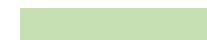


| Janvier                       |              | Février                            |  | Mars                        |  | Avril                        |  | Mai                  |                 | Juin |                              |
|-------------------------------|--------------|------------------------------------|--|-----------------------------|--|------------------------------|--|----------------------|-----------------|------|------------------------------|
|                               |              |                                    |  |                             |  |                              |  |                      |                 |      |                              |
| 1 D                           | Jour de l'An | 1 M                                |  | 1 M                         |  | 1 S                          |  | 1 L                  | Fête du Travail | 1 J  |                              |
| 2 L                           |              | 2 J                                |  | 2 J                         |  | 2 D                          |  | 2 M                  |                 | 2 V  |                              |
| 3 M                           |              | 3 V                                |  | 3 V                         |  | 3 L                          |  | 3 M                  | MONTAGNIEU DO   | 3 S  | BELVEDERE d'ARPISSON Bernard |
| 4 M                           |              | 4 S La BRIVE Jacques               |  | 4 S RECO Vezerontine Do     |  | 4 M                          |  | 4 J                  |                 | 4 D  |                              |
| 5 J                           |              | 5 D                                |  | 4 S Rando Yoga Gr           |  | 5 M                          |  | 5 V                  |                 | 5 L  |                              |
| 6 V                           |              | 6 L                                |  | 5 D                         |  | 6 J                          |  | 6 S                  |                 | 6 M  |                              |
| 7 S BOUVESSE QUIRIEU Sylviane |              | 7 M                                |  | 6 L                         |  | 7 V                          |  | 7 D VEZERONTINE      |                 | 7 M  |                              |
| 8 D                           |              | 8 M                                |  | 7 M                         |  | 8 S                          |  | 8 L Victoire         |                 | 8 J  |                              |
| 9 L                           |              | 9 J                                |  | 8 M                         |  | 9 D                          |  | 9 M                  |                 | 9 V  |                              |
| 10 M                          |              | 10 V                               |  | 9 J Belvédère d'Arpisson    |  | 10 L Pâques                  |  | 10 M                 |                 | 10 S | Le Lit au Roi Alain          |
| 11 M                          |              | 11 S                               |  | 10 V                        |  | 11 M                         |  | 11 J                 |                 | 10 S | Rando Yoga Gr                |
| 12 J                          |              | 12 D                               |  | 11 S Rando restau Sy        |  | 12 M                         |  | 12 V                 |                 | 11 D |                              |
| 13 V                          |              | 13 L                               |  | 12 D                        |  | 13 J                         |  | 13 S Col du Chat D.R |                 | 12 L |                              |
| 14 S                          |              | 14 M                               |  | 13 L                        |  | 14 V                         |  | 14 D                 |                 | 13 M |                              |
| 15 D                          |              | 15 M                               |  | 14 M                        |  | 15 S Plateau d'Hostiaz Alain |  | 15 L                 |                 | 14 M |                              |
| 16 L                          |              | 16 J                               |  | 15 M                        |  | 16 D                         |  | 16 M                 |                 | 15 J |                              |
| 17 M                          |              | 17 V                               |  | 16 J                        |  | 17 L                         |  | 17 M Séjour VERCORS  |                 | 16 V | Séjour VOSGES                |
| 18 M                          |              | 18 S                               |  | 17 V                        |  | 18 M                         |  | 18 J Séjour VERCORS  |                 | 17 S | Séjour VOSGES                |
| 19 J                          |              | 19 D                               |  | 18 S ST PATRICK             |  | 19 M                         |  | 19 V Séjour VERCORS  |                 | 18 D | Séjour VOSGES                |
| 20 V                          |              | 20 L                               |  | 19 D Le Grand Lemps Ja      |  | 20 J                         |  | 20 S Séjour VERCORS  |                 | 19 L | Séjour VOSGES                |
| 21 S                          |              | 21 M                               |  | 20 L                        |  | 21 V                         |  | 21 D Séjour VERCORS  |                 | 20 M | Séjour VOSGES                |
| 22 D CREMIEU-DIZIMIEU Grâce   |              | 22 M                               |  | 21 M RECO MP Vezerontine Do |  | 22 S                         |  | 22 L                 |                 | 21 M | Séjour VOSGES                |
| 23 L                          |              | 23 J                               |  | 22 M                        |  | 23 D Intergénérationnelle SY |  | 23 M                 |                 | 22 J | Séjour VOSGES                |
| 24 M                          |              | 24 V                               |  | 23 J                        |  | 24 L                         |  | 24 M                 |                 | 23 V | Séjour VOSGES                |
| 25 M                          |              | 25 S Plateau de la Molière Bernard |  | 24 V                        |  | 25 M                         |  | 25 J                 |                 | 24 S |                              |
| 26 J                          |              | 26 D                               |  | 25 S Etangs de Bizonnes Sy  |  | 26 M RANDO POUR TOUS         |  | 26 V                 |                 | 25 D |                              |
| 27 V                          |              | 27 L                               |  | 26 D                        |  | 27 J                         |  | 27 S                 |                 | 26 L |                              |
| 28 S Entremonts Bernard       |              | 28 M                               |  | 27 L                        |  | 28 V                         |  | 28 D                 |                 | 27 M |                              |
| 29 D                          |              |                                    |  | 28 M                        |  | 29 S Optevoz D.S             |  | 29 L Pentecôte       |                 | 28 M |                              |
| 30 L                          |              |                                    |  | 29 M                        |  | 30 D                         |  | 30 M                 |                 | 29 J |                              |
| 31 M                          |              |                                    |  | 30 J                        |  |                              |  | 31 M                 |                 | 30 V |                              |
|                               |              |                                    |  | 31 V                        |  |                              |  |                      |                 |      |                              |

