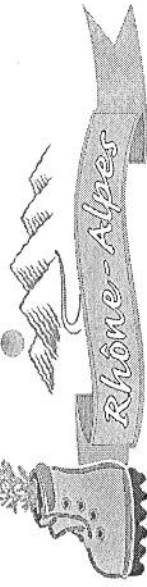


RANDO'S



BP 3173, 69406 LYON CEDEX 03

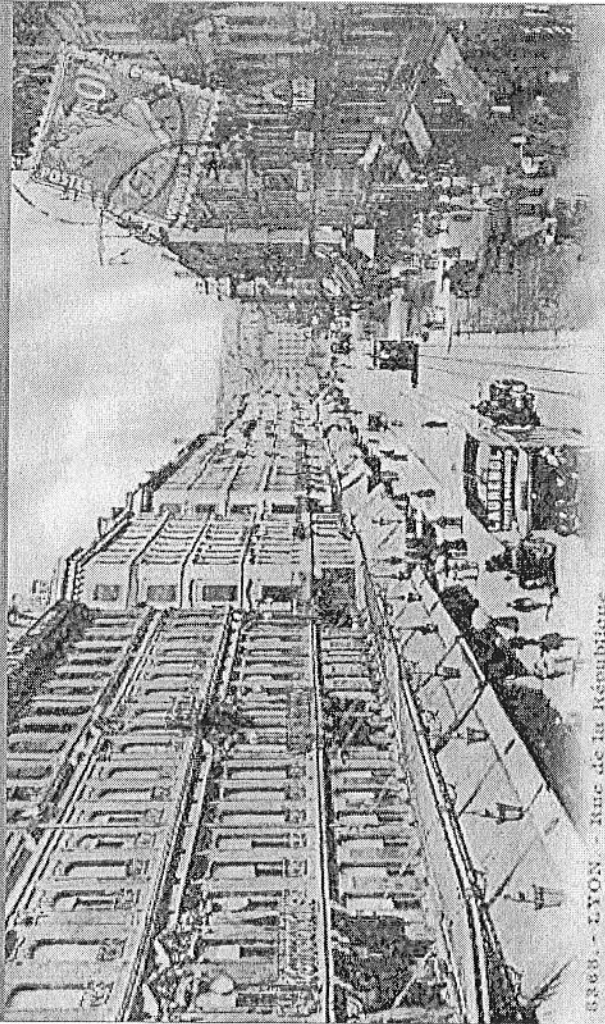
Téléphone : 04 78 00 54 92, de 20:00 à 22:00

Programme

numéro

32

Novembre 2002 à Avril 2003



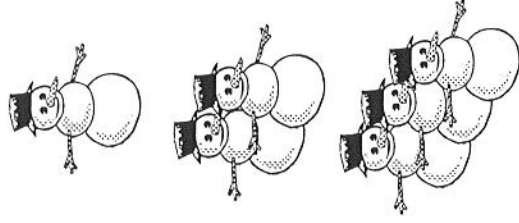
Au menu de cette édition, illustrée de cartes postales anciennes de la région

Rhône Alpes : Course d'orientation, spéléo, randos, ski et raquettes, à la journée, en week end & séjours,...

et l'Assemblée Générale !!

Difficultés nos activités ??? Ça dépend

Le niveau de difficulté des activités proposées ici, est signalé par des pictogrammes (exemple de saison, qui peut changer suivant le type d'activité) :



- 1 "picto" pour une activité classée **facile** (faible dénivelée ou aucune difficulté),
- 2 "pictos" pour une activité classée **moyen** (niveau mini ou entraînement à la marche requis),
- 3 "pictos" pour une activité classée **difficile** (fort dénivelée, nombre d'heures de marche important, bon niveau d'endurance requis, etc)

Un conseil quand même...

Il vaut mieux que tu aies plusieurs activités d'une journée "dans les pattes", avant de t'y inscrire pour la première fois à un **week end**, surtout en région exposée.

Ça te dit ??? Eh, ben viens !!!

Si tu penses qu'il faut avoir une **bonne endurance** pour participer à nos randonnées, n'hésite pas à remettre ta grass' mat à un dimanche pluvieux pour faire un **brin d'essai avec nous**. Notre but n'est pas la compétition mais la **détente, le plaisir de marcher**, et de se retrouver ou de faire connaissance dans une ambiance **sympa**.

L'**adhésion** (**24 Euros par an**) n'est pas obligatoire pour les **deux premières sorties**.

mais n'oublie pas l'équipement de base !

- Pour profiter pleinement d'une balade mieux vaut être au minimum équipé...
- de **bonnes chaussures montantes** (surtout pour les randos "montagnardes")
 - d'un **k-way**, d'une **lampe de poche** et de **vêtements chauds**
 - d'un **sac à dos** pour un pique-nique **consistant**,
- et d'eau !

Il y a du matériel collectif à dispo.

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

Infos utiles . Infos utiles . Infos utiles

RDV "P", "A", "E"

Pour **chaque activité** proposée sur ce programme, il est précisé un "**RDV P**", parfois un "**RDV A**" et un "**RDV L**". Cela t'informe des lieux de regroupement, adaptés suivant les destinations. **Explications...**

RDV P : **Rendez-Vous Principal**, lieu principal de regroupement, où tu trouveras l'organisateur de la rando
RDV A : **Rendez-Vous Annexe**, autre RDV permettant aux participants de se rassembler dans les voitures.
RDV L : **Rendez-Vous Local**, au plus près du départ de la rando.

Lieux de Rendez-Vous

Celui de **LYON** :
place des Martyrs de la Résistance, Lyon 3ème, côté rue Paul Bert, en face du bâtiment du **GRAND LYON**.

Celui de **GRENOBLE** :
sur les escaliers de la mairie.
Celui de **SAINT ÉTIENNE** :
suivant la destination, devant le Musée d'Art Moderne ou au Rond Point, à l'entrée du parc de l'Europe.

