

RANDOS 2022

DATE	DEPART NIVOLAS	REGION	PARKING	LIEU DE RANDONNEE	TEMPS MARCHÉ	ALTITUDE MAXI	DENIVELEE	DIFFICULTE	CONTACT	CARTE	
D 3 juillet	6h30	BEAUFORTAIN	Hameau StSauveur parking des sapins	TOUR DE LA MONTAGNE D'OUTRAY	6 h 30	2203m lac Noir	940 m cumul	BM	Reymond MH 06 33 05 67 58 Soulié Muriel - Roch Denise	3531 OT	
D 10 juillet	6h30	Le TAILLEFER	Ornon la Grenonière	LE LAC FOURNCHU	6h	2107 m	730 m	BM	Carinne 06 03 43 24 12 Jocelyne Ménival	3335 OT	
D 17 juillet	6h30	LES GRANDES ROUSSES	Albiez 1910 m	LA BASSE DU GERBIER (Aiguilles d'Arves)	6h	2576 m	660 m	BM	Roudet Thierry 06 32 04 16 10	3435 ET	
D 24 juillet	6h30	HTE MAURIENNE VANOISE	Coëtet Termignon	circuit lac Blanc, lacs de Bellecombe, Plan du lac	5h30	2438 m	600 m cumul	MM	Reymond MH 06 33 05 67 58 Patrick	3633 ET	
D 31 juillet	6h30	LES BORNES	Le Sappey	Circuit de L'OVINE	6H+	1786 m	830 m	BM	Thierry 06 3204 16 10	3430 ET	
W.E AOÛT 27_28		PAYS DU MONT BLANC – SALLANCHE INFORMATIONS ET INSCRIPTION A VENIR REFUGE DE MAYERS 1563 m							Denise 06 81 85 92 67 Alain De Brito - Marie-Hélène	3430 ET	
D 4 sept.	7 H	LES GRANDES ROUSSES	Alpe d'Huez lac Bosson	Circuit les lacs	6 h	2720 m	700 m	BM	Marie-Hélène 06 33 05 67 58 Carinne – Patrick	3335 ET	
D 11 sept.	7h30	LES BAUGES	Coudray	Le Plan de la Limace	5h30	1700 m	792 m	12 Km	Jocelyne M, 06 95 42 90 46 Chantal Picard	3432 OT	
D 18 sept.	7 H	LES ARAVIS	La Clusaz	TETE DU DANAY	6h	1731 m	800 m cumul		Roch Denise 06 81 85 92 67 Marie-Hélène	3430 ET	
M 21 sept		RANDO POUR TOUS organisation CAPI – FFRP ISERE en attente d'informations									
Samedi 24 sept.	à partir de 17 h	NIVOLAS	RANDO SEMI-NOCTURNE 2 circuits 10 km et 14 km balisés avec ravitaillement (SUIVIE D'UN REPAS sous réserve ??)							Soulié M alep.rando@hotmail.com Reymond MH 06 33 05 67 58	
D 2 octobre	8h	Mont du Lyonnais	Pollionnay	Mont du Lyonnais	5h	730 m	400 m	14 km	Jean-Pierre A. 06 80 64 66 88	2931	
D 9 oct	7h30	LE PILAT	Bourg Argental	Belvédère Croix de Chirol	6 h	910 m	500 m cumul	17 km	Guinand Jnoël 06 33 06 64 61 Buisson Michel	2934 ET	
D 16 oct	7h	LE BEAUJOLAIS	Marchampt place de l'école	Circuit des genêts	6 h	782 m	500 m + cumul	20 km	Roch Denise 06 81 85 92 67 Muriel - Marie-Hélène	2930 ET	
D 23 oct	8h	LES CHAMBARANS	Viriville salle des fêtes	Circuit Viriville-Marnans	6 h		520 m cumul	20 km	Denise 06 81 85 92 67 Alain De Brito - Muriel	3134 OT 3134 ET	
D 30 oct	8 H	ST ETIENNE – LOIRE	RANDO URBAINE en préparation à voir sortie CAR							Jean-Pierre A. 06 80 64 66 88	
D 6 novembre	8h30	VERCORS- le Royans	Pont en Royans cimetièrre	Circuit dans le Royans	5h	560 m	550 m cumul	15 km	Marie-Hélène 06 33 05 67 58 Patrick	3235 OT	
D 13 novembre	9h	St CHEF	DERNIERE SORTIE AUTOMNALE pour bien terminer la saison le matin randonnée, à midi repas au restaurant LA TAVERNE RUSTIQUE						TM	Marie-Hélène 06 33 05 67 58 Muriel alep.rando@hotmail.com Denise	
SAMEDI 19 novembre	à partir de 16h30	NIVOLAS	A partir de 16H30 inscriptions pour la saison 2023 18 heures ASSEMBLEE GENERALE								



FACILE



ASSEZ FACILE



PEU DIFFICILE



ASSEZ DIFFICILE



DIFFICILE

POUR BIEN RANDONNER, SOYEZ BIEN EQUIPE – CHAUSSURES DE RANDONNEE – VETEMENT CHAUD ET DE PLUIE – SAC A DOS – CASSE CROUTE ET EAU