



association loi 1901

BP 3173, 69406 LYON CEDEX 03

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

site web : [www.randos-rhone-alpes.org](http://www.randos-rhone-alpes.org)

Programme

numéro

34

Novembre 2003 à Avril 2004



Au programme de cette édition :

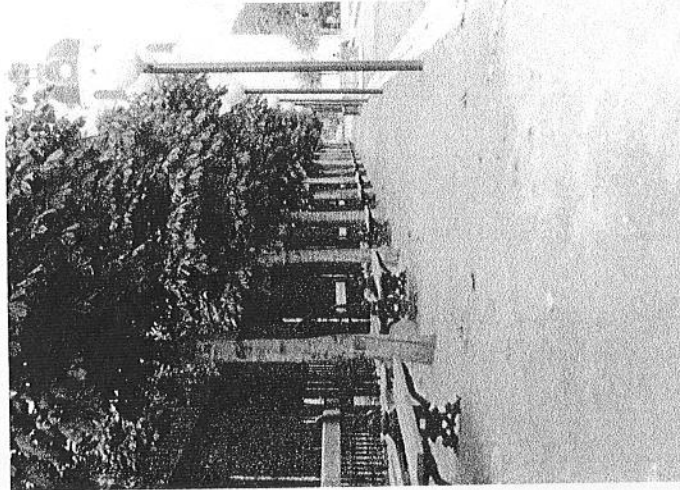
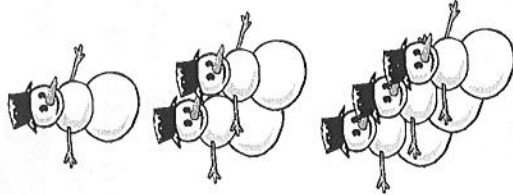
Randos, skis de piste et de fond,  
raquettes, découverte du Lyon secret, et

**Assemblée Générale**

## Difficiles nos activités ??? Ça dépend...

Le niveau de difficulté des activités proposées ici, est signalé par des pictogrammes ( exemple 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 (entraînement minimum conseillé),
- 3 "pictos" pour une activité classée difficile (fort dénivelée, nombre d'heures de marche important, bon niveau d'endurance requis, etc)



## Ça te tente ???

Alors n'hésite plus à remettre ta grass' mat à un dimanche pluvieux, et viens faire un brin d'essai avec nous.

Tu verras que le but de nos sorties 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 emporter au minimum...
- de bonnes chaussures montantes (surtout pour les randos "montagnardes")
  - un k-way, une lampe de poche et des vêtements chauds
  - un sac à dos pour un pique-nique consistant,
  - et de l'eau !

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

### RDV "P", "A", "L" ...

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 07 28 89 53  
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.**

**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, **péage(s)** en sus.

**Penses donc bien** à préciser, lors d'une inscription, si tu disposes (ou non) d'un **moyen de locomotion.**

**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.**

**Matériel collectif...**

Cartes et topos sont à la disposition des organisateurs. **N'hésite pas à les demander** à l'équipe d'animation.

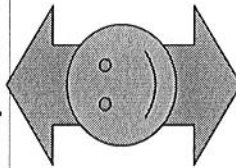
**Réservations...**

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

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.

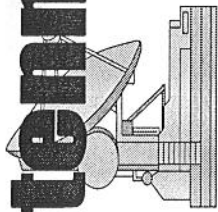


La participation aux week-ends et séjours, est **réservée aux adhérents.**

**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.

# la vie des Antennes



**RANDO'S à Lyon...**

Numéro de téléphone : **06 07 28 89 53**

Adresse courriel : **randoslyon@aol.fr**

## ...Nouveau à Lyon.....

- Comme annoncé lors de la dernière "AG", le **tout nouveau programme** trimestriel :
- **"spécial antenne lyonnaise"**, propose plusieurs **activités** telles que soirées tarot, bowling, patinoire, théâtre, etc ; une activité piscine est également proposée 1 :
- **samedi sur 2.** Ce programme a déjà été envoyé à tous les adhérents lyonnais.
- Chaque trimestre, l'équipe de Lyon concoctera un nouveau "menu", répondant au mieux aux attentes des adhérents.
- Les **remarques et/ou idées** sont donc attendues !!

**RANDO'S à Saint Etienne...**

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

Adresse courriel : **randos-st-etienne@wanadoo.fr**

Un programme d'**activités** (soirée jeux un mercredi par mois, piscine tous les mardis, jogging tous les jeudis, repas resto trimestriel) est édité chaque trimestre,

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

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

**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

# Edito



par Gérard G.,  
président de  
RANDO'S  
RHÔNE-ALPES

## Bonjour à tous !

Encore un beau, un bon programme pour réchauffer nos week end hivernaux.