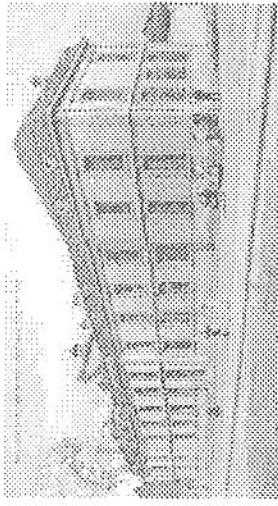
Attention !!!

Si tu comptes ne rejoindre la rando qu'au **RDV Local**, no problemo ! Mais pense à **prévenir** l'organisateur pour qu'il te récupère.
En priorité sur le portable du **RDV Principal**, à défaut au 04 78 00 54 92.

Météo

Une **sortie** peut être **annulée** au dernier moment à cause d'une **trop mauvaise météo...**

En cas d'incertitude, appelle le **téléphone portable correspondant au RDV P**, ou à défaut le répondeur de **LYON** (04 78 00 54 92) la veille ou le matin de la rando (si celle-ci est annulée, l'indication figure en fin d'annonce).



téléphones portables

n° de **LYON** : 06 72 23 44 44
n° de **GRENOBLE** : 06 71 85 08 67
n° de **SAINT ÉTIENNE** : 06 71 85 10 00

Les téléphones portables de **LYON** et **GRENOBLE** ne sont activés que pour les sorties ; afin de faciliter le regroupement des participants, d'appeler éventuellement les secours.
Donc...

MERCI de ne pas les utiliser pour les demandes de renseignements.

iles ... Infos utiles ... Infos utiles ... Infos utiles

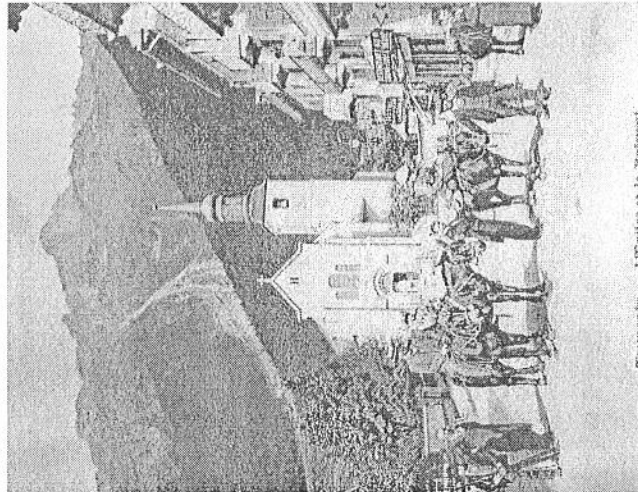
Transport...

Le **transport** des participants jusqu'au point de départ des activités **n'est pas assuré par l'association**. Ceux qui le peuvent viennent avec leur **voiture**, de façon à garantir des moyens de locomotion **pour tous**.

Les randonneurs se répartissent dans les véhicules et **partagent les frais de route**, sur la base de **0,20 Euro** le kilomètre parcouru, **peage(s)** en sus.

Réservations...

Pour effectuer une réservation, un seul numéro : **04 78 00 54 92**



Chamonix. - L'Écluse et le Brévent

Assurances...

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**.

Dates limites...

Quand une **date limite d'inscription** est signalée sur l'activité à laquelle tu souhaites participer, fais le **maximum** pour la **respecter**. Pense aux **organisateur**s et aux possibilités d'obtenir des **tarifs de groupe** !!

Ton inscription à un week end ou séjour, ne sera validée qu'**après versement** d'un chèque d'acompte à l'ordre de **RANDO'S RHÔNE ALPES**, dans la limite des **places disponibles**.

Penses bien aussi à préciser, lors de ton inscription,

si tu disposes (ou non) d'un **moyen de locomotion**.

La participation aux week-ends et séjours, **est réservée aux adhérents**.

RANDO'S à Saint Étienne...

Numéro de téléphone : **06 71 85 10 00**

Permanence - repas type "auberge espagnole" le **1er Mercredi** de chaque mois de **20:00 à 22:00**, à **ACTIS**

↳ ACTIS

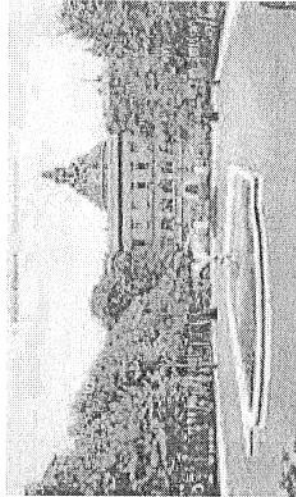
48 rue Gambetta à Saint Etienne

Soirée jeux chez un adhérent **un mercredi par mois**

Un programme d'activités plutôt destiné **aux Stéphanois**, est édité chaque trimestre :

- piscine tous les mardis,
- jogging tous les jeudis,
- repas resto trimestriel

N'hésite pas à le demander si tu es **intéressé** !!



NOUVEAU...



Le **ZOOM** sur une **antenne de RANDO'S Rhône Alpes**. Pour cette édition et en page suivante, gros plan sur l'équipe et les adhérents

RANDO'S à Lyon...

Numéro de téléphone : **04 78 00 54 92**

Branché tarot ?

Tu peux rejoindre d'autres amateurs qui se réunissent de temps à autres pour "taper le carton".

Contact : **Yves**, par le numéro noté ci-dessus.

RANDO'S à Grenoble...

Numéro de téléphone : **04 76 43 40 71**

Des **repas conviviaux** sont organisés périodiquement par l'antenne **RANDO'S** de Grenoble. Ils font l'objet d'un avis transmis par courrier auprès des adhérents grenoblois.