 Randonnée  
 Raquettes à neige  
 FFRandonnée

 Jours fériés  
 Rando vilages voisins  
 Familles Rurales

 Rando Yoga



| Bouvesse Quirieu et son patrimoine... 7 janvier 2023   |  |  |   |
|--|--|--|---|
| Initiée par :  | Sylviane Reynaud   | Animée par :   | Sylviane Reynaud  |
|  |  | tel  | 06 52 70 62 44  |
| Cotation effort IBP = 33   |  | Cotation Risque  |  |
| Cotation technicité  |  |  |   |
| <p><i>Descriptif succinct : A la découverte de Bouvesse-Quirieu, son patrimoine en passant par la campagne environnante, découverte de l'étang de Chogne et d'Arche, passage par le moulin de Chogne XVII ème siècle et son épicerie, les ruines du Château médiéval de Quirieu et sa maison forte, site animé par l'association les amis de Quirieu. Une place historique et romantique. Depuis la colline vue magnifique sur le Rhône, le Bugey et ses vignes... Nous arriverons au Moulin d'Arche, XVI ème siècle. Pour terminer ce périple fêterons l'Epiphanie.</i></p> |  |  |   |
| LONGEUR RANDONNÉE  | 11 km  | HEURE ET LIEU DE DÉPART DU COVOITURAGE   | 12H45   |
|   |  | Parking de l'Espace Condorcet, Vézeronce-Curtin  |   |
| DENIVELE POSITIF   | 138 m  | HEURE ET LIEU DE RDV VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE  | 13H05   |
|   |  | Parking près du Moulin d'Arche en contre-bas de la CUMA de la plaine de Faverges, 241 chemin d'Annolieu 38510 Creys-Mépieu |   |
| DENIVELE NEGATIF   | 138 m  | DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE  | 36 KM 5 €   |
|    |  |  |   |
| POINT BAS  | 209 m  | DURÉE TRAJET ALLER   | 20'   |
|   |  |  |   |
| POINT HAUT   | 214 m  | RÉGION OU MASSIF   | n° de carte IGN : 3231OT  |
|   |  | Ambérieu en Bugey  |   |
| TEMPS MARCHE HORS PAUSES   | 3H   | DUREE RANDONNÉE  | 1/2 Journée   |
|   |  |  |   |
| <p><b>Fiche à renvoyer à : <a href="mailto:be.meger@gmail.com">be.meger@gmail.com</a></b></p>  |  |  |   |



