



Sorties de Aout 2022 à Juillet 2023

Les adhérents doivent être à jour de leur cotisation et avoir fourni 1 certificat médical pour participer aux sorties

Nature	Date sortie	Lieu	Heure sortie	Organisateurs	Téléphone	Difficulté
Rando	28/08/22	La Croix du Nivolet (74)	7h	Marie-Ange LARUELLE Françoise GIRARDOT	Tél : 06 73 54 73 86 Tél : 06 17 23 44 55	**
Rando	11/09/22	Beaujolais - Rivolet (69)	8h	Annie TOTH	Tél : 06 18 90 17 94	**
Week-End	du 24 au 25/09/2022	Saint Bonnet le Château Sud Forez (42)	8h	Josiane MONCHANIN Michel MONCHANIN	Tél : 07 87 27 12 34 Tél : 06 61 46 43 66	**
Rando	09/10/22	Les Vignes du Beaujolais (69)	8h	Marie-Ange LARUELLE Françoise PORCHER	Tél : 06 73 54 73 86 Tél : 06 75 02 82 42	**
Rando	23/10/22	Saint Maurice de Dargoire (69)	8h	Josiane MONCHANIN Michel MONCHANIN	Tél : 07 87 27 12 34 Tél : 06 61 46 43 66	**
Week-End	du 29/10 au 01/11	Bellegarde en Diois (26)	7h	Roger AUBOIS Annick LANGERON	Tél : 06 48 94 45 46 Tél : 06 77 59 80 22	**
Rando	06/11/22	Chavanay - Malleval (42)	8h	Anne CARAMELLE Fanny BEUX	Tél : 06 28 35 67 53	**
Rando	20/11/22	Messimy (Cotaux du Lyonnais 69)	8h30	Christine CATOUILART Martine LUCE	Tél : 06 51 55 36 53 Tél : 06 73 83 23 23	**
Rando	04/12/22	Arbresle - Sourcieux les Mines (69)	9h	Françoise GIRARDOT Jocelyne REYNAUD	Tél : 06 17 23 44 55 Tél : 06 21 99 30 90	**
Rando	17/12/22	Visite commentée dans Lyon quartier St-Just	8h	Thierry GAILLARD	Tél : 06 43 59 48 12	
Raquettes	08/01/23	Autrans (38) ANNULEE		CLUB ALAIN SPORT	cf Flyer	
Rando	15/01/23	Pierres dorées - Val d'Oingt (69)	9h	Anne CARAMELLE	Tél : 06 28 35 67 53	**
Raquettes	22/01/23	La Pesse (39)		CLUB ALAIN SPORT	cf Flyer	
Rando	29/01/23	Sur le GR 169 Métropole de Lyon (de Myons à Fezin)	9h	Martine LUCE Nathalie PASSERAT	Tél : 06 73 83 23 23 Tél : 06 51 19 80 96	**
Raquettes	05/02/23	La Feclaz (73)		CLUB ALAIN SPORT	cf Flyer	
Rando	12/02/23	Secteur St Genis-Laval Brignais Chaponost	8h	Roger AUBOIS Paulette AUBOIS	Tél : 06 48 94 45 46 Tél : 06 66 42 77 10	*
Raquettes	19/02/23	selon enneigement		CLUB ALAIN SPORT	cf Flyer	
Rando	26/02/23	De Vaise à Saint Fortunat	9h	Annie TOTH	Tél : 06 18 90 17 94	*
Raquettes	05/03/23	La CROIX FRY		CLUB ALAIN SPORT	cf Flyer	
Rando	05/03/23	Beaujolais - Croix de Rocheport	8h	Françoise CŒUR Geneviève COQUET	Tél : 06 06 46 18 73 Tél : 06 74 77 51 09	**
Week-End	11-12 /03/23	Rando - Yoga dans le Forez (42)	7h	Annick LANGERON Jocelyne REYNAUD	Tél : 06 77 59 80 22 Tél : 06 21 99 30 90	**
Raquettes	19/03/23	Les Saisies (73)		CLUB ALAIN SPORT	cf Flyer	