Permanences, tous les mardis, au local **C.I.GA.LE**, de **20:30 à 22:00** ... **SAUF**

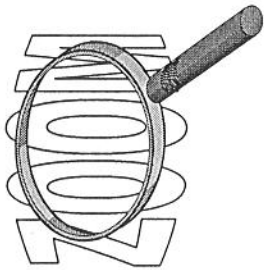
le **1er mardi** de chaque mois, **repas type auberge espagnole** (chacun apporte un plat), à partir de **20:00**

↳ C.I.GA.LE RANDO'S

8 rue sergent Bobillot à Grenoble
téléphone : **04 76 43 40 71**

La "toile" et RANDO'S...

RANDO'S RHÔNE ALPES s'est installé depuis quelques mois sur le web. Tu en sauras plus en suivant le lien : **www.randos-rhone-alpes.org**



Fouilla !! Les Gagas gays, z'ont pas l'babaud !

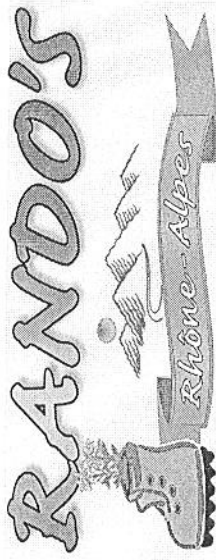
(traduction : Mazette ! les Stéphanois gays ne broient pas du noir !)

Finis le noir, place au rose ! N'exagérons rien, Saint Etienne n'est pas devenu le Sitgès français, ça se saurait. Cependant la ville a changé ! La gaieté, nous l'avons en nous et même si nous n'avons pas les Alpes, nous avons le Pilat, si nous n'avons pas la mer nous avons Saint Victor, et si nous n'avons pas une profusion de lieux gays, nous avons un sens inné de la convivialité et ces ressources, nous les exploitons pour notre plus grand bonheur ! Depuis 1998, date de la création de l'antenne de RANDO'S à Saint Etienne, les activités se sont multipliées, le nombre d'adhérents a augmenté pour approcher la trentaine en 2002. Après des permances mensuelles qui n'attiraient pas foule il faut bien le dire, nous sommes parvenus aujourd'hui à des permanences qui attirent de plus en plus de monde. Récemment, le Centre National d'Art Dramatique est même venu nous présenter sa dernière création ! Serions-nous reconnus désormais ?

Il faut dire que nous sommes la seule association homosexuelle représentée à Saint Etienne ! Du côté des lieux commerciaux : 1 seul bar (après la disparition de 2 autres lieux gays en 2002), 4 saunas (abondance significative d'une visibilité très réduite au grand jour), 1 restaurant, 1 boîte. La patience a donc payé mais le dynamisme stéphanois est surtout dû aux adhérents eux-mêmes qui ont su communiquer sur RANDO'S Rhône Alpes et intégrer d'autres gays. A côté des activités hebdomadaires (piscine et jogging), l'antenne propose une permance mensuelle qui se tient depuis mai 2002 dans le local d'ACTIS (Association de lutte contre le sida), une soirée jeux de société mensuelle chez un adhérent, un repas trimestriel dans un restaurant de la région et des sorties ponctuelles au théâtre ou au cinéma.

La pratique d'une activité sportive en l'occurrence la randonnée, reste le point d'ancrage de l'antenne stéphanoise. C'est ainsi que la règle décidée par le bureau de RANDO'S Rhône-Alpes d'une randonnée mensuelle dans la région stéphanoise a permis de mobiliser les énergies et d'impliquer les adhérents dans leur association. Dans ce programme, 7 randonnées sont proposées par 7 adhérents différents de l'antenne stéphanoise. Afin d'aider les adhérents à se souvenir des rendez-vous de leur association, un programme trimestriel est édité (création graphique et reproduction gratuites grâce au concours d'un adhérent), mis sous pli (enveloppes gratuites grâce au concours d'un autre adhérent !) et adressé avec un timbre (si vous connaissez quelqu'un à La Poste) aux adhérents Rhône-Alpins qui en font la demande ! Ce programme est également mis à disposition depuis peu à l'Office de Tourisme de Saint Etienne.

L'accueil stéphanois est légendaire, alors sans fausse modestie, nous pouvons vous dire : **RANDO'S, vous ne viendrez plus chez nous par hasard !**



AGEND

date(s)	activité	lieu, thème
3-nov	orientation	Chamrousse, course d'orientation
17-nov	rando	Aqueducs du Gier
24-nov	rando	Balade en Beaujolais
1-déc	rando	Pas de la Clef, Bec de l'Orient
8-déc	rando	Nivolet, Bauges, pré du Sire
15-déc	rando	Velay, gorges de la Semène
22-déc	rando	Tararais, les crêtes des Sauvages
5-janv	spéléo	Vercors, grotte de Bourmillon
12-janv	raquettes	La Molière
18-janv		ASSEMBLEE GENERALE
19-janv	raquettes	Le Moucherotte
26-janv	rando	Monts du Forez, Chazelles sur Lyon
2-févr	rando	Du pic Saint Michel au sentier Gobert
9-févr	ski	Ski de piste et de fond aux Saisies
16-févr	rando	Randonnée "pétillante"
23-févr	raquettes	Vercors, Serre Plumé
du 1 au 8 mars	séjour	Ski de fond et raquettes
2-mars	rando	de Chambaran à Bressieux
9-mars	raquette	Le Pas de l'Œille
9-mars	rando	St Hilaire du Rosier, de lavoir en lavoirs
16-mars	rando	Pilat rhodanien, les Vergers
23-mars	rando	Forez, les trois Chapelles
30-mars	rando	Plateau du Vercors
du 4 au 6 avril	week end	Sur les sentiers du littoral Varois
5 et 6 avril	week end	Promenade dans le Diois
13-avr	rando	Autour de Saint Régis du Coin
19 au 21 avril	week end	Saint Guilhem le Désert
20-avr	rando	Autour du barrage de Lavalette
27-avr	rando	Hautes Savoie, les Cornettes de Bises

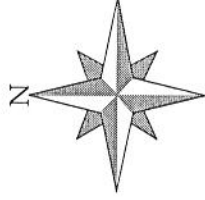


Parralèlement à cet agenda, Christian F. organise des sorties de ski de randonnée, au gré de la météo et de l'enneigement. Si vous souhaitez en savoir plus, appelez Christian, au 04 79 59 99 85.

