

Randonnées dites "grandes" (maxi 25 km , maxi 1000 m de dénivelée et IBP maxi 95)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Mars	7	13h00	C	Bolozon - Napt - Balvay - 12,5 km - D = 510 m	55	Parking de Daranche	PM	6,40
	14	13h00	V	Cleyzieu - Creux du Soir - Golet d'Ars - 10,5 km - D = 400 m	52	Parking de la Mairie	MA	7,10
	28	8h30	V	Bohas - Chiloup - Charinaz - Arthurieux - Rignat - 19 km - D = 350 m	65	P. de la salle des Fêtes	GP	3,50
Avril	11	8h30	V	Nurieux - Peyriat - Marais de Lesches - 18,5 km - D = 400 m (1)	58	P. de la Mairie	DD	7,60
	25	8h30	V	Argis - Bois des Rioudes - Evosges - Oncieu - 15,5 km - D = 610 m	69	P. des Jeux de Boules	YD	10,70

Randonnées dites "moyennes" journée (maxi 16 km, dénivelée maxi 600 m et IBP maxi 70)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Mars	21	9h00	C	Corveissat - Arnans - Collet de Chavannes - Sélignac - 15 km - D = 490 m	58	P. d'Arnans	DD	5,30
Avril	4	9h00	C	Condes (39) - Château d'Oliferne - Molard Justice - Boutavant - 14 km - D = 550 m	67	P. du camping	BrC	9,00
	18	9h00	C	Conliège (39) - Perrigny - L'Hermitage - Tunnel 100 Marches - 15 km - D = 480 m	52	P. rue du Saugeois	MA	13,30

Randonnées dites "moyennes" 1/2 journée (maxi 13 km, dénivelée maxi 450 m et IBP maxi 50)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur (*)	Co-voiturage
Mars	7	13h00	C	Coligny - Plateau de Vergongeat - Les Jonquilles - 8 km - D = 190 m	27	Plateau de Vergongeat	BeC	5,10
	14	13h00	V	Villereversure - Drom - Rochefort - 12 km - D = 185 m	42	P. de la Mairie	GP	3,70
	21	13h00	V	Torcieu - Cascade du Pissoir - Mont de l'Ange - Montferrand -	41	P. de la Mairie	MS	7,20
	28	13h00	C	Lains (39) - Lancette - Le Mont - Les Granges de Dessia - 10,7 km - D = 300m	39	P. de la Mairie	YD	7,20
Avril	4	13h00	C	Senaud (39) - Vergongeat - Poisoux - Les Courbes - 10 km - D = 280 m	41	P. de la Mairie	PM	5,50
	11	13h00	V	Bettant - Vaux en B - Ambutrix - Crx Balthazard - 10,5 km - D = 300 m (1)	37	P. de la Mairie	MS	6,80
	18	13h00	V	Cerdon - Le Drapeau - Le Cret du Jour - Préau - 11 km - D = 330 m	42	P. place St Vincent	BeC	7,00
	25	13h00	V	Abergement de Varey - Nivollet - Crêt Martel - Granges - 12 km - D = 370 m	46	P. de l'Eglise	BrC	6,00

Randonnées dites "petites" (maxi 13 km , dénivelée maxi 200 m et IBP maxi 40)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Mars	7	13h15	SD	St Rémy - Château Teyssonnière - Buellas - Corgenon - 8,5 km - D = 40 m	23	P. face à Mairie	DD	0,80
	14	13h15	V	Lent - Longchamp - Fortune - Chaunette - 11 km - D = 125 m	30	P. salle des Fêtes	YD	2,10
	21	13h15	SD	Garnerans - Les Leynards - Pampieux - 12,5 km - D = 80 m	35	P. derrière l'Eglise	BB	6,80
	28	13h15	C	Servignat - Moulin Servignat - Moulin Hte Serve - Montmain - 11,6 km - D = 80 m	27	P. Mairie	BC	6,40
Avril	4	13h15	V	Rignat - Bois de Vieudrin - Moinans - 9 km - D = 135 m	34	Parking de l'Eglise	MA	3,30
	11	13h15	C	St Jean sur Reyssouze - Montcel - Hte Serve - Giroud - 12,5 km - D = 85 m (1)	36	Parking de l'Eglise	BB	6,00
	18	13h15	C	Lescheroux - Etang de Pontremble - La Rivière - 10 km - D = 30 m	26	P. face à l'Eglise	GP	5,50
	25	13h15	SD	La Chapelle du Chatelard - Les Creusettes - Beaumont - 10,5 km - D = 50 m	28	P. route de Sandrans	PM	4,90

