H15.
RDV A: Grenoble avant 9H.
RDV L: église d'Autrans avant 9H45.

JURA: "Le tour de Chamoise" proposé par Claude R.





→ L'été approche. Il serait temps de penser à éliminer ces disgracieuses réserves que vous avez faites durant l'hiver par un exercice adapté qui vous mènera sur les chemins de la montagne de Chamoise près de Nantua (820m de dénivellée, 5H de marche, c'est pas la Tête d'or mais vous faites le nombre de tours que vous voulez...). → Prévoir un pique-nique (light of course !).



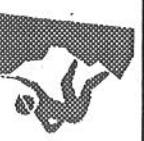

RDV P: Lyon avant 9H.
RDV A: Grenoble avant 9H.
RDV L: sur demande.





DRÔME: "Retour dans les Baronnies !" proposé par Claude M.





→ Samedi: Petite balade autour du village de Cornillon à la découverte du vauour fauve.
→ Dimanche: les Aiguilles (1362m) avec une dénivellée de 910m et 6H de marche.
→ Hébergement: au gîte d'étape de Rémuzat. Réservation avant le 01/04/98 avec 100F d'acompte. Prévoir un sac de couchage et 2 pique-niques.

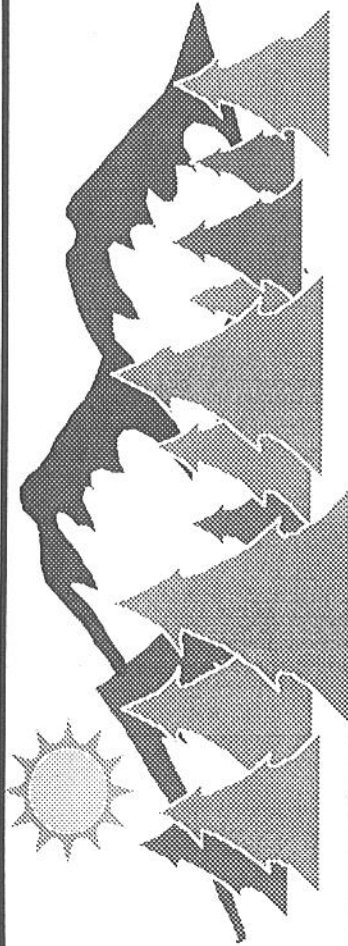
RDV P: Grenoble avant 9H. RDV A: Lyon avant 9H.
RDV L: Office de tourisme de Rémuzat avant 11H.