Dimanche 3 Novembre, Course d'orientation autour de Chamrousse

par *Jérôme V.*

Venez vous initier à l'orientation à travers ce petit parcours sympathique dans les environs de Chamrousse !!!



niveau : facile
600 m de dénivelée pour 5 h de marche
prévoir : 1 repas hors sac

RDV A : Lyon avant 8:00
RDV P : Grenoble avant 9:00 (tel : 06 71 85 08 67)
RDV L : devant Office du Tourisme de Chamrousse avant 10:00

Dimanche 17 Novembre, Les Ageducds du Gier

par *Philippe S.*

Philippe vous invite à parcourir la vallée du Gier, le long des aqueducs romains.



niveau : facile
prévoir : 1 repas hors sac

RDV A : Lyon avant 8:30
RDV P : Rond Point de Saint Etienne avant 9:30 (tel : 06 71 85 10 00)
RDV L : devant la Mairie de St Joseph (vers Rive de Gier) avant 10:00

Dimanche 24 Novembre, Mont de Bessay, entre Beaujolais et Mâconnais

par *Philippe J. & Jean Marc P.*

A une soixantaine de kilomètres de Lyon, ce modeste coteau entouré de célèbres crus : Julliénas, Saint-Amour, Chénas, Saint Véran,... est un belvédère de choix sur la vallée de la Mauvaise et le sud du Mâconnais.

niveau : facile
228 m de dénivelée pour 3 h de marche
prévoir : 1 repas hors sac

RDV P : Lyon avant 10:00 (tel : 06 72 99 21 55)
RDV A : Grenoble, si demande
RDV L : Parking de la Poste à Julliénas avant 11:15

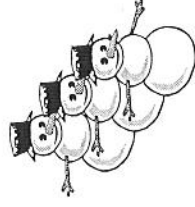


Dimanche 1er Décembre, Du Pas de la Clef au Bec de l'Orient

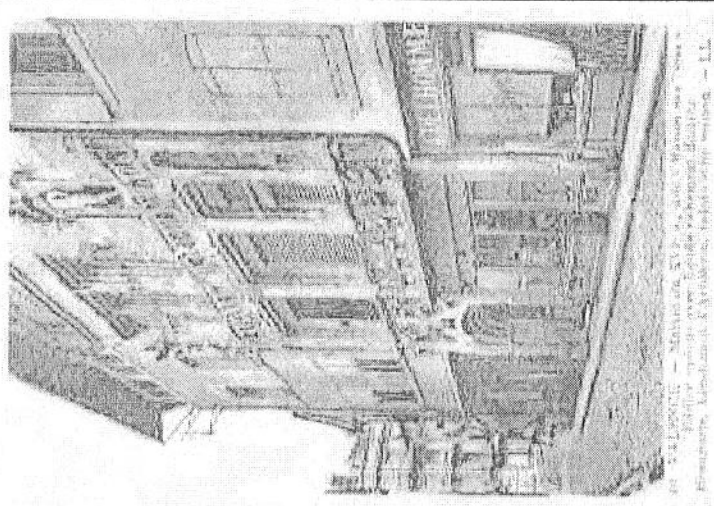
par *Daniel O. & Bernard B.*

Après la traversée du plateau de Gève, Daniel et Bernard vous feront traverser le "Cyclone" pour atteindre le Pas de la Clef, avant de suivre les crêtes jusqu'au Bec de l'Orient. La redescente vous conduira à travers le val de Nave. Superbe point de vue sur la vallée de l'Isère assuré !

niveau : moyen
400 m de dénivelée pour une boucle de 5 heures
prévoir : 1 repas hors sac, une paire de raquettes



RDV A : Lyon avant 8:00
RDV P : Grenoble avant 9:00 (tel : 06 71 85 08 67)
RDV L : parking du plateau de Gève à Autrans avant 10:00



Dimanche 8 Décembre, Le Nivolet par le Pré du Sire

par *Christian B.*

Entre prairies, alpages et en passant par les bois, on louvoie entre quelques rochers et on franchit une barre rocheuse par une cheminée équipée d'échelles.

niveau : de moyen à difficile
750 m de dénivelée pour 6 h de marche
prévoir : 1 repas hors sac

RDV A : Lyon avant 7:15
RDV P : Grenoble avant 8:15 (tel : 06 71 85 08 67)
RDV L : parking de la piscine du Buisson Rond de Chambéry avant 9:00



Dimanche 15 Décembre, Velay, les Gorges de la Semène

par *Jean-Louis M.*

Sympathique balade qui par une courte journée d'hiver, vous emmènera des bords de la Loire jusqu'au plateau dominant Aurec sur Loire, en passant par les gorges de la Semène et la tour d'Orliol.



niveau : facile, 300 m de dénivellée pour **4 h** de marche
prévoir : 1 repas hors sac

RDV A : Lyon avant 9:00
RDV P : Rond Point de Saint Etienne avant 10:00 (tel : 06 71 85 10 00)
RDV L : parking bord de Loire à Aurec avant 11:00

Dimanche 22 Décembre,

Tararois, les Crêtes des Sauvages

par *Gérard G. & Philippe P.*

Quittez les brumes lyonnaises, et venez profiter de l'air pur de l'Echine des Sauvages. A 700 m d'altitude et à travers bois et pâturages, nous sillonnerons ce belvédère de choix sur le relief tourmenté du Tararois et des monts du Beaujolais. Qui sait, un miracle nous permettra peut être d'apercevoir la chaîne des Alpes...



niveau : facile, 200 m de dénivellée pour **4 h** de marche
prévoir : 1 repas hors sac

RDV P : Lyon avant 10:00 (tel : 06 11 10 65 11)
RDV L : sur demande

Dimanche 5 Janvier,

Spéléo dans le Vercors, grotte de Bournillon

par *Jérôme V.*

Pour débiter la nouvelle année, Jérôme vous propose cette initiation à la spéléologie dans le Vercors. Cette randonnée au Bournillon est une course que l'on n'oublie pas !
! Température ambiante prévue : 12°C...