Comme nous vous l'avions annoncé, nous avons acquis un **ordinateur portable** et son imprimante, qui vont très vite nous faciliter la vie tant au niveau de la Trésorerie qu'à celui de la gestion des relations avec les adhérents. Nous "planchons" également sur un rafraîchissement des **statuts**, ce dont nous vous reparlerons lors de notre prochaine A.-G..

**Point qui me chagrine**, sur notre dernier programme peu de sorties étaient proposées par des adhérents lyonnais. Je vous rappelle que si notre association vit des cotisations de ses adhérents, elle vit également de leur engagement. Elle a donc aussi besoin des Lyonnais, même novices ; nous sommes prêts, moi même comme l'ensemble du **comité d'animation**(\*), à assister quelqu'un qui désire se lancer. C'est en partie en pensant à cela que j'ai hâté la concrétisation d'une antenne lyonnaise, afin que les nouveaux adhérents soient plus facilement "adoubés" par les anciens, que tous fassent mieux connaissance, et que puissent naître des vocations d'animateurs.

Enfin, et repensant à quelques **incidents récents** pour lesquels je n'ai pas encore souhaité "officiellement" intervenir, je ne terminerai pas sans faire un rappel sur le savoir vivre dont chacun doit faire preuve dans un même groupe. Toute personne qui adhère à une association doit se conformer aux **règles communes**, c'est à dire accepter de vivre en groupe, respecter les décisions de l'animateur. De plus, on doit se maintenir sans équivoque dans l'hygiène minimale qui sied à la vie en collectivité, au risque d'enclencher un processus, latent ou plus formalisé, d'exclusion.

Bonnes fêtes, et à très bientôt !

# Agenda



	dates	activité	lieu, thème	niveau
N	9	rando	Royans Vercors	moyen
	9	rando	Monts d'Or	facile
	11	rando	Beaujolais	moyen
O	15	balade	Lyon	facile
V	16	raquette	Belledonne	facile
	23	raquette	Chartreuse	moyen
	30	rando	Massif du Pilat	moyen
D	7	rando	Monts du Lyonnais	facile
E	14	rando	Forez, gorges de la Loire	facile
C	21	raquette	Vanoise	moyen
	4	ski de fond	Vercors	facile
J	10	A.-G.	Assemblée Générale	-
A	11	rando	Monts du Lyonnais	moyen
	17 & 18	ski	Chablais	moyen
N	18	rando	Pilat, vallées et balcon	facile
	25	raquette	Belledonne	facile
V	31 & 01/02	ski de fond	Chartreuse	moyen
	1	rando	Velay	facile
F	8	rando	Pilat	facile
E	15	ski de fond	Jura	moyen
	22	raquette	Chartreuse Nord	difficile
V	29	rando	Saint Pierre de Chandieu	facile
	6 & 7	ski(s)	Haute Savoie	moyen
M	7	rando	Gorges de la Loire	facile
	13 & 14	rando	Diois	moyen
A	14	raquette	Chartreuse Nord	moyen
	21	ski de fond	Beaufortin	difficile
R	28	raquette	Chartreuse	facile
	4	rando	Monts du lyonnais	moyen
A	18	rando	Haute Loire	moyen
	du 16 au 18	rando	Maures, Port Cros	moyen
V	25	rando	Dauphiné	facile
	25	raquette	Belledonne	moyen

Du 27 Février au 1er mars inclus, RANDO'S Ile de France organise

un week end rando & raquette dans les Pyrénées.

Renseignements & réservations auprès de Josselin au 01 48 28 38 65

**Dimanche 9 Novembre,**

## **Royans, La Grande Cornouze**

par *Daniel O. & Bernard B.*

Depuis la commune de Chatelus vous découvrirez un petit coin du Royans, qui permet, par le Pas de l'Allier, de profiter des paysages sauvages des contreforts du Vercors et de ses plateaux.

**niveau : moyen,**

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

**prévoir : 1** repas hors sac

**RDV A :** Grenoble avant 8:30

06 71 85 08 67

**RDV P :** Lyon avant 7:30

**RDV L :** parking centre ville Saint Nazaire en Royans avant 9:30

**Dimanche 9 Novembre,**

## **Monts du Lyonnais, Rando des Dames**

par *Joseph P.*

"Nous vous connaissons toutes. Vous ne vous connaissez pas. Je vous propose une rencontre. Messieurs, vous êtes aussi les bienvenus !"