FFRandonnée

Association affiliée

### CREMIEU-DIZIMIEU - SAMEDI 28 JANVIER 2023

|                          |       |                 |                |
|--------------------------|-------|-----------------|----------------|
| Initiée par :            | Grâce | Animée par :    | Grâce          |
| Cotation effort IBP = 48 |       | tel             | 06 12 20 23 32 |
| Cotation technicité      |       | Cotation Risque |                |

Départ du parking du Gymnase Charles Vacheron de Crémieu. Le parcours quitte Crémieu par un sentier en surplomb des Gorges de la Fusa. Des paysages changeant jusqu'à Dizimieu avec un retour par la Tour St Hippolyte et le centre historique de la cité médiévale. Une randonnée à la demi-journée. La météo choisira entre le matin ou l'après-midi.

|                              |           |  |
|------------------------------|-----------|--|
| LONGEUR RANDONNÉE<br>300 km  | 12 km 900 | HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE<br>H<br>Matin ou après-midi                 |
| DENIVELE POSITIF<br>320 m    |           | HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE<br>H<br>Matin ou après-midi |
| DENIVELE NEGATIF<br>320 m    |           | DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE<br>44 km 5 €                   |
| POINT BAS<br>                | 215 m     | DURÉE TRAJET ALLER<br>22 minutes   |
| POINT HAUT<br>               | 397 m     | RÉGION OU MASSIF<br>n° de carte IGN : 3131 ET<br>L'île de Crémieu                  |
| TEMPS MARCHE HORS PAUSES<br> | 4 heures  | DUREE RANDONNÉE<br>demi-journée  |

Fiche à renvoyer à : [be.meger@gmail.com](mailto:be.meger@gmail.com)



**Entremont - Station du Granier - Samedi 21 janvier 2023**

|                           |         |   |                |
|---------------------------|---------|---|----------------|
| Initiée par :             | Bernard | Animée par :                                | Bernard        |
|                           |         | tel   | 06 19 04 57 07 |
| Cotation effort IBP = XXX |         | Cotation Risque                             |                |
| Cotation technicité       |         | <i>Pas de cotation en raquettes à neige</i> |                |

*Départ depuis le parking de la Station du Granier à Entremont le Vieux. Montée jusqu'au col du Grannier via Tenvonvaz. Retour par La Ménardière et la Coche. Une balade en Chartreuse pour cette première sortie en raquettes à neige de l'année.*

|                                     |                      |   |   |
|-------------------------------------|----------------------|---|---|
| <b>LONGEUR RANDONNÉE</b><br>        | <b>8 km environ</b>  | <b>HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE</b><br>                 | <b>08 h 30</b>                                      |
| <b>DENIVELE POSITIF</b><br>         | <b>300 m environ</b> | <b>HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE</b><br> | <b>09 h 45</b><br><i>Parking Station du Granier</i> |
| <b>DENIVELE NEGATIF</b><br>         | <b>300 environ</b>   | <b>DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE</b><br>    | <b>140 km (via Chambéry) 27 €</b>                   |
| <b>POINT BAS</b><br>                | <b>940 m</b>         | <b>DURÉE TRAJET ALLER</b><br>                                     | <b>01 h 10</b>                                      |
| <b>POINT HAUT</b><br>               | <b>1204 m</b>        | <b>RÉGION OU MASSIF</b><br>n° de carte IGN : <b>3333 OT</b><br>   | <b>Chartreuse</b>                                   |
| <b>TEMPS MARCHE HORS PAUSES</b><br> | <b>04 h 30</b>       | <b>DUREE RANDONNÉE</b><br>  | <b>Journée</b>                                      |

**Fiche à renvoyer à : [be.meger@gmail.com](mailto:be.meger@gmail.com)**



**Vercors - Plateau de la Molière - Samedi 25 Février 2023**

|                           |         |   |                |
|---------------------------|---------|---|----------------|
| Initiée par :             | Bernard | Animée par :                                | Bernard        |
|                           |         | tel   | 06 19 04 57 07 |
| Cotation effort IBP = XXX |         | Cotation Risque                             |                |
| Cotation technicité       |         | <i>Pas de cotation en raquettes à neige</i> |                |