Nature	Date sortie	Lieu	Heure sortie	Organisateurs	Téléphone	Difficulté
Rando	19/03/23	Grandris	8h	Mireille CHABERT Françoise CŒUR	Tél : 06 18 23 32 80 Tél : 06 06 46 18 73	**
Rando	26/03/23	Lentilly	9h	Danielle BREIL Françoise OFFROY	Tél : 06 85 10 69 01 Tél : 06 43 72 42 04	
Week-End	du 08 au 10/04/23	Pâques Le Tour des Coulmes - Rando itinérante (38)	7h	Anne CARMELLE Annick LANGERON	Tél : 06 28 35 67 53 Tél : 06 77 59 80 22	**
Rando	16/04/23	AVEIZE Barrage de la Gimond	8h	Annie TOTH	Tél : 06 18 90 17 94	**
Rando	23/04/23	Monts du Lyonnais (69)	8h	Jocelyne REYNAUD Mireille CHABERT	Tél : 06 21 99 30 90 Tél : 06 18 23 32 80	**
Week-End	du 29/04 au 01/05/23	1er Mai Saint Joseph des Bancs (07)	7h	Françoise PORCHER Blandine PUJO	Tél : 06 75 02 82 42 Tél : 06 74 10 88 97	**
Rando	07/05/23	Boucle du Mont-Tournier depuis Ste Marie D'Alvey	7h	Sandrine CHAZE	Tél : 06 78 49 08 37	**
Rando	14/05/23	BESSENEY Vallée de la Brévenne	8h	Mireille CHABERT Jocelyne REYNAUD	Tél : 06 18 23 32 80 Tél : 06 21 99 30 90	**
Week-End	du 18/05 au 21/05/23	Ascension Le Vernet St Marguerite (63)	7h	Marie-Ange LARUELLE Françoise GIRARDOT	Tél : 06 73 54 73 86 Tél : 06 17 23 44 55	**
Week-End	du 27/05 au 29/05/23	Pentecôte Le Dévoluy - Lus la Croix Haute (26)	7h	Anne CARMELLE Geneviève COQUET	Tél : 06 28 35 67 53 Tél : 06 74 77 51 09	**/**
Rando	04/06/23	(info à venir)	8h	Sylvie ALARCON Olivier TASSERIT	Tél : 06 25 93 21 58 Tél : 06 45 64 62 84	
Rando	18/06/23	La Dent du Chat (73)	7h	Marie-Ange LARUELLE Françoise GIRARDOT	Tél : 06 73 54 73 86 Tél : 06 17 23 44 55	***
Séjour	du 25/06 au 2/07/23	Raid en étoile Névache (05)	7h	Michel MONCHANIN Jocelyne REYNAUD	Tél : 06 61 46 43 66 Tél : 06 21 99 30 90	**/**
Rando	09/07/23					
Week-End	du 13 au 16/07/23	Saint Jean d'Arves	18h30	Sandrine CHAZE Eric PILLARD	Tél : 06 78 49 08 37 Tél : 06 30 52 65 03	***
Séjour	du 23 au 30/07/23	Raid itinérant en Vanoise (73)	7h	Thierry GAILLARD Françoise GIRARDOT	Tél : 06 43 59 48 12 Tél : 06 17 23 44 55	***

Nature	Date sortie	Lieu	Heure sortie	Organisateurs	Téléphone	Difficulté
--------	-------------	------	--------------	---------------	-----------	------------

1. REUNIONS MENSUELLES

La section randonnée se réunit aux dates suivantes à 19h00 sauf exception :

11 Janvier (Galette) – 8 Mars – 10 Mai – 14 juin (Pique-nique participatif)

AG 13 septembre - 11 octobre - 13 décembre - 10 janvier 2024 (Galette)

au siège de Lyon Sport Métropole : 33, cours Général Giraud 69001 Lyon – bus 18 ou 13 arrêt Duroc.

2. SORTIES RANDO PEDESTRE

Journées : les sorties à la journée ont lieu le dimanche ou le mercredi

Rando Essai (limitée à 2 fois /an, weekend exclus) :

Tarif unique 5 € pour tous (VdLyon-Métropole-extérieur) + frais de covoiturage et péage éventuel

Prise en compte des 5 € si adhésion par la suite à la section

Nb : Seuls les adhérents à la section sont couverts par la MACIF, assurance de la section lors des randos.

Week-ends : il est vivement recommandé d'assister aux réunions mensuelles, afin de prendre connaissance des informations relatives à ces sorties, de s'inscrire et d'organiser la composition des voitures. Si on n'a pas pu assister à la réunion, contacter l'un des organisateurs avant la sortie pour obtenir tous les renseignements nécessaires sur l'hébergement, le co-voiturage ...

Organisateurs, le Bureau peut réserver le minibus de l'association !

Lors de l'inscription aux week-ends, il vous est demandé un chèque de réservation d'un minimum de 30 €.

Une inscription vaut engagement.

Tout désistement impliquera également pour l'adhérent le règlement de l'intégralité des frais facturés par l'hébergeur sauf cas de force majeure. Même en l'absence de facturation, l'acompte restera acquis à la section.

Lieu de rassemblement :

Sorties du dimanche, du mercredi et week-ends : place Jean Jaurès, Lyon 7ème (accès possible par métro/ligne B – arrêt Jean Jaurès, à ~300m de la place - Direction Nord-Est)

Heures de départ: en principe sortie à la journée : 8h ou 9h. 7 h pour les week-ends sauf si indication particulière de l'organisateur.

Covoiturage :

- Les passagers participent au covoiturage sur la base de 0,09 € /Km
- Les chauffeurs sont remboursés pour l'utilisation de leur véhicule sur la base de 0,30 €/Km
- Les péages sont partagés par l'ensemble des participants

3. DESCRIPTION ET COTATION DES RANDONNEES

Des informations concernant les randonnées sont données aux adhérents lors des réunions mensuelles et/ou dans les plannings de sorties.

Les sorties sont cotées de 1 à 4 étoiles, selon un niveau de difficulté croissant.

1 étoile * : circuit court (moins de 5 heures de marche) et facile (faible dénivelé, pas de difficultés techniques).

2 étoiles ** : circuit assez long (<6 heures de marche), avec des dénivelés d'au moins 400 m et/ou de petites difficultés techniques).

3 étoiles *** : circuit long (> 6 heures de marche, avec forts dénivelés (> 600 m) et/ou difficultés techniques moyennes).

4 étoiles **** : circuit avec des difficultés techniques hautes (passages aériens, difficiles et délicats).

NB : par "difficultés techniques", nous entendons les passages aériens, rochers, pierriers, échelles pouvant intervenir sur un parcours de randonnée mais ne nécessitant pas de matériel de sécurité (corde). Les temps de marche excluent les temps de pauses.

4. RENSEIGNEMENTS

L'organisateur de la sortie (se reporter au planning ci-dessus) ou Jocelyne REYNAUD secrétaire : (06 21 99 30 90)