**niveau : facile,**

**400 m** de dénivellée pour **3 h 30** de marche

**prévoir : 1** repas hors sac

**RDV P :** Lyon avant 10:00

06 07 28 89 53

**RDV L :** Église de Vaugneray avant 10:30

**Mardi 11 Novembre,**

## **Beaujolois, sur les sentiers du Gaulois**

par *Régis M. & Jean-François N.*

Au départ de Villié Morgon, vous passerez dans les vignes, près de canaux et de châteaux ; de pittoresques ruelles vous conduiront à un joli panorama.

**niveau : moyen,**

**3 à 4 h** de marche pour un circuit de **11 km**

**prévoir : 1** repas hors sac

**RDV P :** Lyon avant 8:30

06 07 28 89 53

**RDV L :** parking de la Mairie de Villié Morgon avant 9:30



**Samedi 15 Novembre,**

## **Lyon secret, escaliers sur cours**

par *Lionel D.*

Les cours des immeubles des pentes de la Croix Rousse recèlent parfois de très jolies montées d'escaliers, cachées dans des cours souvent connues de leurs seuls habitants. Lionel vous propose de venir avec lui pousser de lourdes portes d'entrées le long d'un parcours de traboules -seulement possible jusqu'à 11:00 pour cause de fermetures automatiques. (téléphone : 06 07 28 89 53)

**RDV :** place Colbert le long de la rue Diderot (Lyon 1er) avant 8:30

**Dimanche 16 Novembre,**

## **Belledonne, la grande montagne d'Arvillard**

par *Sébastien S.*

Au départ de Val Pelouse, venez fouler de vos raquettes cette jolie crête située au pied des Grands Moulins. Panorama du Granier au Mont Blanc. Balade également prévue du côté de l'ancienne Chartreuse de Saint Hugon si l'enneigement de la route d'accès à Val Pelouse est de la partie.

**niveau : facile, 350 m** de dénivellée pour **4 h** de marche

**prévoir : 1** repas hors sac, **raquettes** et **bâtons**

**RDV P :** Lyon avant 8:00

**RDV P :** Grenoble avant 9:00

téléphone : 06 71 85 08 67

**RDV L :** Église d'Arvillard (10km à l'Est de Pontcharra) avant 10:00

**Dimanche 23 Novembre,**

## **Chartreuse de Curière, la Grande Sure**

par *Christian C.*

Départ depuis Chartreuse de Curière (alt : 853 m), passages par crête de la Charmille, col de la Sure et Grande Sure (alt : 1920 m). Retour par le col de la Charmille et la Roche des Agneaux.

**niveau : difficile, 1300 m** de dénivellée pour **7 h** de marche

**prévoir : 1** repas hors sac, et **si possible...**

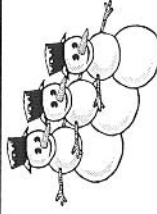
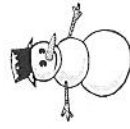
**raquettes, bâtons** et **ArVar**, car si le circuit est enneigé, cette rando se muera en **sortie raquettes**.

**RDV P :** Lyon avant 6.45

**RDV A :** Grenoble avant 7:30

téléphone : 06 07 28 89 53

**RDV L :** parking de la Mairie de Saint Laurent du Pont avant 8:00



## Dimanche 30 Novembre, Massif du Pilat, Crêt de la Perdrix

par *Daniel L.*

A partir d'un village typique, ascension à couvert jusqu'au Crêt de la Perdrix. Par temps clair, beaux points de vue sur la vallée du Rhône, les Alpes, et le Nord de l'Ardèche.

**niveau : moyen, 5 h** de marche (dont une traversée de ruisseau)  
pour **430 m** de dénivellée.  
**prévoir : 1** repas hors sac

**RDV A :** Lyon avant 9:00  
**RDV P :** St Etienne - Rond Point avant 10:00  
**RDV L :** Graix avant 11:00

téléphone :  
**06 71 85 10 00**

## Dimanche 7 Décembre, A travers les Monts d'Or

par *Gérard G. & Philippe P.*

Venez parcourir ce massif calcaire corallien, culminant à 625 m. Du mont Verdun au mont Cindre, vous pourrez ainsi découvrir des constructions en pierres dorées, de bucoliques vallons, ainsi que, si le temps clair est de la fête, une vue admirable sur les Alpes, le Beaujolais, et la vallée de la Saône.