*Belle balade en raquettes à neige sur le plateau de la Molière. De belles vues sur les montagnes depuis cette boucle dégagée.*

|  |         |   |                   |
|--|---------|---|-------------------|
| <b>LONGEUR RANDONNÉE</b><br>   | 10 km   | <b>HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE</b><br>                 | 08h00             |
| <b>DENIVELE POSITIF</b><br>  | 490 m   | <b>HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE</b><br> | 09h30             |
| <b>DENIVELE NEGATIF</b><br>  | 490 m   | <b>Parking Les Aigaux 38250</b>                                   |                   |
| <b>POINT BAS</b><br>   | 1265 m  | <b>DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE</b><br>    | 160 km      24 km |
| <b>POINT HAUT</b><br>  | 1700 m  | <b>DURÉE TRAJET ALLER</b><br>                                     | 01 h 30           |
| <b>TEMPS MARCHE HORS PAUSES</b><br>  | 06 h 00 | <b>RÉGION OU MASSIF</b><br>n° de carte IGN :                      |                   |
|  |         |   | Vercors           |
|  |         | <b>DUREE RANDONNÉE</b><br>  | Journée           |
| <b>Fiche à renvoyer à : <a href="mailto:be.meger@gmail.com">be.meger@gmail.com</a></b> |         |   |                   |



**Chartreuse - Belvédère d'Arpison - Dimanche 5 mars 2023**

|                           |                                      |                 |         |
|---------------------------|--------------------------------------|-----------------|---------|
| Initiée par :             | Bernard                              | Animée par :    | Bernard |
| Cotation effort IBP = XXX |                                      | Cotation Risque |         |
| Cotation technicité       | pas de cotation en raquettes à neige |                 |         |

Départ depuis le Centre Nordique de la Ruchère. Belle balade mêlant forêt prairie et belles vues.. Surtout depuis le belvédère bien sur !

|                                     |         |   |                       |
|-------------------------------------|---------|---|-----------------------|
| <b>LONGEUR RANDONNÉE</b><br>        | 11 km   | <b>HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE</b><br>                 | 08h30                 |
| <b>DENIVELE POSITIF</b><br>         | 405 m   | <b>HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE</b><br> | 09h40                 |
| <b>DENIVELE NEGATIF</b><br>         | 405 m   | <b>DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE</b><br>    | 102 km      14 €      |
| <b>POINT BAS</b><br>                | 1166 m  | <b>DURÉE TRAJET ALLER</b><br>                                     | 01 h 10               |
| <b>POINT HAUT</b><br>               | 1470 m  | <b>RÉGION OU MASSIF</b><br>n° de carte IGN :                      | 3333 OT<br>Chartreuse |
| <b>TEMPS MARCHE HORS PAUSES</b><br> | 06 h 00 | <b>DUREE RANDONNÉE</b><br>  | Journée               |

Fiche à renvoyer à : [be.meger@gmail.com](mailto:be.meger@gmail.com)



| D'Eydoche à St Didier de Bizonnes et ses étangs   |   |                  |  |
|---|---|------------------|--|
| Initiée par :   | Sylviane Reynaud  |                  |  |
|   | Animée par :  | Sylviane Reynaud |  |
|   | tel   | 06 52 70 62 44   |  |
| Cotation effort IBP = 36  |   | Cotation Risque  |  |
| Cotation technicité   |   |                  |  |
| <p><b>Descriptif succinct :</b> Une randonnée facile, qui permet de cheminer parmi les demeures dauphinoises d'Eydoche et de St Didier de Bizonnes, le bois Bernard et le Bois des Béroudières, l'ENS (Espace Naturel Sensible) des Béroudières. Après avoir traversé le bourg de St Didier de Bizonnes passage par l'étang de Déronzier, l'étang de la Blanche, l'étang du Vivier et l'étang des Ragées en longeant le bois des Brosses avant de regagner Eydoche.</p> |   |                  |  |
| <b>LONGEUR RANDONNÉE</b><br>300 km<br>11 km   | <b>HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE</b><br>13H                        |                  |  |
| <b>DENIVELE POSITIF</b><br>225 m  | <b>HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE</b><br>13H50      |                  |  |
| <b>DENIVELE NEGATIF</b><br>225 m  | <b>DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE</b><br>70 KM 11,00 € |                  |  |
| <b>POINT BAS</b><br>506 m   | <b>DURÉE TRAJET ALLER</b><br>46'  |                  |  |
| <b>POINT HAUT</b><br>633 m  | <b>RÉGION OU MASSIF</b><br>n° de carte IGN : 3133 SB                        |                  |  |
| <b>TEMPS MARCHE HORS PAUSES</b><br>3H15   | <b>DUREE RANDONNÉE</b><br>1/2 Journée                                       |                  |  |
| Fiche à renvoyer à : <a href="mailto:be.meger@gmail.com">be.meger@gmail.com</a>   |   |                  |  |



