

Programme des Randonnées

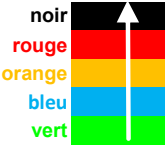
Lieux de rendez-vous . à Barraux : regroupement parking du cimetière
. à Pontcharra : regroupement parking Freech
. à Chapareillan : regroupement place de la Mairie

LUNDI JOURNEE	NOVEMBRE / DECEMBRE 2025
---------------	--------------------------

Dates	Horaires		Destination	Massif	Point de départ	Temps de marche (h)	Dénivelé cumulé (m)	Distance parcourue (km)	Altitude au sommet (m)	Type parcours (circuit)	Animateur Animatrice	Effort	Teknik	Risque
	RdV	Départ												
03.11	8.30	8.45	Cascades de Miolans	Bauges	Château de Miolans	4	350	10.3	620	Circuit	René			
10.11	8.15	8.30	Les Hauts de Barberaz	Bauges	Parking du cimetière	3.3	320	9.5	616	Crcuit	James			
17.11	8.15	8.30	Plateau des Petites Roches	Chartreuse	Les Gaudes	4.3	350	9	1167	Circuit	Isabelle			
24.11			RANDO RESTO											
01.12	8.45	9.00	Le Fournet	Belledonne	Gières	3;3	350	9.25	690	Circuit	Jacques			
08.12	8.15	8.30	Les Reys	Bauges	Le Château	4	320	10	700	Circuit	Michèle			
15.12			EN COURS								Jocelyne			
			VACANCES DE NOEL											

Echelle de cotations

Téléphone Animateurs					
Alain G	06.22.44.19.47	Isabelle	06.82.55.85.63	Michèle	06.08.00.19.75
Chantal	06.73.97.58.51	Jacques	06.19.01.72.74	Odile	06.89.23.69.76
Claude	06.21.03.12.88	James	06.82.18.56.49	René	06.66.30.67.75
Daniel	06.73.73.16.08	Jean	06.31.17.41.51	Robert	06.30.28.96.70
Denis	06.80.78.09.24	Jocelyne	06.08.76.13.84		
Geneviève	06.76.27.26.50	M. Antoinette	06.26.58.06.19		



Recommandations	
. Etre préparé, entraîné et équipé correctement	. Vêtements très chauds + gants + bonnet + guêtres (selon saison)
. Bonnes chaussures crantées à tige adaptées à la marche	. Deux bâtons, lunettes de soleil, crème solaire
. Sac à dos : tout doit rentrer à l'intérieur	. Nourriture, boissons , pince à tiques
. Par temps de neige raquettes, DVA & crampons OBLIGATOIRES (DVA perso ou fourni par le club [10 max.])	. Sifflet, couverture de survie
	. Licence FFRandonnée et FICHE DE SANTE à jour, avec votre carte Vitale

Programme Randonnées

LUNDI APRES MIDI

NOVEMBRE / DECEMBRE 2025

Lieux de rendez-vous : à Barraux : regroupement parking du cimetière
: à Pontcharra : regroupement parking Fresh
: à Chapareillan : regroupement place de la Mairie

Dates	Horaires		Destination	Massif	Point de départ	Temps de marche (h)	Dénivelé cumulé (m)	Distance parcourue (km)	Altitude au sommet (m)	Type parcours (circuit)	Animateur Animatrice	Effort	Teknik	Risque
	RdV	Départ												
03.11	12.15	12.30	Croix de Concors	Bauges	Allée Commandant René Bassens	2.3	163	6	575	Circuit	James			
10.11	12.45	13.00	Bassin du Flumet	Belledonne	Allevard le Musée	3	107	6.2	595	Circuit	Claude			
17.11	12.15	12.30	Gorges de Serroz	Bauges	Parking de l'école Lafin	3	175	8	404	Circuit	Michèle			
24.11			RANDO RESTO											
01.12			EN COURS								Jocelyne			
15.12	12.15	12.30	Les Lacs de Francin	Porte de Savoie	Charrière	2.3	21	7.7	266	Boucle	Isabelle			
22.12			VACANCES DE NOEL											