Week-end 1, 2 et 3 MAI	RANDO ITINERANTE 	MOYEN	<p>ROUERGUE: "Au pays des Templiers et des Seigneurs du Rouergue" proposé par Gérard S.</p> <p>→ Randonnée itinérante de 3 jours alliant marches et visites culturelles avec l'ascension de la plus haute tour grenier du Larzac, le château de Montaignut, la forêt de la Sorgue, la montagne de la Loubière...</p> <p>→ Hébergement: en gîte et au château de Montaignut. Réservation avant le 31/03/98 avec 150F d'acompte. (Coût prévu 300F + Train). Prévoir un sac de couchage et le pique-nique de vendredi. Billet de groupe prévu pour le train.</p> <p>RDV P: gare Lyon Part Dieu avant 9H. RDV L: gare Tournemire Roquefort avant 13H45. Retour à Lyon Perrache à 22H47 le dimanche.</p>
Week-end 8, 9 et 10 MAI	RANDO 	FACILE	<p>NORD : "Les 10 ans de CHTI-RANDO'S" proposé par nos amis Lillois. C'est la fête!</p> <p>→ CHTI - RANDO'S vous invite à fêter ses 10 ans dans la cité de Baillieux. Au programme, randonnées au Mont des Cats (80m) et au Cap Gris-Nez, soirée dans une auberge flamande (spécialité culinaire) et soirée anniversaire (animations). L'hébergement se fera à la ferme Beck (gîte rural et brasserie artisanale).</p> <p>→ Le coût devrait être de 500F pour hébergement, repas, animations, déplacements sur place en autocar et/ou voitures particulières avec les Chti-Rando's. (500F environ supplémentaires pour le TGV Lyon - Lille AR, billet de groupe prévu). Réservation avant le 05/03/98 avec 200F d'acompte. Prévoir un sac de couchage et le pique-nique de vendredi. Nombre de places limité. Renseignements complémentaires à l'inscription.</p>
Dimanche 17 MAI	RANDO 	MOYEN	<p>FOREZ: "Le tour de Pierre sur Haute (1634m)" proposé par Gérard G. et Philippe P.</p> <p>→ Depuis la station de ski de Chalmazel, nous nous lancerons à l'assaut des jasseries et de la lande des Crêtes du plus haut sommet du Forez. Il y en aura pour tous les goûts: des pentes raides, de la promenade assez plate sur le plateau avec une vue inoubliable sur 360°, des vaches, des moutons, des burons, des antennes et des radars, des chaos granitiques au milieu de la bruyère! Venez cheminer entre Auvergne et lyonnais sur la voie royale des monts du Forez! (Dénivelée 530m, 6H30, 24Km).</p> <p>→ Prévoir un pique-nique. RDV P: Lyon avant 7H30. RDV A: St Etienne avant 8H30. RDV L: sur demande.</p>
Dimanche 24 MAI	RANDO 	MOYEN	<p>DRÔME: "Le pré de cinq sous" proposé par Michel C.</p> <p>→ Non loin de la vallée de l'Isère, balade facile avec points de vue sur le Royan, le Vercors, les collines de la Drôme et les Monts du Vivarais (dénivelée 850m, 5 à 6H de marche).</p> <p>→ Prévoir un pique-nique.</p> <p>RDV P: Lyon avant 8H15. RDV A: Grenoble avant 9H. RDV L: église de Beauregard Barret avant 9H45 (Autoroute A49, sortie la Baume d'Hostun puis RD125).</p>

Dimanche 31 MAI	RANDO 	MOYEN	<p>CHARTREUSE: "Le Grand Som (2026m)" proposé par Eric B.</p> <p>→ Ascension d'un sommet "facile" dans les paysages variés de Chartreuse, avec au sommet, vue plongeante sur la Grande Chartreuse et panorama du Vercors au Mont Blanc ... (dénivelée 1200m, 7H de marche).</p> <p>→ Prévoir un pique-nique.</p> <p>RDV P: Lyon avant 8H. RDV A: Grenoble avant 8H30. RDV L: Parking de la Corrière (Grde Chartreuse) avant 9H30.</p>
	<p>En reconnaissance sur la Montagne de Platary (Trièves)</p>	Week-end 6 et 7 JUIN	<p>ALPES (Maurienne): "Initiation à la via ferrata" proposé par Eric B. et Christian F.</p> <p>→ La belle et facile via ferrata de Pontamfrey est un terrain idéal pour découvrir les sensations fortes procurées par ce type de cheminement. Le lendemain, les plus aguerris pourront faire un ou plusieurs tronçons de la via ferrata du Diable, un must pour les adeptes de ce sport dans un cadre exceptionnel. (jour 1: 4H, jour 2: 6H).</p> <p>→ Hébergement gîte d'étape en 1/2 pension. Réservation avec 100F d'acompte avant le 10 mai. Prévoir 2 pique-niques, sac de couchage, baudrier, longues, mousquetons, casque, gants. Ne pas avoir le vertige est impératif!</p> <p>RDV P: Lyon avant 9H30. RDV A: Grenoble avant 10H30. RDV L: église de St Jean de Maurienne avant 11H30.</p>
VIA FERRATA 	<p>DIFFICILE</p>	Dimanche 7 JUIN	<p>BELLEDONNE: "Le tour du rocher de Ferrouillet" proposé par Olivier P.</p> <p>→ Une longue rando ménageant des vues variées (Chartreuse, Grandes Rousses, Sept laux) par le lac de Crop et les pâturages peu courrus qui surplombent la vallée de l'Eau Dolle. (Dénivelée 1500m, 8H de marche).</p> <p>→ Prévoir un pique-nique, piolet recommandé.</p> <p>RDV P: Grenoble avant 7H15. RDV A: Lyon avant 6H15. RDV L: parking du départ du lac de Crop - Prabert - avant 8H.</p>
RANDO 	<p>MOY + DIFF</p>		