**Tour du plateau d'Hostiaz - SAMEDI 15 avril**

|                         |       |                 |            |
|-------------------------|-------|-----------------|------------|
| Initiée par :           | Alain | Animée par :    | Alain      |
|                         |       | tel             | 0787529530 |
| Cotation effort IBP =58 |       | Cotation Risque |            |

Une randonnée en boucle principalement en forêt qui permet de faire le tour du plateau d'Hostiaz.( plateau d' Hauteville). De très jolies prairies et de nombreux points de vue sur les vallées de l'albarine et la cluse des hopitaux.

|  |       |   |
|--|-------|---|
| <b>LONGEUR RANDONNÉE</b><br>300 km   | 14 km | <b>HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE</b><br>8H00<br>place condorcet Vézéronce                      |
| <b>DENIVELE POSITIF</b><br>530 m   |       | <b>HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE</b><br>9 H30<br>parking via ferrata à Hostiaz |
| <b>DENIVELE NEGATIF</b><br>530 m   |       | <b>DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE</b><br>110 KM 14 €                               |
| <b>POINT BAS</b><br>725m   |       | <b>DURÉE TRAJET ALLER</b><br>1 h10 55 km  |
| <b>POINT HAUT</b><br>1065m   |       | <b>RÉGION OU MASSIF</b><br>n° de carte IGN : 3231 OT<br>plateau Hauteville                              |
| <b>TEMPS MARCHE HORS PAUSES</b><br>5 H   |       | <b>DUREE RANDONNÉE</b><br>Journée   |
| <b>Fiche à renvoyer à : <a href="mailto:be.meger@gmail.com">be.meger@gmail.com</a></b> |       |   |



FF Randonnée  
Association affiliée

## OPTEVOZ - BOIS DE BILLONNAY - Samedi 29 avril 2023

Initiée par : Didier SEGURA

Animée par : Didier SEGURA

tel :

Cotation effort IBP = 35



Cotation Risque



Cotation technicité



Randonnée au départ du village d'Optevoz dans le Nord-Isère. Une boucle d'environ 12 km qui nous permettra de traverser le Bois de Billonnay, le bois des Planches, la Fouillouse, de traverser le hameau de Grivoux et de se jeter dans la gueule de veau et de Malin avant de retrouver notre point de départ.

| LONGEUR RANDONNÉE        | 300 km | 11,8 km |
|--------------------------|--------|---------|
| DENIVELE POSITIF         |        | 163 m   |
| DENIVELE NEGATIF         |        | 163 m   |
| POINT BAS                |        | 286 m   |
| POINT HAUT               |        | 375 m   |
| TEMPS MARCHE HORS PAUSES |        | 3h00    |

### HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE

13 H 45

Espace Condorcet à Vézénobres

### HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE

14 H 00

Parking à droite de l'église d'Optevoz

### DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE

38 km 6 €

### DURÉE TRAJET ALLER

25 mn

### RÉGION OU MASSIF

n° de carte IGN : 3131SB

Meyzieu / Crémieu / Montluel

### DUREE RANDONNEE

1/2 Journée

Fiche à renvoyer à : [be.meger@gmail.com](mailto:be.meger@gmail.com)



