

RANDOS 2023

DATE	DEPART NIVOLAS	REGION	PARKING	LIEU DE RANDONNEE	TEMPS MARCHÉ	ALTITUDE MAXI	DENIVELEE	DIFFICULTE	CONTACT	CARTE	
D 2 juillet	7h	LES BAUGES	Le Reposoir	LA MONTAGNE DU CHARBON	6 h	1905 m Banc Plat	910 m	BM (A/R)	Reymond MH 06 33 05 67 58 Soulié Muriel – Patrick	3432 OT	
D 9 juillet	6h30	CHARTREUSE	Perquelin	DOME DE BELLEFONT	6h30	1975 m	995 m	BM	Carinne 06 03 43 24 12 Jocelyne Ménival	3334OT	
D 16 juillet	6h30	MAURIENNE	Jarrier	LE GRAND CHATELARD	6h30	2143 m	810 m	BM	Jocelyne M, 06 95 42 90 46	3433 ET	
D 23 juillet	6h30	BEAUFORTAIN	Plan de Lai	Refuge de la CROIX du BONHOMME	6h30	2506 m	900 m	BM (A/R)	Thierry 06 32 04 16 10	3531 ET	
D 30 juillet	6h30	LES GRANDES ROUSSES	L' Alpe d'Huez Lac du Bosson	TOUR DES LACS	6h30	2715 m	770 m	p'ti passage câblé	Marie-Hélène 06 33 05 67 58 et Patrick	3335 ET	
W.E AOÛT S26-D27		EN PREPARATION (attente ouverture et conditions du refuge) - VANOISE CHAMPAGNY LE HAUT : CIRCUIT REFUGE DU COL DU PALET 2587m - voir date pour l' INSCRIPTION à DEFINIR ULTERIEUREMENT								3633 ET	
D 3 sept.	6h30	AVANT PAYS SAVOYARD	Les Cambets Aiguebelette	LE MONT GRELE	6 h30	1425 m	1060 m cumul	BM	Alain De Brito 06 18 35 90 82 et Jean-Noël	3333 OT	
D 10 sept.	6h30	JURA	cimetière de Giron	Le CRET DE CHALAM	6h30	1545 m	890 M cumul	18 km	Denise 06 81 85 92 67 et Alain	3328 OT	
D 17 sept.	7h30	LE TRIEVE	Le col du Fau	BELVEDERE DU MONTEYNARD	6h	1011 m	690 m cumul	17,5 km	Denise 06 81 85 92 et Alain	3236 OT	
D 24 sept	7h30	LE PILAT	Véranne	CHAPELLE ST SABIN	5h30	1205 m	700 m cumul	18 km	Jean-Noël 06 33 06 64 61 et Michel	2933 ET	
Samedi 30 sept.	à partir de 17 h	NIVOLAS	RANDO SEMI-NOCTURNE 2 circuits 10 km et 14 km balisés avec ravitaillement							Soulié M alep.rando@hotmail.com Reymond MH 06 33 05 67 58	
D 1 octobre	7h	VERCORS	LA VERCOULINE DEPART DEPUIS AUTRANS CIRCUIT 10 KM - TARIF 13€ REPAS DE MIDI COMPRIS INSCRIPTION OBLIGATOIRE							Muriel alep.rando@hotmail.com Marie-Hélène 0633056758	
D 8 oct	7h30	AIN	Virieu le Grand	Belvédère de SEREMOND	5h30	978 m	684 m cumul	14 km	Sylvie F. 07 51 62 27 11 Muriel et Denise	3231 OT	
D 15 oct	7h	LE BEAUJOLAIS	Marchampt place vers la rivière	CIRCUIT DES GENETS	6 h	762 m	680 m + cumul	16 km	Roch Denise 06 81 85 92 67 Muriel - Marie-Hélène	2930 ET	
D 22 oct	8h	LES CHAMBARANS	Dionay	Circuit ABBAYE St ANTOINE	6 h	631 m	550 m cumul	20 km	Thierry 06 32 04 16 10 et Corinne	3134 ET	
D 29 oct	8h	AIN-BOURG en BRESSE	RANDO URBAINE - Visite de l'Abbaye de Brou en préparation à voir sortie CAR							Jean-Pierre A. 06 80 64 66 88	
D 5 novembre	7h30	VALLEE DU RHONE	Mairie Erôme	Circuit dans les vignes	6h	370 m	550 m cumul	16,5 km	Alain De Brito 06 18 35 90 82	3035 SB	
D 12 novembre	9h	PALADRU	DERNIERE SORTIE AUTOMNALE pour bien terminer la saison le matin randonnée, à midi repas au restaurant Relais de La Tourelle						TM	Marie-Hélène 06 33 05 67 58 Muriel alep.rando@hotmail.com Denise	
SAMEDI 18 novembre	à partir de 16h30	NIVOLAS	A partir de 16H30 inscriptions pour la saison 2024 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