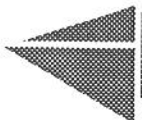
Dimanche 14 JUIN	RANDO 	FOREZ: "Le sentier des fées" avec Philippe C. → On finira bien par l'attraper cette fée "Croque-Monsieur" depuis le temps qu'elle nous échappe. En tout cas le Forez c'est bien agréable ! (400m de dénivelée, 5H de marche, et 14Km). → Prévoir un pique-nique. RDV P: St Etienne avant 9H30. RDV A: Lyon avant 8H30. RDV L: St Marcellin en Forez, parking Espace le Moulin (Rte de St Anthème) avant 10H.
FACILE		
Dimanche 21 JUIN	CANOE 	HAUTE SAVOIE (Annecy): "Descente du Chéran en canoë" proposé par Jean Michel P. → Une magnifique descente en canoë à la veille des vacances. Au programme, petite balade facile, visite du vieux village d'Alby sur Chéran, repas, initiation au maniement du canoë, descente de la rivière (sans difficulté), découverte de vues superbes, lit très encaissé. Arrivée à Rumilly puis retour aux voitures en minibus. → Réservez obligatoirement avant le 17 Juin avec 100F d'acompte. Coût prévu 130F pour la location du canoë. Prévoir pique-nique, maillot de bain, chaussures pour l'eau, tee shirt de rechange, serviette, crème, chapeau, bigoudis, sèche cheveux... RDV P: Lyon avant 8H. RDV L: sortie autoroute Rumilly.
FACILE		
Week-end 20 et 21 JUIN	CANYON 	ALPES DU SUD: "Entre Buëch et Durance" proposé par Claude M. → Samedi: Une rando aquatique de 3H les pieds dans l'eau dans les gorges du Buëch (niveau moyen, prévoir maillot de bain et chaussures de rechange). Dimanche: destination la corniche de Ceuse. Soit par la via ferrata (dénivelée 730m, 5H30, niveau difficile, baudrier, casque, longues et mousquetons obligatoires), soit par le pas du Loup (dénivelée 730m, 7H). → Hébergement: chez l'organisateur. Réservez: avant le 10 Juin. RDV P: Grenoble avant 9H. RDV A: Lyon avant 8H. RDV L: Gare de Veynes avant 10H30.
MOYEN		
Week-end 27 et 28 JUIN	RANDO 	ALPES (HAUT GIFFRE): "Cascades au bout du monde" proposé par Eric B. → Deux balades dans les sites superbes et méconnus du Haut Giffre avec le samedi les cascades et les chalets de Sales (déniv 700m, 4H de marche), et le dimanche le chalet du Boret, le lac de la Vogelle par le Bout du Monde dans le cirque du Fer à Cheval (déniv 1000m, 7H de marche, un passage exposé interdisant la rando aux chiens !). → Hébergement en gîte 1/2 pension à Samoens. Réservez avec 100F d'acompte avant le 30 mai. → Prévoir 2 repas hors sac. RDV P: Lyon avant 9H. RDV A: Grenoble avant 9H. RDV L: Eglise de Sixt avant 11H30.
MOYEN		