**Vercors - Au Pied du Grand VEYMONT - Mercredi 17 mai 2023**

|                          |         |                 |  |
|--------------------------|---------|-----------------|--|
| Initiée par :            | Bernard | Animée par :    | Bernard<br>Didier - Alain<br>Jacques - Grâce |
|                          |         | tel             | 06 19 04 57 07                               |
| Cotation effort IBP = 63 |         | Cotation Risque |  |

Cotation technicité



*En l'absence de reconnaissance, les cotations Technicité et Risques sont estimées*

*Le départ de la randonnée se fait depuis un parking situé au bord des Hauts Plateaux (Une carte précisant l'endroit sera disponible) . Une excursion dans la réserve Naturelle des Hauts Plateaux du Vercors, qui nous mènera au pied du Grand Veymont et ses 2341 m. Un environnement sauvage, digne des grandes étendues nord-américaines. A la fin de la randonnée, nous nous rendrons au gîte à St Martin en Vercors à 18 km et 20 minutes environ.*

|   |  |
|---|--|
| <b>LONGEUR RANDONNÉE</b><br>300 km          | <b>HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE</b><br>07 H 30                 |
| <b>DENIVELE POSITIF</b><br>400 m            | <b>HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE</b><br>09 H 30 |
| <b>DENIVELE NEGATIF</b><br>400              | <b>DISTANCE TRAJET ALLER ET COÛT PAR VOITURE</b><br>150 km 22 €          |
| <b>POINT BAS</b><br>1364 m                  | <b>DURÉE TRAJET ALLER</b><br>2 heures                                    |
| <b>POINT HAUT</b><br>1700 m                 | <b>RÉGION OU MASSIF</b><br>n° de carte IGN : 3236 OT<br>Vercors          |
| <b>TEMPS MARCHE HORS PAUSES</b><br>5 heures | <b>DUREE RANDONNÉE</b><br>Journée ou demi-journée                        |

Fiche à renvoyer à : [be.meger@gmail.com](mailto:be.meger@gmail.com)



Vercors - Puy de la Gagère - **Jeudi 18 mai 2023**

|                          |          |                 |  |
|--------------------------|----------|-----------------|--|
| Initiée par :            | Didier S | Animée par :    | Didier S<br>Jacques - Alain<br>Bernard - Grâce   |
|                          |          | tel             | 06 88 98 31 70   |
| Cotation effort IBP = 69 |          | Cotation Risque |  |
| Cotation technicité      |          |                 | <i>En l'absence de reconnaissance, les cotations Technicité et Risques sont estimées</i> |

Au départ de Font d'Urles : une boucle sur ce territoire dénudé, souvent battu par les vents (d'où le nom) et qui mènera sur un des balcons suds des plateaux, avec vue sur les vallées du Diois 1000 mètres au bas de la falaise.

|                              |        |  |
|------------------------------|--------|--|
| LONGEUR RANDONNÉE<br>300 km  | 14 km  | HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE<br>H                    |
| DENIVELE POSITIF<br>590 m    |        | HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE<br>H    |
| DENIVELE NEGATIF<br>590 m    |        | DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE<br>54 km € |
| POINT BAS<br>1340 m          |        | DURÉE TRAJET ALLER<br>30 mn                                    |
| POINT HAUT<br>1600 m         |        | RÉGION OU MASSIF<br>n° de carte IGN : 3136 ET<br>Vercors       |
| TEMPS MARCHE HORS PAUSES<br> | 5 h 00 | DUREE RANDONNÉE<br>Journée                                     |

Fiche à renvoyer à : [be.meger@gmail.com](mailto:be.meger@gmail.com)



**Vercors - St Julien en Vercors /Rochers du Bournillon- Vendredi 19 mai 2023**

|                          |         |   |  |
|--------------------------|---------|---|--|
| Initiée par :            | Jacques | Animée par :  | Jacques<br>Didier - Alain<br>Grâce - Bernard<br>tel : 06 30 28 22 77 |
| Cotation effort IBP = 69 |         | Cotation Risque   |  |
| Cotation technicité      |         | En l'absence de reconnaissance, les cotations Technicité et Risques sont estimées |  |

Une boucle au départ du village voisin St Julien en Vercors. Après les paysages dénudés, nous voilà dans les fôrets de chênes verts et toujours les scialet et grottes. Nous longerons les Rochers du Bournillon et pourrons admirer la vallée de la Bourne en contre bas, Choranche et son barrage.