Date limite d'inscription : 28 Décembre (cette rando nécessitant une assurance supplémentaire)

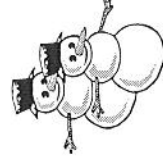
niveau : facile
prévoir : 1 repas hors sac
casque, lampe frontale, vieux jogging

RDV A : Lyon avant 8:00
RDV P : Grenoble avant 9:00 (tel : 06 71 85 08 67)
RDV L : sur demande

Dimanche 12 Janvier, Raquettes dans la Molière

par *Didier A.*

La Molière étale ses vastes alpages au dessus de la forêt. Un secteur plein d'attraits qui ménage de magnifiques vues et offre un parcours pouvant facilement au retour être agrémenté de variantes.



niveau : moyen
500 m de dénivellée pour **4 h 30** de marche
prévoir : 1 repas hors sac
raquettes et bâtons

RDV A : Lyon avant 8:30
RDV P : Grenoble avant 9:30 (tel : 06 71 85 08 67)
RDV L : sur demande

Samedi 18 Janvier, à partir de 18:00 dans les locaux d'ARIS*,

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE RANDO'S RHÔNE ALPES !!



bilans, projets, présentation des comptes, élection du bureau, etc

en fin d'AG, un repas sera traditionnellement partagé selon la formule "auberge espagnole" (chacun amène un plat).

(*) ARIS, 16 rue Saint Polycarpe, Lyon 1er

Dimanche 19 Janvier,

Le Moucherotte

par *Daniel O. & Bernard B.*



Au départ du Stade de Neige, vous emprunterez un chemin très facile pour monter jusqu'en haut du Moucherotte qui domine Grenoble de ses 1700 mètres d'altitude. Retour par les crêtes du balcon Est.

niveau : facile, 400 m de dénivellée pour une boucle de **5 heures**
prévoir : 1 repas hors sac, **raquettes et bâtons**

RDV A : Lyon avant 8:00
RDV P : Grenoble avant 9:00 (tel : 06 71 85 08 67)
RDV L : parking Stade de neige de Lans en Vercors avant 9:45

Dimanche 26 Janvier,

Chazelles, chapeaux et voilettes de rigueur !!

par *Philippe C.*

De rivières en ruisseaux, les chemins de cette balade vous feront découvrir la campagne autour de la capitale du chapeau, Chazelles sur Lyon. La visite du musée permettra aux plus élégants de "coiffer" brillamment la journée.

niveau : facile, 200 m de dénivellée pour **4 h** de marche
prévoir : 1 repas hors sac
et **un chapeau** (le plus original sera récompensé !!)



RDV A : Lyon avant 9:00

RDV P : Musée Art Moderne Saint Etienne avant 10:00 (tel : 06 71 85 10 00)

RDV L : devant Office du Tourisme de Chazelles sur Lyon avant 10:30

Dimanche 2 Février,

Du pic Saint Michel au sentier Gobert

par *Daniel O. & Bernard B.*

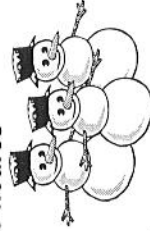
Au départ de la Conversaria, nous grimperons jusqu'au col de l'Arc puis au Pic Saint Michel. De là, nous reviendrons sur nos pas pour retrouver le sentier Gobert (GR 9), qui nous mènera à la cabane de Roybon.

niveau : difficile, 800 m de dénivellée pour une boucle de **5 heures**
prévoir : 1 repas hors sac, **raquettes** et bâtons

RDV A : Lyon avant 8:00

RDV P : Grenoble avant 9:00 (tel : 06 71 85 08 67)

RDV L : parking Intermarché de Villars de Lans avant 9:45



Dimanche 9 Février,

Beaufortin, ski de piste et de fond aux Saisies

par *Gérard G. & Philippe P.*

Venez vous défouler dans cette ancienne station olympique de ski de fond, pleine de charme. Il y en aura pour tous les niveaux et tous les plaisirs. De neige !! Vues superbes, alors que demander de mieux à part du soleil ???

prévoir : 1 repas hors sac, **skis piste et/ou fond**

RDV P : Lyon avant 8:00 (tel : 06 11 10 65 11)

RDV A : Grenoble avant 8.30

RDV L : sur demande

Dimanche 16 Février,

Monts du Lyonnais, randonnée "pétillante"

par *Serge D.*

Serge vous propose cette balade autour de la cité de la célèbre source Badoit, Saint Galmier, ainsi qu'une très belle vue sur les monts du Forez autrement appelés "Montagnes du Soir".

niveau : facile, aucun dénivellée pour **3 h 30** de marche
prévoir : 1 repas hors sac



RDV A : Lyon avant 9:30

RDV P : Musée Art Moderne Saint Etienne avant 10:30 (tel : 06 71 85 10 00)

RDV L : sur demande

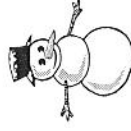
Dimanche 23 Février,

Vercors, Serre plumé en raquettes

par *Didier A.*

Très beau point de vue : Crêtes des Hauts Plateaux (Grand Veymont, Grande Moucherotte), au Nord : Massif des Coulmes, à l'Ouest : Alpage de Fort d'Uries.

niveau : facile, faible dénivellée pour **4 h** de marche
prévoir : 1 repas hors sac, **raquettes** et bâtons



RDV A : Lyon avant 7:30

RDV P : Grenoble avant 8:30 (tel : 06 71 85 08 67)