Dimanche 5 JUILLET	VIA FERRATA 	SAVOIE (Tarentaise): "Via ferrata à Val d'Isère" avec Jérôme V. → Superbe via ferrata sans difficulté majeure, qui surplombe Val d'Isère. Parfaitement équipée, elle convient bien à une sortie d'initiation. (400m de dénivelée, 2H). Il est impératif de ne pas avoir peur du vide et d'être correctement équipé. → Prévoir pique-nique, baudrier, 2 longues avec mousquetons, casque. RDV P: Grenoble avant 8H30. RDV A: Lyon avant 7H30. RDV L: sur demande.
MOYEN		
Dimanche 5 JUILLET	RANDO 	BELLEDONNE: "En passant par les lacs de Belledonne" proposé par Evelyne P. → Une randonnée en parcours varié sans grande difficulté. D'abord dans la forêt puis sur des pentes couvertes de rhododendrons avec une dénivelée de 930m pour 5H de marche. → Prévoir 1 pique-nique. RDV P: Grenoble avant 8H45. RDV A: Lyon avant 7H45. RDV L: Eglise d'Allemont avant 9H30.
MOYEN		
Week-end 4 et 5 JUILLET	RANDO 	ALPES (Chablais): "Du lac Léman aux Cornettes de Bises" proposé par Gérard G. → Venez nous rejoindre pour cette équipée dans le Chablais, du balcon du Léman au pic des Mémises sans quitter des yeux l'immensité bleue du lac ! Le lendemain, le circuit des Cornettes de Bises dans un massif beau et varié où nous verrons peut être des bouquetins. (jour 1: Déniv 700m, 3H30. Jour 2: Déniv 1100m, 6H30) Attention au vertige ! → Hébergement: au gîte de Cent Fontaines à Bonnevaux. Réservez avant le 15 juin avec 100F d'acompte. Prévoir un sac de couchage et 2 repas hors sac. RDV P: Lyon avant 7H30. RDV A: Grenoble avant 8H. RDV L: sur demande.
MOYEN		
Week-end 11 et 12 JUILLET	RANDO 	ALPES (Oisans): "Le col de la Mariande (2940m)" proposé par Olivier P. → Un "presque 3000" facilement accessible et permettant d'admirer les crêtes de l'Oisans à égalité. Après un coucher de soleil sur Belledonne, nuit dans un refuge qui domine la vallée "comme dans les dessins de Samivel". (Jour 1: Déniv 550m, 2H. Jour 2: névés raides pouvant rendre la rando difficile, 1120m de montée, 1670m de descente, 6H). → Hébergement au refuge de l'Alpe du Pin. Réservez avant le 20 Juin avec 100F d'acompte. Prévoir 2 repas hors sac, piolet et duvet. RDV P: Grenoble avant 14H. RDV A: Lyon avant 13H. RDV L: Eglise de St Christophe en Oisans avant 15H.
MOYEN et DIFFICILE		



Séjour
18 au 25
JUILLET

RANDO



FACILE

**BRETAGNE: "Entre mer et monts,
la presqu'île de Crozon"**
avec Joseph P. et Chti Rando's.

- De Camaret à Argol, le fleuron de la Bretagne avec nos amis Lillois. Une semaine en gîte à Trégauvan pour balades et visites (rando, calvaire, fest-noz ...etc). Le nombre de place est de 5 pour Rando's Rhône Alpes (10 au total).
- Réservation au plus vite avec 500F d'acompte.

Programme en préparation

Week-end
18 et 19
JUILLET

RANDO



DIFFICILE

ALPES (Ecrins): "Le Gioberney (3373 m)"
proposé par Lionel D.

- Très belle course d'initiation à la haute montagne avec de grandioses paysages sur le glacier de la Pilatte et le sommet des Bans. (Jour 1: dénivelé 800m, Jour 2: dénivelé 800m).
- Hébergement en 1/2 pension au chalet CAF la Pilatte. Réservation avant le 1er juillet avec 100F d'acompte. Prévoir piolet, crampons, baudrier, gants, lampe de poche, mousquetons, lunettes, sac de couchage et 2 repas hors sac.