Echelle de cotations

Téléphone Animateurs			
Alain G	06.22.44.19.47	Ghislaine	06.65.63.73.26
Alain S	06.78.53.33.72	Isabelle	06.82.55.85.63
Chantal	06.73.97.58.51	Jacques	06.19.01.72.74
Claude	06.21.03.12.88	James	06.82.18.56.49
Daniel	06.73.73.16.08	Jean	06.31.17.41.51
Denis	06.80.78.09.24	Jocelyne	06.08.76.13.84
Geneviève	06.76.27.26.50	Marie-Antoinette	06.26.58.06.19
Michele	06.08.00.19.75	Odile	06.89.23.69.76
René	06.66.30.67.75	Robert	06.30.28.96.70



Recommandations	
. Etre préparé, entraîné et équipé correctement	. Vêtements très chauds + gants + bonnet + guêtres (selon saison)
. Bonnes chaussures crantées à tige adaptées à la marche	. Deux bâtons, lunettes de soleil, crème solaire
. Sac à dos : tout doit rentrer à l'intérieur	. Nourriture, boissons , pince à tiques
. Par temps de neige raquettes, DVA & crampons OBLIGATOIRES (DVA perso ou fourni par le club [10 max.])	. Sifflet, couverture de survie
	. Licence FFRandonnée et FICHE DE SANTE à jour, avec votre carte Vitale

Programme Randonnées

Lieux de rendez-vous . à Barraux : regroupement parking du cimetière
. à Pontcharra : regroupement parking Fresh
. à Chapareillan : regroupement place de la Mairie

MARDI	NOVEMBRE / DECEMBRE 2025
-------	--------------------------

Dates	Horaires		Destination	Massif	Point de départ	Temps de marche (h)	Dénivelé cumulé (m)	Distance parcourue (km)	Altitude au sommet (m)	Type de parcours (circuit) parcouru (circuit?)	Animateur Animatrice	Effort	Teknik	Risque
	RdV	Départ												
04.11	7;45	8;00	Le Chapotet	Belledonne	Parking de La Jasse	6	1,000	10	2,076	Circuit	Odile			
11.11			ARMISTICE 1918											
18;11			EN COURS								Geneviève			
25.11	7.45	8.00	Parc du Mouton	Bauges	Abbaye du Tamié	6	1,055	12	1,859	Circuit	Gislhaine			
02.12	8.00	8.15	Château Nardent	Chartreuse	Craponoz	6.3	1,040	14	1,217	Circuit	Gislhaine			
09.12	7.15	7.30	Pointe du Velan	Bauges	Parking de St Ruph (Seythenex)	6	1,000	13	1782	Circuit	Odile			
16.12			EN COURS								Alain S			
			VACANCES DE NOEL											

Téléphone Animateurs					
Alain G	06.22.44.19.47	Ghislaine	06.65.63.73.26	Michèle	06.08.00.19.75
Alain S	06.78.53.33.72	Jacques	06.19.01.72.74	Odile	06.89.23.69.76
Chantal	06.73.97.58.51	James	06.82.18.56.49	René	06.66.30.67.75
Claude	06.21.03.12.88	Jean	06.31.17.41.51	Robert	06.30.28.96.70
Daniel	06.73.73.16.08	Jocelyne	06.08.76.13.84		
Denis	06.80.78.09.24	Isabelle	06.82.55.85.63		
Geneviève	06.76.27.26.50	Marie-Antoinette	06.26.58.06.19		

