

Programmes NOVEMBRE DECEMBRE 2018

Lieux de rendez-vous : parking du cimetière de Barraux  
 pour Pontcharra : regroupement parking de la mairie  
 pour Chapareillan regroupement place de la mairie

Etre préparé et entraîné, équipé correctement Bonnes chaussures crantées à tige adaptées à la marche et bâtons Sac à dos : tout doit rentrer à l'intérieur RAQUETTES en hiver sauf pour le lundi			Vêtements très chauds +gants+bonnet+guêtres ( selon saison ) lunettes de soleil, crème solaire Nourriture, boissons , pince à tiques <b> dans votre sac à dos : licence, carte vitale, mutuelle, fiche personnelle à jour - pharmacie personnelle</b>					
LUNDI								
dates	HEURE		randonnée	temps de marche	dénivelé	difficulté	altitude au sommet	chef de file
	RDV	DEPART						
5-nov.	12h15	12h30	les hauts d'Apremont départ le golf	3 H	270 m	circuit 7 km	625 m	Alain
12-nov.	12h15	12h30	Pointe des Torchets (Bauges) dép col des prés	3 h 30	350 m	RMI 6,5 km	1 452 M	Jacques
19-nov.	12h15	12h30	Tour de Saint Pancrass (Chartreuse) départ Le Tournoud	3 h	250 m	circuit 8 km	1 130 m	Monique
26-nov.	12h15	12h30	le pas du bœuf (Belledonnes) départ collet d'Alevard	3 h	100 m	circuit 5 km	1 410 m	Robert
3-déc.	12h15	12h30	le tour du Molliet (vallée huiles) départ Arvillard	3 h	240 m	circuit 7,5 km	710 m	Claude
10-déc.	12h15	12h30	le tour des prés de Chante Perdrix départ Barberaz	2 h 30	200 m	circuit 5 km	578 m	M. Antoinette
17-déc.	12h15	12h30	la Roche Saint Alban départ les fourneaux (La Motte Servolex)	2 h 30	300 m	circuit 7 km	647 m	James
24 et 31/12/2018			vacances de NOEL					

EN CAS S'ALERTE ORANGE, LA SORTIE SERA ANNULEE

prochaine réunion le 12 décembre 2018 à 15 h.

Programmes NOVEMBRE DECEMBRE 2018

Lieux de rendez-vous : parking du cimetière de Barraux  
 pour Pontcharra : regroupement parking de la mairie  
 pour Chapareillan regroupement place de la mairie

<p>Etre préparé et entraîné, équipé correctement                  Bonnes chaussures crantées à tige adaptées à la marche et bâtons                  Sac à dos : tout doit rentrer à l'intérieur                  RAQUETTES en hiver sauf pour le lundi</p>	<p>Vêtements très chauds +gants+bonnet+guêtres ( selon saison )                  lunettes de soleil, crème solaire                  Nourriture, boissons , pince à tiques                  dans votre sac à dos : licence, carte vitale, mutuelle, fiche personnelle à jour - pharmacie personnelle</p>
--	---

MARDI								
dates	HEURE		randonnée	temps de marche	dénivelé	difficulté	altitude au sommet	chef de file
	RDV	DEPART						
6-nov.	7h15	7h30	Les lacs Robert (Belledonnes) départ les Seiglières	5 h 30	950 m	circuit 11 km	2 011 m	Geneviève
13-nov.	7h45	8h00	Col du Haut du Four (Bauges) départ Cléry	5 h	1 080 m	circuit 10 km	1 790 m	Jacques
20-nov.	7h45	8h00	Rochers de Belles Ombres (Chartreuse) départ route de Pré Orcel <b>AERIEN - PASSAGES ROCHEUX</b>	4 h	800 m	circuit 8 km	1 845 m	Odile
27-nov.	7h45	8h00	Le Grand Chatelard (Maurienne) départ Jarrier	5 h 30	1 030 m	circuit 14,5 km	2 126 m	Monique
4-déc.	7h15	7h30	Le pas de Rocheplane (Chartreuse) dpart les Eyrauds	5 h	900 m	RMI 7 km	1 860 m	Robert
11-déc.	8h15	8h30	Le Granier départ La Plagne	5 h	952 m	circuit 11 km	1 899 m	Monique
18-déc.	7h45	8h00	Col de l'Arclusaz (Bauges) départ Bellevaux	5 h	920 m	circuit 12 km	1 747 m	Odile
25-déc.			vacances de NOEL					

EN CAS S'ALERTE ORANGE, LA SORTIE SERA ANNULEE

prochaine réunion le 12 décembre 2018 à 15 h.

Programmes NOVEMBRE DECEMBRE 2018

Lieux de rendez-vous : parking du cimetière de Barraux  
 pour Pontcharra : regroupement parking de la mairie  
 pour Chapareillan regroupement place de la mairie

<p>Etre préparé et entraîné, équipé correctement                  Bonnes chaussures crantées à tige adaptées à la marche et bâtons                  Sac à dos : tout doit rentrer à l'intérieur                  RAQUETTES en hiver sauf pour le lundi</p>	<p>Vêtements très chauds +gants+bonnet+guêtres ( selon saison )                  lunettes de soleil, crème solaire                  Nourriture, boissons , pince à tiques                  dans votre sac à dos : licence, carte vitale, mutuelle, fiche personnelle à jour - pharmacie personnelle</p>
--	---

JEUDI								
dates	HEURE		randonnée	temps de marche	dénivelé	difficulté	altitude au sommet	chef de file
	RDV	DEPART						
1-nov.			FERIE					
8-nov.	8h15	8h30	Le Pont des Dames (Bauges) départ St Jean de la Porte	5 h	630 m	circuit 13 km	706 m	Alain
15-nov.	8h15	8h30	Les alpages du Nivolet (Bauges) Départ Lovettaz	4 h 30	650 m	RMI 9 km	1 290 m	Chantal
22-nov.	7h45	8h00	la Roche Parstire (Beaufortain) départ col du Pré	4 h	510 m	circuit 8,5 km	2 092 m	Odile
29-nov.	8h45	9h00	Château Nardent (Chartreuse) départ St Nazaire les Eymes	4 h	780 m	RMI 11 km	1 219 m	Jacques
6-déc.	8h15	8h30	le tour de Saint Sulpice (Epine) départ Saint Sulpice	5 h	430 m	circuit 13 km	694 m	James
13-déc.	7h45	8h00	Crêt du Poulet (Belledonnes) départ Montarmand	4 h	600 m	RMI 6 km	1 700 m	Robert
20-déc.	8h15	8h30	col de Pravouta (Chartreuse) départ Saint Pancrasse (pt 1 217 m)	4 h 30	700 m	circuit 9,5 km	1 696 m	Monique
27-déc.			vacances de NOEL					

EN CAS S'ALERTE ORANGE, LA SORTIE SERA ANNULEE

prochaine réunion le 12 décembre 2018 à 15 h.