RDV L : col de la Chau (juste avant Fort d'Uries) avant 10:00

Dimanche 2 Mars,

De Chambaran à Bressieux

par *Yann E. & Emmanuel F.*

Le sentier traverse la forêt de Chambaran qui recèle une flore variée, dont certaines espèces rares dans les zones humides. Entre sous-bois et étangs se cachent cerfs, chevreuils, hérons et bécassines. Au long du chemin des repères historiques sur la baronnie de Bressieux sont à découvrir.

niveau : facile, 270 m de dénivellée pour **6 h** de marche
prévoir : 1 repas hors sac



RDV A : Lyon avant 7:45

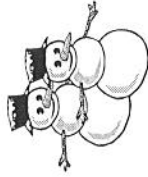
RDV P : Grenoble avant 8:45 (tel : 06 71 85 08 67)

RDV L : devant Mairie de Saint Siméon de Bressieux avant 9:30

Du 1er au 8 Mars,

Névache : le retour !!

par Gérard G., Philippe P. & Pierre B.



Emerveillé par notre séjour d'été nous revoilà dans cette belle vallée de Névache, le plus grand domaine de ski de fond des Alpes du Sud, au Nord de Briançon, à 1500 m d'altitude. Nous nous lancerons sur les pentes sauvages en raquettes ou skis de fond, avec certainement un charmant accompagnateur, un accueil et une cuisine incomparable, n'en doutons pas !!
Le soir, peut être partirons nous à la découverte des étoiles...

niveau : moyen

prévoir : budget pour complément à la demi pension
skis de fond et/ou **raquettes** (location possible sur place)

gîte : La découverte à Névache

coût : environs 280 Euros pour la demi pension

acompte : 100 Euros

Date limite d'inscription : 7 Février (limité à 12 places)

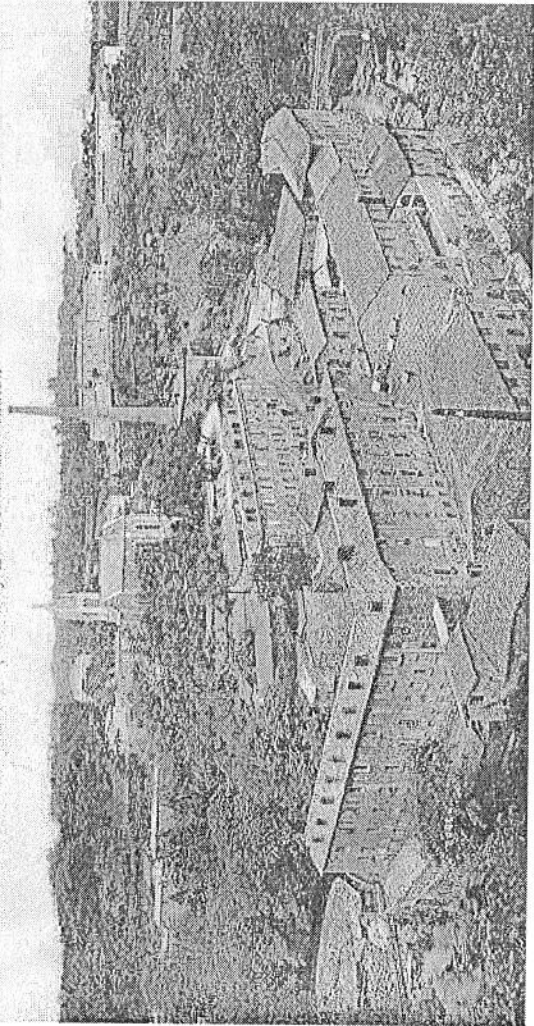
RDV P : Lyon avant 9:00 (tel : 06 11 10 65 11)

RDV A¹ : Rond Point de Saint Etienne avant 8:00

RDV A² : Grenoble avant 10:00

Environ de DAVEZIEUX (Ardèche) Les Usines de Villalbon

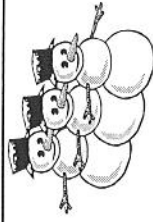
Club A. Régis L'Aarney



Dimanche 9 Mars,

Le Pas de l'Oeille

par Daniel O. & Bernard B.



Au départ du hameau des Clots, nous remonterons le Vallon de la Fauge et la Combe Charbonnière, pour longer le plateau de Gerbier et arriver au Pas de l'Oeille qui domine le Trièves. Retour par le sentier Peyronnard et la cabane de Roybon (ou par la Cote 2000 suivant les conditions météo).

niveau : difficile, 700 m de dénivelée pour une boucle de 5 heures
prévoir : 1 repas hors sac, raquettes et bâtons

RDV A : Lyon avant 8:00

RDV P : Grenoble avant 9:00 (tel : 06 71 85 08 67)

RDV L : parking Intermarché de Villars de Lans avant 9:45

Dimanche 9 Mars,

Saint Hilaire du Rosier, de lavoir en lavoirs

par Bernard M.

Pour ceux qui ne seraient pas très "raquettes", Bernard vous propose une balade de 20 à 25 km et au faible dénivelée, tantôt en plaine tantôt en sous bois. Vous découvrirez le long de ce parcours d'authentiques lavoirs de la fin du 19ème siècle, restaurés sous l'initiative d'une association culturelle locale.

niveau : facile, très peu de dénivelée pour 4 à 5 h de marche
prévoir : 1 repas hors sac

RDV A : Lyon avant 8:00

RDV P : Grenoble avant 9:00 (tel : 06 71 85 08 67)

RDV L : gare de Saint Hilaire du Rosier avant 10:00



Dimanche 16 Mars,

Pilat rhodanien, les Vergers

par Jean P.