|                                   |           |   |
|-----------------------------------|-----------|---|
| LONGEUR RANDONNÉE<br>300 km       | 15 km 500 | HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE<br>H                           |
| DENIVELE POSITIF<br>600 m         |           | HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE<br>H           |
| DENIVELE NEGATIF<br>600 m         |           | DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE<br>7 km €         |
| POINT BAS<br>826 m                |           | DURÉE TRAJET ALLER<br>5 mn  |
| POINT HAUT<br>1201 m              |           | RÉGION OU MASSIF<br>n° de carte IGN : <input type="text"/><br>Vercors |
| TEMPS MARCHE HORS PAUSES<br>5h 30 |           | DUREE RANDONNÉE<br>Journée  |

Fiche à renvoyer à : [be.meger@gmail.com](mailto:be.meger@gmail.com)



| Vercors - St Martin en Vercors - <b>Samedi 20 mai 2023</b>   |   |   |  |
|--|---|---|--|
| Initiée par :  | Bernard   | Animée par :  | Bernard<br>Jacques - Didier<br>Alain - Grâce |
| tel  |   | tel   | 06 19 04 57 07                               |
| Cotation effort IBP = 69   |   | Cotation Risque   |  |
| Cotation technicité  |   | En l'absence de reconnaissance, les cotations Technicité et Risques sont estimées |  |
| <p>Nous descendrons en voiture depuis notre gîte jusqu'au village de St Martin en Vercors pour le départ de notre boucle. Le même territoire que la veille avec une petite partie commune vers les Rochers de Bournillon. La encore de jolies vues sur les vallées en contre bas, comme celle dans lequelle s'écoule la Vernaison et où passe la fameuse D518 plus connue sous le nom de la "Route des Grands Goulets"</p> |   |   |  |
| <b>LONGEUR RANDONNÉE</b><br><br>300 km<br>13 km 500  | <b>HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE</b><br><br>H                                      |   |  |
| <b>DENIVELE POSITIF</b><br><br>670 m   | <b>HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE</b><br><br>H                      |   |  |
| <b>DENIVELE NEGATIF</b><br><br>670 m   | <b>DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE</b><br><br>€                         |   |  |
| <b>POINT BAS</b><br><br>754 m  | <b>DURÉE TRAJET ALLER</b><br><br><table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </table> |   |  |
|  |   |   |  |
| <b>POINT HAUT</b><br><br>1264 m  | <b>RÉGION OU MASSIF</b><br>n° de carte IGN :<br><br>Vercors                                 |   |  |
| <b>TEMPS MARCHE HORS PAUSES</b><br><br>5h 00   | <b>DUREE RANDONNEE</b><br><br>Journée   |   |  |
| Fiche à renvoyer à : <a href="mailto:be.meger@gmail.com">be.meger@gmail.com</a>  |   |   |  |