**niveau : facile, 500 m** de dénivellée pour **5 h** de marche  
**prévoir : 1** repas hors sac

**RDV P :** Lyon avant 9:00  
**RDV L :** si demande

téléphone :  
**06 11 10 65 11**

## Dimanche 14 Décembre, Forez, gorges de la Loire

par *Philippe C.*

Parcours initiatique, d'abord en bordure de Loire puis en balcons, pour aboutir à un extraordinaire belvédère sur les méandres des gorges de la Loire.

**niveau : facile, 262 m** de dénivellée pour **3 h** de marche (circuit de 1 km)  
**prévoir : 1** repas hors sac (déjeuner sous abri possible)

**RDV A :** Lyon avant 10:00  
**RDV P :** St Etienne - Rond Point avant 11:00  
**RDV L :** parking face restaurant "la Presqu'île" à St Victor/Loire avant 11:30

téléphone :  
**06 60 78 95 54**

## Dimanche 21 Décembre, Vanoise, la Saulire depuis Courchevel

par *Christian C.*

Venez profiter de ce dernier jour d'automne, puisque l'hiver débarque le 22 !

**niveau : moyen, 700 m** de dénivellée pour **5 à 6 h** de marche  
**prévoir : 1** repas hors sac, **raquettes, bâtons et ArVar**

**RDV P :** Lyon avant 7:00  
**RDV A :** Grenoble avant 8:00  
**RDV L :** Altiport de Courchevel avant 9:30

téléphone :  
**06 07 28 89 53**

## Dimanche 4 Janvier, Vercors, domaine des Allières

par *Daniel O. & Bernard B.*

Quelle plus belle manière de saluer l'année nouvelle, que de se faire quelques boucles ménageant quelques beaux points de vue sur le val de Lans ?

**niveau : facile, aucun** dénivellée pour **3 à 4 h** de glisse (et de gamelles)  
**prévoir : 1** repas hors sac, **skis et bâtons**  
(location possible à Lans en Vercors)

**à noter :** il faudra acheter la **vignette de libre circulation** au départ des pistes

**RDV P :** Lyon avant 8:00  
**RDV A :** Grenoble avant 9:00  
**RDV L :** parking pharmacie près de l'église à Lans en Vercors avant 10:00

téléphone :  
**06 71 85 08 67**

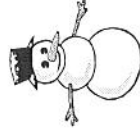
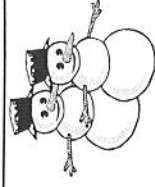
**Samedi 10 Janvier, à partir de 18:00 dans les locaux d'ARIS\*,**

## **ASSEMBLEE GENERALE DE RANDO'S RHÔNE ALPES**

(une convocation vous sera bien sûr envoyée)

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**  
Métro : Hôtel de Ville - Louis Pradel



**Dimanche 11 Janvier,  
Couzou au mont d'Or, circuit des Carrières**

par *Philippe S.*

Venez à travers cette balade, découvrir les maisons en pierres dorées, un panorama exceptionnel sur la vallée de la Saône et les Dombes.

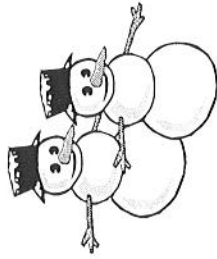


niveau : **facile**, 220 m de dénivellée pour 2 h 30 de marche  
circuit de 7 à 8 km

RDV P : Lyon avant 13:00      téléphone : **06 07 28 89 53**  
RDV L : si demande

**Du 17 au 18 Janvier,  
Chablais, d'Abondance à Thollon**

par *Gérard G. & Philippe P.*



Venez découvrir cette région splendide des Alpes du Nord proche de la Suisse, dominant majestueusement le lac Léman, présent très souvent sous vos yeux. Vous commencerez par du ski de fond à Abondance, du ski de piste à Chatel, et continuerez par du ski de piste ou un circuit en raquettes dans la petite station familiale de Thollon.

niveau : **moyen** en considérant l'ensemble du séjour  
prévoir : 2 repas hors sac,

matériel de **ski de piste et/ou fond, raquettes**  
(location possible sur place)

gîte : le **Tiltis** , au **Bernex**

coût : **31 Euros** (chambres et demi pension)

Acompte à verser : **15 Euros**

Date limite d'inscription : **27 Décembre**

RDV P : Lyon avant 8:00      téléphone : **06 11 10 65 11**  
RDV A : Grenoble avant 8:30  
RDV L : si demande