RDV P: Lyon avant 9H. RDV A: Grenoble avant 10H30.
RDV L: La Bérarde, chalet hôtel du CAF avant 12H.

**VERCORS NORD: "Initiation au canyoning
dans les Ecouges"** proposé par Jérôme V.

- Joli petit canyon avec des sauts, des toboggans et de courts rappels qui se prête à l'initiation. Nombre de participants limité à 10 (Réservation obligatoire). Réserve à ceux ayant déjà pratiqué la descente en rappel et qui n'ont pas le vertige.
- Prévoir 1 repas hors sac, baudrier, 2 longues, descendeur en 8, combinaison néoprène intégrale et casque.

RDV P: Grenoble avant 8H30. RDV A: Lyon avant 7H30.
RDV L: sur demande.

Week-end
25 et 26
JUILLET

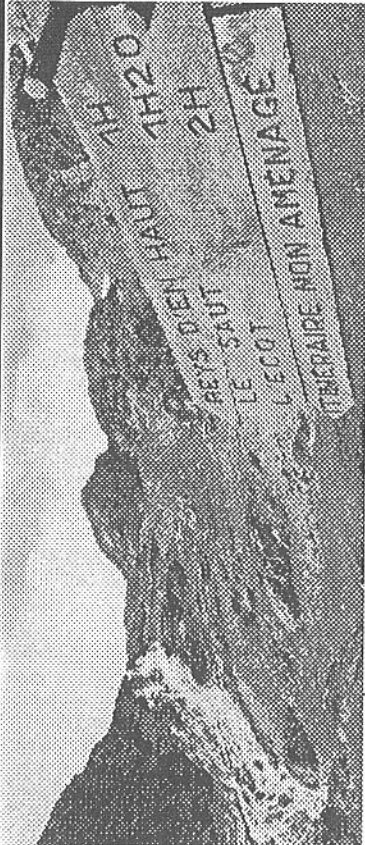
RANDO



DIFFICILE

**ALPES (Val d'Aoste): "Un premier 4000,
le Grand Paradis (4061 m)"** avec Christian F.

- Une randonnée pédestre suivie d'une marche sur glacier où la seule difficulté est l'altitude. (Jour 1: dénivelé 700m., Jour 2: dénivelé 1350m). Vue à 360° du sommet (Mont Blanc, Cervin...). Ecole de glace préalable fortement souhaitée.
- Hébergement au refuge Victor Emmanuel en 1/2 pension. Réservation impérativement avant le 1er juillet avec 100F d'acompte. Prévoir 2 repas hors sac, piolet crampons, baudrier, casque, duvet.
- Un seul RDV (Grenoble 8H) pour se grouper dans les voitures puis 4H de trajet par le col du Petit St Bernard.



Sur un sentier de Vanoise

Séjour
8 au 16
AOUT

RANDO



MOYEN

**ALPES MARITIMES: "Lacs et sommets du
Mercantour"** proposé par Claude M.

- Des randonnées en étoile à partir de 2 ou 3 points fixes en direction des plus beaux lacs et sommets des Alpes franco-italiennes (un ou deux 3000). Dernier volet de la tétralogie Ubaye-Var-Verdon-Tinée.
- Réservation avant le 30 juin avec 500F d'acompte. Coût prévisionnel 1200F.

Programme détaillé en préparation.

SEJOUR

Dimanche
23
AOUT

RANDO






MOYEN

**VERCORS (Autrans): "Un toboggan pour
les épicéas"** proposé par Jean J.





- Sur les chemins des bucherons, venez vous balader à travers la vaste prairie de Gève. Visite de la glacière d'Autrans. Vue sur les collines des Terres Froides et les méandres de l'Isère. Après le Pas de la Clé, la montée du Pas Brochier est un peu difficile, il faudra mettre les mains et jouer au charmois, laisser votre message dans la boîte aux lettres (!) et redescendre jusqu'au refuge de Gève pour se désaltérer...(dénivelée 800m, 7H). → Prévoir 1 repas hors sac.