Cette balade vous entraînera des bords de Loire entre vignes et vergers, à la découverte d'un magnifique village niché au fond d'une superbe vallée.

niveau : moyen, 320 m de dénivelée pour 7 h de marche
prévoir : 1 repas hors sac

RDV A : Lyon avant 8:00

RDV P : Rond Point de Saint Etienne avant 9:00 (tel : 06 71 85 10 00)

RDV L : place de l'église de Saint Pierre de Boëuf avant 10:00



Dimanche 23 Mars, Forez, les Trois Chapelles

par *Jean Philippe T.*

Sur cette ancienne terre de marécages se dresse Pouilly les Fleurs, superbe petit village qui abrite une remarquable église romane. Ce sera le point de départ de cette rando, qui nous emmènera à la découverte de trois chapelles disséminées au travers d'un sentier, d'où nous apercevrons un panorama sur la plaine du Forez et les Montagnes du Soir.

niveau : facile

400 m de dénivellée pour **4 h** de marche

prévoir : 1 repas hors sac



RDV A :

Lyon avant 8:30

RDV P :

Musée Art Moderne Saint

Etienne avant 9:30

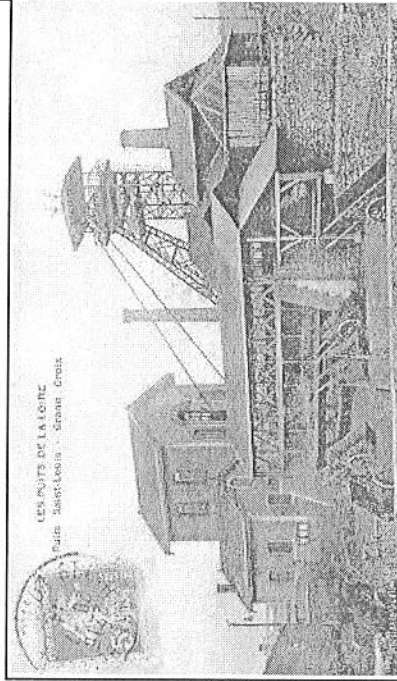
(tel : 06 71 85 10 00)

RDV L :

place du Souvenir (centre)

de Pouilly les Fleurs avant

10:30



LES HAUTS DE LA LOIRE
Puits - Saint-Louis - Grand-Croix

Dimanche 30 Mars, Plateau du Vercors

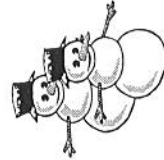
par *Daniel O. & Bernard B.*

Au départ de Corrençon, nous suivrons le GR 91 jusqu'à Darbounouze pour revenir ensuite par la plaine d'Herbouilly et Château Julien.

niveau : moyen

400 m de dénivellée pour une boucle de **6 heures**

prévoir : 1 repas hors sac
raquettes et bâtons



RDV A : Lyon avant 8:00

RDV P : Grenoble avant 9:00 (tel : 06 71 85 08 67)

RDV L : parking Intermarché de Villars de Lans avant 9:45

Du 4 au 6 Avril, Presqu'île de Giens et Saint Tropez

par *Robert R.*

vendredi : départ en fin d'après midi

samedi : sentier du littoral, de Cavalaire à Saint Tropez (6 heures de marche)

dimanche : sentier du littoral dans la presqu'île de Giens (4 heures de marche)

niveau: facile,

le principal risque de ce week end étant sans doute de perdre une partie des randonneurs en longeant la plage de Pampelonne...

prévoir : 2 repas hors sac



gîte : Voilier Manahiki, Port de la Vieille Darse à Toulon

coût : environ 30 Euros pour les 2 nuits

acompte : 15 Euros

Date limite d'inscription : 4 Mars (limité à 12 places)

RDV A : Lyon avant 16:30

RDV P : Grenoble avant 16:30 (tel : 06 71 85 08 67)

RDV L : Yacht Port de Toulon à 20:30

Du 5 au 6 Avril,

Promenade dans le Diois

par *Joseph P.*

samedi : Tour des rochers du Plauteret par le col des Bachassons

720 m de dénivellée pour **5 h** de marche

dimanche : But de L'Aiglette, panorama sur le Diois et les hauts plateaux

1000 m de dénivellée pour **5 h** de marche

niveau : moyen

prévoir : 2 repas hors sac

gîte : Abbaye de Val Croissant

coût : 27 Euros

acompte : 27 Euros

Date limite d'inscription : 1er Mars (limité à 12 places)

RDV P : Lyon avant 8:00 (tel : 06 72 23 44 44)

RDV L : sur demande



Dimanche 13 Avril, Autour de Saint Régis du Coin

par *Jean Marc F.*

La traversée des forêts (pratiquée l'hiver par les fondeurs) permet d'accéder à des points de vue sur le Mont Blanc par beau temps.



niveau : moyen,
500 m de dénivellée pour **5 h** de marche
prévoir : 1 repas hors sac,
des Rameaux et du chocolat pour l'organisateur !

RDV A : Lyon avant 9:00
RDV P : Rond Point de Saint Etienne avant 10:00 (tel : 06 71 85 10 00)

Du 19 au 21 Avril,

Haut Languedoc, Saint Guilhem le Désert

par *Robert R.*

samedi : gorges de la Vis et cirque de Navacelles
circuit de **12 km** pour **4 h** de marche
dimanche : boucle dans le cirque de l'Infernet, à Saint Guilhem le Désert
800 m de dénivellée pour **6 h** de marche
lundi : visite de saint Guilhem le Désert
Abbaye de Gelone, pont du Diable,
grotte de Clamousse,
et de la Bambouseraie d'Anduze.



niveau : de facile le samedi, à **moyen** le dimanche
prévoir : 3 repas hors sac

gîte : Mas de la Seranne à Pegairolles de Buèges
(le fromage de chèvre et le Roquefort y sont livrés par la ferme de
José Bové !)

coût : environ 76 Euros
acompte : 38 Euros
Date limite d'inscription : 19 Mars (limité à **15** personnes)

RDV A : Lyon avant 6:30
RDV P : Grenoble avant 6:30 (tel : 06 71 85 08 67)
RDV L : Saint Maurice de Navacelles avant 10:30