**Dimanche 18 Janvier,  
Pilat, balcon du Dorlay**

par *Philippe C.*

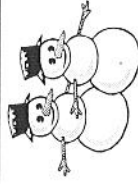
Très aérienne balade entre les vallées du Gier et du Dorlay, autour du Crêt "Montchaud", au nom qui ne présage en rien de la température qui y règne, mais nous ferons en sorte que l'ambiance soit chaleureuse. Comme d'habitude !

niveau : **facile**, 319 m de dénivellée pour 3 h de marche (circuit de 10 km)  
prévoir : 1 repas hors sac

RDV A : Lyon avant 10:45 - **puis se rendre directement au RDV L**  
RDV P : St Etienne - Rond Point avant 11:00    téléphone : **06 60 78 95 54**  
RDV L : La Terrasse sur Dorlay (sortie A47 La Grand'Croix) avant 11:30

**Dimanche 25 Janvier,  
Belledonne, autour du lac des Tavernes**

par *Daniel O. & Bernard B.*



Au départ du village de Montourard au dessus de Saint Pierre d'Allevard, vous grimpez en direction du Grand Crêt par un chemin de sous bois dégagant de belles vues sur Belledonne, le Grésivaudan et la Chartreuse.

niveau : **moyen**, 650 m de dénivellée pour 4 à 5 h de glisse  
prévoir : 1 repas hors sac, **raquettes et bâtons**

RDV P : Lyon avant 8:00  
RDV A : Grenoble avant 9:00      téléphone : **06 71 85 08 67**  
RDV L : au centre du village de Montourard avant 10:00

**Du 31 Janvier au 1er Février,  
Chartreuse, ski de fond dans le désert d'Entremont**

par *Rémi G.*

Programme variable au menu de ce week-end, ski de fond, raquettes, il y en aura pour tous les goûts. **Amener de quoi faire une raclette le Samedi soir.**

niveau : de **facile à moyen**

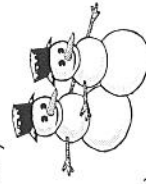
prévoir : 2 repas hors sac, **matériels** (location possible sur place )

gîte : le **Foyer du ski de fond**, à **Entremont le Vieux**  
coût : **11 Euros** (couchage et p'tit déj)

Acompte à verser : **11 Euros**

Date limite d'inscription : **8 Janvier** (limité à 12 places)

RDV P : Lyon avant 8:00  
RDV A : Grenoble avant 9:00      téléphone : **06 71 85 08 67**  
RDV L : Foyer ski de fond à Entremont le Vieux avant 10:00



**Dimanche 1er Février,**

## Velay, circuit de l'Aqueduc

par *Jean-Louis M.*

Sympathique promenade par monts et par vaux, qui au hasard des trouées dans les bois vous permettra d'apercevoir Firminy.

**niveau : facile, 200 m** de dénivelée pour **3 h 30** de marche  
**prévoir : 1** repas hors sac

**RDV A :** Lyon avant 9:00

**RDV P :** St Etienne - Rond Point avant 10:00    téléphone : **06 71 85 10 00**

**RDV L :** si demande

**Dimanche 8 Février,**

## Pilat, le col de Pavezin

par *Yann E. & Emmanuel F.*

Le col de Pavezin marque la limite des anciennes provinces du Jarez et du Viennois. De là nous cheminerons jusqu'au mont Monnet, dernier sommet de la chaîne du Pilat.

**niveau : facile, 115 m** de dénivelée pour **5 h** de marche  
**prévoir : 1** repas hors sac

**RDV A :** Lyon avant 8:00

**RDV P :** St Etienne - Musée avant 9:00

**RDV L :** au Col de Pavezin (via Rive de Gier) avant 10:00

téléphone :

**06 71 85 10 00**

## Dimanche 15 Février, Jura, ski de fond à Giron

par *Gérard G. & Philippe P.*

Venez découvrir, skis aux pieds bien sûr, les neiges du Jura, et d'immenses espaces balançant leurs rondeurs par delà l'horizon. Vous y verrez les épicéas dressant leur silhouette à l'assaut du ciel dans ce domaine des Hautes Combes, où les hommes sont humbles, et où chaque matin renouvelle la magie de la liberté.