(1) Les randonnées pourront être remplacées par des randonnées à Dijon (21) avec trajet en train

Le covoiturage est réalisé sous la responsabilité des participants - Il est organisé hors responsabilité du club

Co-voiturage organisé à partir des parkings soit :

du cimetière de Bourg
de la chapelle des Venues
ou du gymnase de Saint Denis les Bourg



Le calcul des frais de co-voiturage est fait sur la base de 4 personnes par voiture, (le décret 2022-352 du 12 mars 2022 a modifié le décret 2021-699 limitatif)
Le port du masque reste conseillé dans les voitures

Animateurs :

Auger Martine	MA	04 74 21 36 17	06 75 89 39 71
Baud Brigitte	BB		06 88 98 13 27
Convert Bernard	BeC		06 47 15 55 49
Corat Brigitte	BrC		06 18 18 15 34
Drot Dominique	DD	04 74 21 41 98	06 13 12 49 45
Ducongé Yves	YD		06 10 62 10 64
Malessard Pascal	PM		07 85 85 40 12
Perrin Gérard	GP		06 80 11 85 10
Sala Michel	MS		06 45 98 20 27

(1) Indice d'effort (IBP)

Les randonnées sont classées en fonction du score en 5 couleurs (pour une préparation physique moyenne)

Vert (de 0 à 25)	Facile
Bleu (de 26 à 50)	Assez facile
Orange (de 51 à 75)	Peu difficile
Rouge (de 76 à 100)	Assez difficile
Noir (> 100)	Difficile



PROGRAMME DES RANDONNEES PEDESTRES (suite)

Mars - Avril 2025

Randonnées dites "douces" (maxi 6 km , maxi 80 m de dénivelée)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Mars	7	13h30	V	Bourg en Bresse - Curtafray - Intérieur Bouvent - Plombeau - 5,5 km - D = 25 m	17	P. de Curtafray	DB	0,60
	14	13h30	V	Tossiat - Mulaty - Les Dicares - Le Stade - 5,3 km - D = 40 m	16	P. de la Salle des Fêtes	DB	2,30
	21	13h30	C	Viriat - But - Grangeat - Les Callets - 5,2 km - D = 50 m	16	P. chemin de But	DB	1,90
	28	13h30	V	Ceyzériat - Tréconnas - Bois Teyssonge - Chemin de la Plaine - 5,1 km - D = 40 m	16	P. de Tréconnas	DB	2,10
Avril	4	13h30	V	Lent - Boudon - La Planche - St Pierre - 5,4 km - D = 40 m	17	P. de la Salle des fêtes	DB	2,10
	11	13h30	SD	Vandeins - Les Rognards - Corbin - La Croix - 5,5 km - D = 60 m	18	P. rue de la Mairie	DB	2,10
	18	13h30	V	Certines - Morandièrre - Bois de Rippy - Stade - Les Rippes - 5,5 km - D = 10 m	15	P. salle des fêtes	DB	2,10
	25	13h30	C	Cras sur Reyssouze - Les Sablons - L'Ange - 5,5 km - D = 20 m	17	P. place du Marché	DB	2,90

Animateurs :

Brazier Daniel	DB	04 74 25 71 42	06 33 41 68 74
----------------	----	----------------	----------------