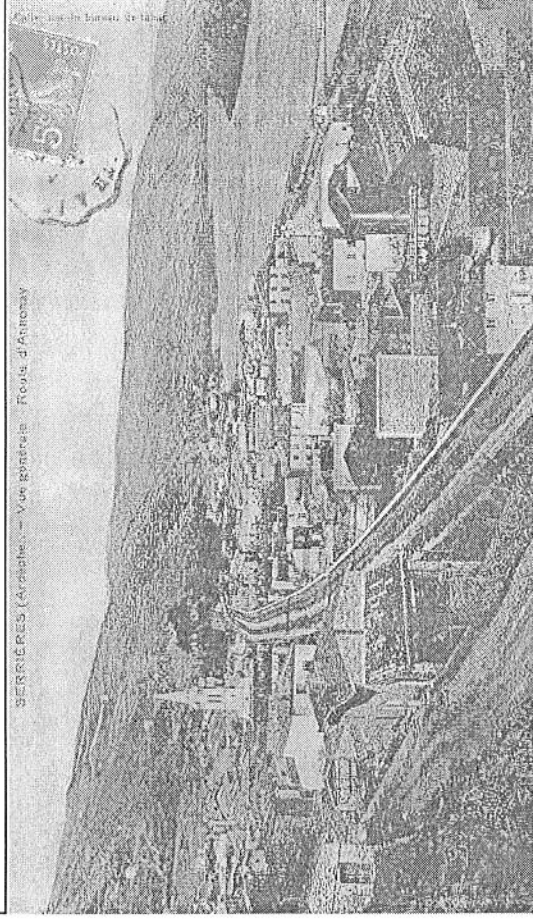
Dimanche 20 Avril, Yssingeaux, autour du barrage de Lavalette

par *Joël B.*

De sentiers boisés en plateaux panoramiques, cette randonnée vous permettra de découvrir les monts Yssingelais.



niveau : facile
aucun dénivellée pour **7 h** de marche
prévoir : 1 repas hors sac
RDV A : Lyon avant 8:00
RDV P : Rond Point de Saint Etienne avant 9:00 (tel : 06 71 85 10 00)
RDV L : parking Super U d'Yssingeaux avant 9:30



Dimanche 27 Avril, Haute Savoie, les Cornettes de Bises

par *Jérôme V. & Quentin X.*



Belle randonnée qui vous permettra de monter jusqu'à 2 430 mètres d'altitude.

niveau : moyen
1100 m de dénivellée pour **5 h** de marche
prévoir : 1 repas hors sac
RDV A : Lyon avant 7:30
RDV P : Grenoble avant 8:30 (tel : 06 71 85 08 67)
RDV L : sur demande



Bulletin d'adhésion

ADHÉRENT N° :

- ASSOCIATIONS AMIES ... DEMANDEZ L'PROGRAMME !!!**
- ALSA'RANDO**
 Tel : 03 88 39 72 79
www.multimania.com/alsarando
- ARIS**
 16 rue St Polycarpe - BP 1125
 69203 LYON
 Tel : 04 78 27 10 10
- CHEMIN DES CÎMES**
 8 rue du Général Riu, 34000 MONTPELLIER
 Tel : 06 81 62 97 12
- CHORALE A VOIX ET A VAPEUR (LYON)**
 Tel : 04 78 60 64 43 ou 04 78 29 17 40
- CH'TI RANDO'S**
 BP 18, 59008 LILLE CEDEX
DIALOGAI
 11, 13 rue de la Navigation
 CP 69, 1211 GENEVE 21
 Tel : 022 340 00 00
- EXTRA MURIS MIDI PYRENNÉES**
 BP439, 31009 TOULOUSE CEDEX
 Tel : 05 61 33 09 47 ou 05 61 41 64 97
- FORUM GAY ET LESBIEN**
 17 rue Romarin, 69001 LYON
 Tel : 04 78 39 97 72
- G.A.I.C.H.A.**
 37 rue St François, 73000 CHAMBERY
- LES GAYS LURONS**
 31 boulevard Gabriel Peri, 26100 ROMANS
 Tel : 06 18 35 63 49 ou 06 82 35 68 61
- LORAGAY**
 BP906, 26009 VALENCE CEDEX
- RANDO'S AUVERGNE**
 2 boulevard Trudaine
 63000 CLERMONT FERRAND
 Tel : 04 73 35 66 07
- RANDO'S ILE DE FRANCE**
 BP 67, 75561 PARIS CEDEX 12
 Tel : 01 48 56 64 42
- RANDO'S LIMOUSIN**
 BP 29, 19300 EGLETONS
 Répondeur : 06 72 25 56 98
- RANDO'S LORRAINE**
 Tel : 03 83 41 47 23
www.multimania.com/randoslorraine
- RANDO'S MIDI**
 9 impasse du Tramway
 30000 NIMES
 Tel : 04 66 84 51 06
- RANDONNEURS NANTAIS**
 42 rue des Hauts Pavés
 44000 NANTES
 Tel : 02 40 75 25 65
- RANDO'S NORMANDIE**
 BP35, 27150 ETREPAGNY
- RANDO'S PROVENCE**
 BP113 LA ROSE
 13383 MARSEILLE CEDEX 13
 Tel : 04 91 05 29 61

Nom :

Prénom :

Né(e) le :

(obligatoire pour l'assurance)

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Téléphone :

Adresse E-Mail :

**Je désire adhérer à l'association RANDO'S
 et règle la somme de 24 Euros,
 par chèque libellé à l'ordre de RANDO'S RHÔNE ALPES.**

Fait à :

Le :

Signature :

**merci de joindre une enveloppe timbrée à votre adresse,
 pour l'envoi de votre carte d'adhérent.**

Remarque :

La cotisation inclut le montant de l'assurance
 et représente votre adhésion **pour 1 an**, à compter du premier jour du
 trimestre en cours à la date de l'adhésion.