**niveau : moyen,** faible dénivelée pour **4 à 5 h** de glisse  
**prévoir : 1** repas hors sac, matériel de **ski de fond**  
(location possible sur place)

**RDV P :** Lyon avant 9:00

**RDV L :** si demande

téléphone :

**06 11 10 65 11**

**Dimanche 22 Février,**

## Chartreuse Nord, au sommet du Pinet

par *Sébastien S.*

Au départ des Prés (alt : 934 m), une route forestière vous conduira jusqu'au col de l'Alpe (original comme nom !!). Vous cheminerez ensuite sur un vaste plateau, pour atteindre le sommet du Pinet (alt : 1867 m), plus prosaïquement appelé le "Truc". vous dominerez alors la commune de Saint Pierre d'Entremont.

**niveau : difficile, 900 m** de dénivelée pour **6 à 7 h** de marche  
**prévoir : 1** repas hors sac, **raquettes** et **bâtons**

**RDV P :** Lyon avant 7:00

**RDV A :** Grenoble avant 8:00    téléphone : **06 71 85 08 67**

**RDV L :** hameau Les Prés commune de St Vincent de Mercuze avant 9:00

**Dimanche 29 Février,**

## St Pierre de Chandieu, circuit de Combe Pelouze

par *Patrick T.*

Ce circuit vous permettra de découvrir les collines saint-pierrardes ainsi que quelques richesses patrimoniales, comme la chapelle saint Thomas.

**niveau : facile, 350 m** de dénivelée pour **3 à 4 h** de marche

**RDV P :** Lyon avant 13:00

téléphone : **06 07 28 89 53**

**RDV L :** si demande

**Du 6 au 7 Mars,**

## Haute Savoie, aux portes du soleil

par *Christian L.*

Départ skis aux pieds d'un petit village près d'Avoriaz, s'étendant sur un vaste domaine, pique nique face à la chaîne du Mont Blanc, sur le domaine "Mont Cherry". Le soir, Dany vous accueillera aux "Chamois", auberge au cadre simple mais convivial, où vous dégusterez une tartiflette du pays.

**niveau : de facile à moyen** suivant envies

**prévoir : matériel de ski de piste, de fond, raquettes et bâtons**

**gîte : Les Chamois, aux Gets (en pension complète)**

**coût : maximum 100 Euros** pour l'ensemble du séjour, y compris forfaits 2 jours, taxe de séjour, etc

Acompte à verser : **30 Euros**

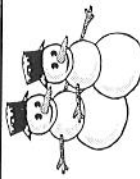
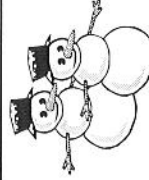
Date limite d'inscription : **15 Février**

**RDV A :** Lyon avant 8:00

**RDV P :** Grenoble avant 9:00

téléphone :

**06 71 85 08 67**





**Dimanche 7 Mars,**

## Gorges de la Loire, château d'Arlempdes

par Max B.

Du haut de son éperon basaltique, le château d'Arlempdes admire la Loire naissante, laquelle file en aval vers d'autres châteaux célèbres.

niveau : **facile**, 350 m de dénivelée pour 3 h de marche  
prévoir : 1 repas hors sac

RDV A : Lyon avant 8:00

RDV P : St Etienne - Rond Point avant 9:00 téléphone : 06 71 85 10 00

RDV L : place de l'Eglise à Arlempdes avant 11:00

**Du 13 au 14 Mars,**

## Diois, Tour de Crest, Roche Colombe et les 3 Beccs

par Robert R.

**Samedi** : de 10 à 12:00 : visite guidée de la Tour de Crest (180 marches !), le donjon le plus haut de France.

à partir de 14:30 : sommet de la Roche Colombe (886 m), point de vue remarquable sur le Vercors et la forêt de Saou.

**550 m** de dénivelée pour 3 h 30 de marche

**Dimanche** : les Trois Beccs (alt : 1550 m), énorme proue de navire dessinée par les falaises de Saou.

**600 m** de dénivelée pour 5 h de marche

niveau : **moyen**

prévoir : 2 repas hors sac, 1 duvet

gîte : gîte communal de **La Roche**, à Saillans (dortoir)

coût : environs **36 Euros**, y compris la visite de la Tour de Crest

Acompte à verser : **18 Euros**

Date limite d'inscription : **13 Février** (limité à 15 places)

RDV A : Lyon avant 7:00

RDV P : Grenoble avant 8:00 téléphone : 06 71 85 08 67

RDV L : parking Tour médiévale à Crest avant 9:30



**Dimanche 14 Mars,**

## Chartreuse Nord, la croix de l'Alpe

par Jean-Luc M. & Rémi G.