RDV P: Lyon avant 8H. RDV A: Grenoble avant 9H.
RDV L: église d'Autrans avant 10H.

<p>Week-end 29 et 30 AOUT</p>	<p>RANDO</p>  <p>MOYEN</p>	<p>ALPES (Hte Savoie) : "Le Mont Buet (3099 m)" avec Lionel D.</p> <p>→ Le Mont Buet est un "3000" facile d'accès situé derrière les Aiguilles Rouges. Pour y accéder, il faut remonter le verdoyant vallon de la Pierre à Bérard suivie d'une montée caillouteuse. Panorama sur 360° : Chablais, Mont Blanc, Aiguilles Rouges... (Jour 1: dénivelé 800m, 3H, Jour 2: dénivelé 600m, 7H).</p> <p>→ Hébergement au refuge de la Pierre à Bérard en 1/2 pension. Réservation avec 100F d'acompte avant le 1 Août. Prévoir 2 repas hors sac, lampe de poche, bonnes chaussures et duvet.</p> <p>RDV P: Lyon avant 9H. RDV A: Grenoble avant 9H. RDV L: lieu dit Tréchant avant 11H.</p>
<p>Dimanche 6 SEPTEMBRE</p>	<p>VTT</p>  <p>MOYEN</p>	<p>VERCORS: "VTT à Autrans" avec Evelyne P.</p> <p>→ Depuis Autrans, direction le plateau de Gève par chemin forestier. La difficulté du circuit sera adaptée au niveau des participants (niveau de préférence peu difficile...).</p> <p>→ Prévoir un repas hors sac, un VTT et si possible un casque.</p> <p>Possibilité de louer sur place. Prévenir 15j à l'avance.</p> <p>RDV P: Grenoble avant 9H. RDV A: Lyon avant 8H. RDV L: Autrans, foyer de ski de fond avant 9H45.</p>
<p>Week-end 29 et 30 AOUT</p>	<p>RANDO</p>  <p>MOYEN</p>	<p>ALPES (Belledonne): "A la découverte des lacs des Sept Laux" proposé par Gérard G. et Philippe P.</p> <p>→ Pour se ressourcer au cœur du massif de Belledonne parmi les lacs tranquilles (la baignade sera peut-être difficile encore que certains...) et les sommets majestueux ! Au programme également, le pic de Belle Etoile, magnifique belvédère sur le pic de l'Etendard, le Grésivaudan et la Chartreuse. (Jour 1: dénivelé 1100m, 4H. Jour 2: dénivelé 580m, 6H).</p> <p>→ Hébergement en 1/2 pension au refuge des Sept Laux. Réservation avant le 25 Août avec 100F d'acompte. Prévoir 2 repas hors sac.</p> <p>RDV P: Lyon avant 8h30. RDV A: Grenoble avant 9H30. RDV L: Sur demande.</p>



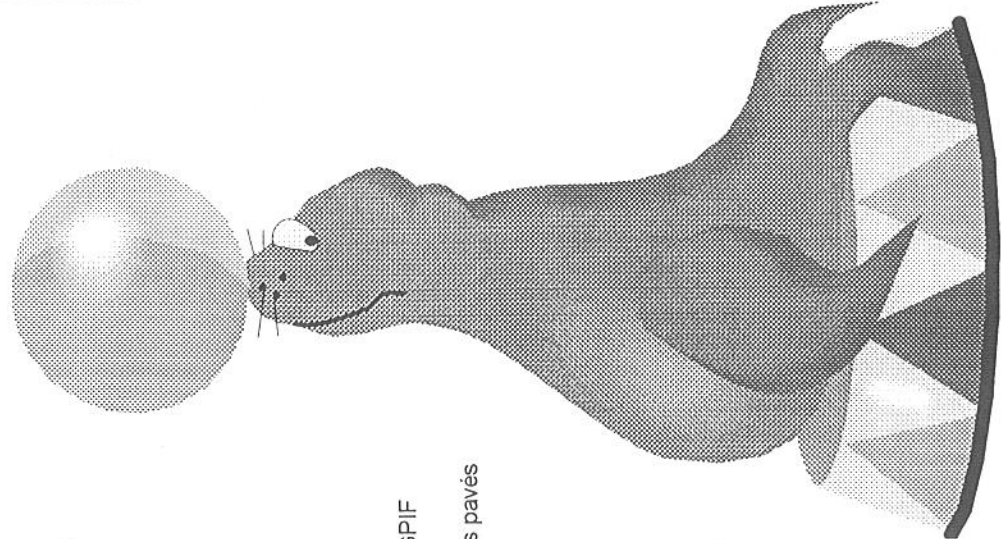
Rencontre avec
un sorcier
Parc du Mercantour
été 1997