**Vercors - Plateau d'Ambel - Dimanche 21 mai 2023**

|   |           |   |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
|---|-----------|---|--|--------------------------|--|---|--|--------|-----------|---|--|-------------------------|--|---|--|-------|--|---|--|-------------------------|--|--|--|-------|--|--------|-------|------------------|--|---------------------------|--|--------|--|--------|--|-------------------|--|-------------------------|--|------|--|-------------------|--|---------------------------------|--|---------|--|--------|--|------------------------|--|---|--|--|--|
| Initiée par :   | Alain     | Animée par :  | Alain<br>Grâce - Jacques<br>Didier - Bernard |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| Cotation effort IBP = 58  |           | Cotation Risque   |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| Cotation technicité   |           | En l'absence de reconnaissance, les cotations Technicité et Risques sont estimées |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| <p>Pour cette dernière journée, nous aurons 55 mn de route depuis St Martin en Vercors jusqu'au parking du Refuge Gardio près du Col de la Bataille. Une boucle qui fait le tour de l'immense plateau d'Ambel dénudé. A la tête de la Dame, nous aurons un peu l'impression d'être à la proue d'un immense navire qui se sera prétrifié en calcaire. Toujours de magnifiques vues sur les vallées plus bas. Retour à Vézérance directement depuis le refuge de Gardiol via St Jean en Royans et l'autoroute A49</p>   |           |   |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| <table border="1"> <tbody> <tr> <td><b>LONGEUR RANDONNÉE</b></td> <td></td> <td><b>HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE</b></td> <td></td> </tr> <tr> <td>300 km</td> <td>14 km 800</td> <td>H</td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>DENIVELE POSITIF</b></td> <td></td> <td><b>HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE</b></td> <td></td> </tr> <tr> <td>480 m</td> <td></td> <td>H</td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>DENIVELE NEGATIF</b></td> <td></td> <td><b>DISTANCE TRAJET ALLER ET COÛT PAR VOITURE</b></td> <td></td> </tr> <tr> <td>480 m</td> <td></td> <td>130 km</td> <td>22 \$</td> </tr> <tr> <td><b>POINT BAS</b></td> <td></td> <td><b>DURÉE TRAJET ALLER</b></td> <td></td> </tr> <tr> <td>1140 m</td> <td></td> <td>2 h 00</td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>POINT HAUT</b></td> <td></td> <td><b>RÉGION OU MASSIF</b></td> <td></td> </tr> <tr> <td>1490</td> <td></td> <td>n° de carte IGN :</td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>TEMPS MARCHE HORS PAUSES</b></td> <td></td> <td>Vercors</td> <td></td> </tr> <tr> <td>5 h 00</td> <td></td> <td><b>DUREE RANDONNÉE</b></td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4" style="text-align: center;">Fiche à renvoyer à : <a href="mailto:be.meger@gmail.com">be.meger@gmail.com</a></td></tr> </tbody> </table> |           |   |  | <b>LONGEUR RANDONNÉE</b> |  | <b>HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE</b> |  | 300 km | 14 km 800 | H |  | <b>DENIVELE POSITIF</b> |  | <b>HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE</b> |  | 480 m |  | H |  | <b>DENIVELE NEGATIF</b> |  | <b>DISTANCE TRAJET ALLER ET COÛT PAR VOITURE</b> |  | 480 m |  | 130 km | 22 \$ | <b>POINT BAS</b> |  | <b>DURÉE TRAJET ALLER</b> |  | 1140 m |  | 2 h 00 |  | <b>POINT HAUT</b> |  | <b>RÉGION OU MASSIF</b> |  | 1490 |  | n° de carte IGN : |  | <b>TEMPS MARCHE HORS PAUSES</b> |  | Vercors |  | 5 h 00 |  | <b>DUREE RANDONNÉE</b> |  | Fiche à renvoyer à : <a href="mailto:be.meger@gmail.com">be.meger@gmail.com</a> |  |  |  |
| <b>LONGEUR RANDONNÉE</b>  |           | <b>HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE</b>                                     |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| 300 km  | 14 km 800 | H   |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| <b>DENIVELE POSITIF</b>   |           | <b>HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE</b>                     |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| 480 m   |           | H   |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| <b>DENIVELE NEGATIF</b>   |           | <b>DISTANCE TRAJET ALLER ET COÛT PAR VOITURE</b>                                  |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| 480 m   |           | 130 km  | 22 \$  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| <b>POINT BAS</b>  |           | <b>DURÉE TRAJET ALLER</b>   |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| 1140 m  |           | 2 h 00  |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| <b>POINT HAUT</b>   |           | <b>RÉGION OU MASSIF</b>   |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| 1490  |           | n° de carte IGN :   |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| <b>TEMPS MARCHE HORS PAUSES</b>   |           | Vercors   |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| 5 h 00  |           | <b>DUREE RANDONNÉE</b>  |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |
| Fiche à renvoyer à : <a href="mailto:be.meger@gmail.com">be.meger@gmail.com</a>   |           |   |  |                          |  |   |  |        |           |   |  |                         |  |   |  |       |  |   |  |                         |  |  |  |       |  |        |       |                  |  |                           |  |        |  |        |  |                   |  |                         |  |      |  |                   |  |                                 |  |         |  |        |  |                        |  |   |  |  |  |