Départ du hameau des Varvat au dessus du cirque de Saint Même. Passage à la clairière de Practel. Montée à la croix par le vallon de Practel et le raidillon sommital que nous gravirons seulement si le risque d'avalanche est inférieur à 3 !! Au sommet, vues imprenables sur Belledonne et Chartreuse.

niveau : de **moyen à difficile**, 800 m de dénivelée pour 5 h de marche  
prévoir : 1 repas hors sac, **raquettes et bâtons**

RDV A : Lyon avant 7:30

RDV P : Grenoble avant 8:30 téléphone : 06 71 85 08 67

RDV L : hameau Les Varvat - St Pierre d'Entremont avant 9:30

**Dimanche 21 Mars,**

## Beaufortin, pointe de la Grande Journée

par Christian C.

Pour cette première journée de printemps, montée à ski depuis le Daru (1340 m), la Ravoire, lac de Lavouet, Pointe de la Journée (alt : 2460 m). Pique nique, vue imprenable sur Albertville, la Lauzière, le Beaufortin et la Vanoise.

niveau : **difficile**, 1130 m de dénivelée pour 5 h de marche

prévoir : 1 repas hors sac, matériel de **ski de randonnée**

RDV A : Lyon avant 5:00

RDV P : Grenoble avant 5:45 téléphone : 06 71 85 08 67

RDV L : si demande

**Dimanche 28 Mars,**

## Chartreuse, la crête de la Balme de l'Air

par Daniel O. & Bernard B.

Au départ du col de Porte, vous gravirez les contreforts de la Pinéa pour rejoindre la crête de la Balme de l'Air via le mont Fromage. Très jolies vues sur les différents versants de la Chartreuse, et balade en sous bois à la recherche de traces de la faune de montagne.

niveau : **facile**, 420 m de dénivelée pour 4 h de marche  
prévoir : 1 repas hors sac, **raquettes et bâtons**

RDV A : Lyon avant 8:00

RDV P : Grenoble avant 9:00 téléphone : 06 71 85 08 67

RDV L : parking col de Porte vers Centre d'Etudes de la Neige avant 10:00



**Dimanche 4 Avril,**

## Monts du Lyonnais, les crêtes du Jarez

par Gérard G. & Philippe P.

Voilà bien une des plus belles balades du Jarez : du magnifique point de vue de la Croix Blanche (sur les Alpes et le Mont Blanc) au village pittoresque de Chagnon, des vestiges romains à l'histoire religieuse et des forêts aux vergers, parcours agréable mêlant découvertes et air pur.

niveau : **moyen**, de **420 m** de dénivelée pour **5 h** de marche  
prévoir : 1 repas hors sac

**RDV P** : Lyon avant 8:30      téléphone : **06 11 10 65 11**  
**RDV A** : St Etienne - Musée avant 9:30  
**RDV L** : si demande

**Du 16 au 18 Avril,**

## Provence, massif des Maures et île de Port Cros

par Robert R.

**Vendredi** : Pilon de Saint Clément (705 m)  
**380 m** de dénivelée pour **4 h** de marche  
**Samedi** : Ile de Port Cros - Mont Vinaigre  
**194 m** de dénivelée pour **5 h** de marche  
**Dimanche** : La chartreuse de verre  
**320 m** de dénivelée pour **4 h** de marche

**gîte** : L'Aurier, piste des Condamines à Collobrières(83)

**coût** : **89 Euros** y compris l'A/R sur l'île de Port Cros.

>>> **Il est possible** d'arriver le Vendredi soir au gîte, sans participer à la balade du Pilon de Saint Clément.

Acompte à verser : **35 Euros**  
Date limite d'inscription : **15 Mars** (limité à **12** personnes)

**RDV A** : Lyon avant 7:00  
**RDV P** : Grenoble avant 8:00      téléphone : **06 71 85 08 67**  
**RDV L** : col de la Bigue, sur la D43 au sud de Brignolles avant 11:00



**Dimanche 18 Avril,**

## Haute Loire, circuit du lac de La Valette

par Pierre B.

Très belle et rafraichissante randonnée autour de cette immense réserve d'eau potable de la ville de Saint Etienne qu'est le barrage de La Valette.

niveau : **moyen**, **300 m** de dénivelée pour **6 h** de marche  
prévoir : 1 repas hors sac, maillot de bain en cas de temps clémente

**RDV A** : Lyon avant 8:00  
**RDV P** : St Etienne - Rond Point avant 9:00      téléphone : **06 71 85 10 00**  
**RDV L** : parking (payant) du barrage de La Valette avant 10:00

**Dimanche 25 Avril,**

## Dauphiné, sur la piste des Schtroumpfs

par Régis M. & Jean-François N.