Echelle de cotations

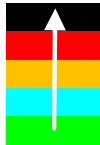
noir

rouge

orange

bleu

vert



Recommandations	
. Etre préparé, entraîné et équipé correctement	. Vêtements très chauds + gants + bonnet + guêtres (selon saison)
. Bonnes chaussures crantées à tige adaptées à la marche	. Deux bâtons, lunettes de soleil, crème solaire
. Sac à dos : tout doit rentrer à l'intérieur	. Nourriture, boissons , pince à tiques
. Par temps de neige raquettes, DVA & crampons OBLIGATOIRES (DVA perso ou fourni par le club [10 max.])	. Sifflet, couverture de survie
	. Licence FFRandonnée et FICHE DE SANTE à jour, avec votre carte Vitale

Programme Randonnées

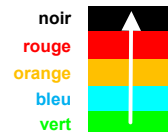
Lieux de rendez-vous : à Barraux : regroupement parking du cimetière
à Pontcharra : regroupement parking Fresh
à Chapareillan : regroupement place de la Mairie

JEUDI / JEUDI +

NOVEMBRE / DECEMBRE 2025

Dates	Horaires		Destination	Massif	Point de départ	Temps de marche (h)	Dénivelé cumulé (m)	Distance parcourue (km)	Altitude au sommet (m)	Type de parcours (circuit)	Animateur Animatrice	Effort	Teknik	Risque
	RdV	Départ												
6.11	8.00	8.15	Chalets de la Fullie (jeudi+)	Bauges	Ecole	5	730	13	1,400	Boucle	Denis			
06.11	8;15	8.30	Margériaz	Bauges	Ailions-Margériaz	3.3	550	10	1,822	Circuit	Alain G			
13.11	8.00	8.15	Pic St Michel Plateau St Ange (jeudi+)	Vercors	St Ange	5	750	10	1,966	RMI	Jacques			
13.11	8.30	8.45	St Offenge	Bauges	St Offenge Dessous	4	550	11.3	1,110	Circuit	René			
20.11	8.00	8.15	Crêt de Combeloup	Belledonne	Venon	5	665	12	994	Circuit	Daniel			
27.11			Tours Montmayeur	Bauges	La Trinité						Jocelyne			
04.12	8.45	9.00	Rocher de Manettaz (jeudi+)	Bauges	Arbin	4.3	790	10	1,065	Boucle	Chantal			
04.12	8.45	9.00	Pierre Tournoud	Chartreuse	Parking de La Frette	3.3	600	9	620	Circuit	Alain G			
11.12	8.45	9.00	Les Echelles - Les Ordon	Chartreuse	Maison de la Culture Les Echelles	4.3	530	12	750	Circuit	René			
18.12	8.45	9.00	Dessus de Bivier	Chartreuse		4.00	450	11		Circuit	Michèle			
			VACANCES DE NOEL											

Echelle de cotations



Téléphone Animateurs			
Alain G	06.22.44.19.47	Ghislaine	06.65.63.73.26
Alain S	06.78.53.33.72	Isabelle	06.82.55.85.63
Chantal	06.73.97.58.51	Jacques	06.19.01.72.74
Claude	06.21.03.12.88	James	06.82.18.56.49
Daniel	06.73.73.16.08	Jean	06.31.17.41.51
Denis	06.80.78.09.24	Jocelyne	06.08.76.13.84
Geneviève	06.76.27.26.50	Marie-Antoinette	06.26.58.06.19
Michele	06.08.00.19.75	Odile	06.89.23.69.76
René	06.66.30.67.75	Robert	06.30.28.96.70

Recommandations	
. Etre préparé, entraîné et équipé correctement	. Vêtements très chauds + gants + bonnet + guêtres (selon saison)
. Bonnes chaussures crantées à tige adaptées à la marche	. Deux bâtons, lunettes de soleil, crème solaire
. Sac à dos : tout doit rentrer à l'intérieur	. Nourriture, boissons , pince à tiques
. Par temps de neige raquettes, DVA & crampons OBLIGATOIRES (DVA perso ou fourni par le club [10 max.])	. Sifflet, couverture de survie
	. Licence FFRandonnée et FICHE DE SANTE à jour, avec votre carte Vitale