<p>DIMANCHE 13 SEPTEMBRE</p>	<p>RANDO</p>  <p>FACILE</p>	<p>HAUT FOREZ : "Les sentiers des Babets" avec Philippe C.</p> <p>→ Ces sentiers boisés nous permettront de découvrir la campagne du Haut-Forez et de sonder le mystère des célèbres momies de la collégiale de St Bonnet le Château (Dénivelée: 300m, 5H30 de marche).</p> <p>→ Prévoir 1 repas hors sac.</p> <p>RDV P: St Etienne avant 9H45. RDV A: Lyon avant 9H. RDV L: Office du tourisme de St Bonnet le Château avant 10H30.</p>
<p>Week-end 12 et 13 SEPTEMBRE</p>	<p>VIA FERRATA</p>  <p>DIFFICILE</p>	<p>ALPES (Maurienne): "La Via ferrata de la Croix des Têtes" avec Christian F. et Eric B. Pour amateurs de sensations fortes !</p> <p>→ Le samedi sera consacré à la montée (déniv 1000m) au bivouac non gardé de Bionant pour dimanche, gravir le sommet(2492m) par la via ferrata et de l'escalade (déniv 700m, possibilité de s'arrêter au Pin Brulé).</p> <p>→ Prévoir 3 repas hors sac et un petit déjeuner, baudrier, longues, mousquetons, casque et duvet. Inscription obligatoire 1 semaine avant.</p> <p>RDV P: Grenoble avant 9H30. RDV A: Lyon avant 8H30. RDV L: Hameau du Claret avant 11H.</p>
<p>Dimanche 20 SEPTEMBRE</p>	<p>RANDO</p>  <p>MOYEN</p>	<p>ALPES (Savoie): "Le lac du Bourget et la Chaîne de la Biolle" proposé par Gérard S.</p> <p>→ Traversée de gare à gare au dessus du lac du Bourget versant est (dénivelée 600m, 7H de marche, environ 25Km).</p> <p>→ Prévoir 1 repas hors sac.</p> <p>Le transport se fera en train RDV P: Lyon Part Dieu, train à 8H04 (à vérifier sur répondeur Rando's). RDV L: Chindrieux gare à 9H15.</p> <p>Retour sur Lyon par le train de 17H30 à Aix les Bains. Arrivée à Lyon vers 19H.</p>
<p>Week end 26 et 27 SEPTEMBRE</p>	<p>RANDO</p>  <p>MOYEN</p>	<p>ALPES (Trièves): "Week end de Trèves en Trièves" proposé par Pierre P. et Pascal M.</p> <p>→ Entre Grenoble et Lus la Croix Haute, 2 balades, l'une à l'est, l'autre à l'ouest du Trièves pour un panorama complet. Nous n'avons pas plus d'information car nous sommes en plein déménagement et les guides sont dans les cartons ! Samedi: le Bonnet de Calvin (dénivelée 1000m, 5H30). Dimanche: le Platary (dénivelée 600m, 3H30).</p> <p>→ Hébergement en 1/2 pension 180F au gîte du Chauchari (chambres, table d'hôtes). Réservation avant le 1er septembre avec 100F d'acompte.</p> <p>RDV P: Lyon avant 8H. RDV A: Grenoble avant 9H (Attention, les lyonnais n'y passent pas). RDV L: sur demande.</p>