Au cœur du pays antonin, dans le massif des Chambarans, vous jouerez les Schtroumpfs traversant le bois de Gargamelle. Au départ d'un petit lac, vous rejoindrez l'abbaye de La Trappe où vous vous ravitaillerez en fromages. Un petit chemin forestier vous ramènera au lac (baignade possible).

niveau : **facile**, **100 m** de dénivelée pour **5 h** de marche  
prévoir : 1 repas hors sac, maillot de bain en cas de temps clémente

**RDV A** : Lyon avant 8:00      téléphone : **06 07 28 89 53**  
**RDV P** : Grenoble avant 9:00  
**RDV L** : parking du plan d'eau de Raybon(38) avant 9:30

**Dimanche 25 Avril,**

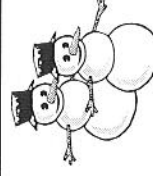
## Belledonne, autour des lacs Robert

par Daniel O. & Bernard B.

Deux possibilités d'itinéraire en fonction de l'enneigement, départ soit du téléski de Casserousse, soit du Recoin. Itinéraires empruntant des vallons sauvages qui offrent la découverte des beaux lacs Robert. Sur place des variantes seront possibles dans ce secteur très tourmenté.

niveau : **moyen**, de **600 à 850 m** de dénivelée pour **5 à 6 h** de marche  
prévoir : 1 repas hors sac, **raquettes** et **bâtons**

**RDV A** : Lyon avant 8:00  
**RDV P** : Grenoble avant 9:00      téléphone : **06 71 85 08 67**  
**RDV L** : parking téléski de Casserousse avant 10:00



# LE BROTIN DES COPAINS

Une erreur, une association, un site web, une info, n'hésitez plus !!! Contactez nous par mail ou par téléphone et, après vérification, ce répertoire sera mis à jour.

## **ALSA'RANDO**

Maison des Associations, 1A place des Orphelins, 69700 Strasbourg  
site web : [www.multimania.com/alsarando](http://www.multimania.com/alsarando)

## **ACCUEIL RENCONTRE INFORMATION SERVICES (A.R.I.S.)**

16 rue St Polycarpe - BP 1125, 69203 Lyon (tél : 04 78 27 10 10)

## **CERCLE ASSOCIATIF RHONE ALPIN GAY OMNISPORTS (C.A.R.G.O.)**

site web : <http://mon.tetu.com/lyoncityfc/index.html> (ou via [www.tapiole.com](http://www.tapiole.com))

## **CHEMIN DES CIMES**

8 rue du Général Riu, 34000 Montpellier (tél : 06 81 62 97 12)

## **CH'TI RANDO'S**

BP 18, 59008 Lille cedex

site web : <http://membres.lycos.fr/chtirandos>

## **DIALOGAI**

11,13 rue de la Navigation, CP 69, 1211 Genève 21 (tél : 022 340 00 00)

## **EXTRA MUROS MIDI PYRENEES**

BP439, 31009 Toulouse cedex (tél : 05 61 33 09 47 ou 05 61 41 64 97)

## **FORUM GAY & LESBIEN**

17 rue Romarin, 69001 Lyon (tél : 04 78 39 97 72)

## **G.A.I.C.H.A.**

37 rue St François, 73000 Chambéry

## **RANDO'S AUVERGNE**

2 boulevard Trudaine, 63000 Clermont Ferrand (tél : 04 73 35 66 07)

## **RANDO'S ILE DE FRANCE**

BP 67, 75561 Paris cedex 12 (tél : 01 48 56 64 42)

## **RANDO'S LIMOUSIN**

BP 503, 19015 Tulle cedex (tél : 06 83 18 22 57)

site web : <http://pageperso.aol.fr/randoslimousin>

## **RANDO'S LORRAINE**

site web : [www.multimania.com/randoslorraine](http://www.multimania.com/randoslorraine) (tél : 03 83 41 47 23)

## **RANDO'S MIDI**

9 impasse du Tramway, 30000 Nîmes (tél : 04 66 84 51 06)

## **RANDONNEURS NANTAIS**

42 rue des Hauts Pavés 44000 Nantes (tél : 02 40 75 25 65)

## **RANDO'S NORMANDIE**

BP35, 27150 Etrepagny

## **RANDO'S PROVENCE**

La Désirade, E49 rue de la Baou, 83980 Le Lavandou (tél : 06 66 72 12 60)