DIMANCHE 4	ALPES (Maurienne) : "Le Grand Galibier (3228m)" avec Christian F.
RANDO	→ Avec les jambes que vous vous êtes forgées cet été, vous ne devriez pas avoir de problèmes pour atteindre le sommet du Grand Galibier. Une vue exceptionnelle sur l'Oisans vous y attendra (Dénivelée: 1100m, 7H de marche). → Pour un hébergement éventuel à proximité le samedi soir, nous contacter. → Prévoir 1 repas hors sac.
MOYEN	RDV P: Lyon avant 7H15. RDV A: Grenoble avant 7H30. RDV L: Plan Lachat à Valloire avant 9H.
DIMANCHE 11	CHARTREUSE: "Le rocher de Chalves" proposé par Olivier P.
RANDO	→ Découverte d'un sommet de la Chartreuse occidentale (1845m) parmi les moins fréquentés et ménageant une vue sur l'ensemble du massif (le Mont Blanc en prime !) (déniv 950m, 5H de marche). → Prévoir 1 repas hors sac.
MOYEN	RDV P: Grenoble avant 8H15. RDV A: Lyon avant 7H15. RDV L: église de Provezieux avant 8H45.
DIMANCHE 18	VIVARAIS: "Circuit de la Croix de Chirol" proposé par Gérard G. et Philippe P.
RANDO	→ Découvrons les paysages d'automne de la campagne d'Annonay, les prairies, les landes, les forêts aux essences variées. De la Croix de Chirol, la vue s'étend jusqu'aux Alpes (dénivelée 500m, 5H30 de marche). → Prévoir 1 repas hors sac.
FACILE	RDV P: Lyon avant 8H30. RDV L: sur demande.
DIMANCHE 25	MONTS DU LYONNAIS: "Balade à Courzieu" proposé par Yves RvR.
RANDO	→ Après une agréable soirée et une nuit de rêve, venez vous ressourcer dans les Monts du Lyonnais et apprécier les parures de l'automne près de Courzieu (Dénivelée pas beaucoup 550m. Heures de marche, pas beaucoup plus 5 à 6H). → Prévoir un repas hors-sac.
FACILE	RDV P: Lyon avant 8H45. RDV L: sur demande.

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 10
- Forum Gai et Lesbien:** 17 rue Romarin
69001 LYON - Tel 04 78 39 97 72
- Rando's Auvergne:** BP474
63013 CLERMONT FERRAND
Tel 04 73 35 66 07
- 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
- Association Sportive G. et L. C/O CGPIF**
BP120 75623 PARIS CEDEX 13
- Randonneur Nantais:** 42 rue des hauts pavés
44000 NANTES
- DIALOGAI:** 11,13 rue de la Navigation
CP 69 - 1211 GENEVE 21
Tel 022 340 00 00
- Rando's Ile de France:** BP 419
75870 PARIS CEDEX 18
Tel 01 46 66 60 83
- Rando's Midi:** 4 rue Gaston Maruejols
30000 NIMES Tel 04 66 29 13 61
- Rando's Provence:**
BP113 LA ROSE
13383 MARSEILLE CEDEX13
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



LOGO

Un nouveau logo ?



N'hésitez pas à nous envoyer
vos propositions.
Elles paraîtront dans le prochain
programme.

RANDO'S RHONE

ALPES

- BP 3173 -

69406 LYON CEDEX 03

Tel. Lyon :

04 78 00 54 92

(20/22H ou répondeur)

Tel. Grenoble :

04 76 22 37 44

(20/22H ou répondeur)

RANDO'S