























Zone A										Zone C										Zone B									
Janvier					Février					Mars					Avril					Mai					Juin				
1	M	Jour de l'An			1	S	Raquettes à Neige Be			1	S	Reco Vézerontine RS			1	M				1	J	FÊTE DU TRAVAIL			1	D			
2	J				2	D	Raquettes à Neige Be			2	D				2	M				2	V				2	L			
3	V				3	L				3	L				3	J				3	S				3	M	Séjour Aveyron		
4	S	Mépieu étangs Syl			4	M				4	M				4	V				4	D				4	M	Séjour Aveyron		
5	D				5	M				5	M				5	S	Ste-Croix en Jarez BM			5	L				5	J	Séjour Aveyron		
6	L				6	J				6	J				6	D				6	M				6	V	Séjour Aveyron		
7	M				7	V				7	V				7	L				7	M				7	S	Séjour Aveyron		
8	M				8	S	Rando Resto Syl			8	S				8	M				8	J	VICTOIRE 1945			8	D	Séjour Aveyron		
9	J				9	D				9	D				9	M				9	V				9	L	PENTECOTE		
10	V				10	L				10	L				10	J				10	S	Les 5 villages JV			10	M			
11	S				11	M				11	M				11	V	Séjour Santé			11	D				11	M			
12	D				12	M				12	M				12	S	Séjour Santé			12	L				12	J			
13	L				13	J				13	J				13	D	Séjour Santé			13	M				13	V			
14	M				14	V				14	V				14	L	Séjour Santé			14	M				14	S	Montagne de la Biolle Régis		
15	M				15	S	Parmilieu Didier S.			15	S	Annulée			15	M	Séjour Santé			15	J				15	D			
16	J				16	D				16	D				16	M	Séjour Santé			16	V				16	L			
17	V				17	L				17	L				16	M	Rando Pour Tous			17	S				17	M			
18	S	Raquettes à Neige Be			18	M				18	M				17	J				18	D	VÉZERONTINE			18	M			
19	D				19	M				19	M				18	V				19	L				19	J			
20	L				20	J				20	J				19	S				20	M				20	V			
21	M				21	V				21	V				20	D				21	M				21	S	La grande Sure Do		
22	M				22	S				22	S	Vente Saint-Patrick FR			21	L	PÂQUES			22	J				22	D			
23	J				23	D				23	D	Montagne Charvaz RS			22	M				23	V				23	L			
24	V				24	L				24	L				23	M				24	S	Optevoz-Carisieu DS			24	M			
25	S	Chèzeneuve Gr			25	M				25	M				24	J				25	D				25	M			
26	D				26	M				26	M				25	V				26	L				26	J			
27	L				27	J				27	J				26	S				27	M				27	V			
28	M				28	V				28	V				27	D				28	M				28	S	Aunis et Saintonge		
29	M									29	S	Fête des 45 ans FR			28	L				29	J	ASCENSION			29	D	Aunis et Saintonge		
30	J									30	D	Fête des 45 ans FR			29	M				30	V				30	L	Aunis et Saintonge		
31	V									31	L				30	M				31	S						jusqu'au 05/07		

 Randonnée
 Raquettes à neige
 FFRandonnée

 Jours fériés
 Randos villages voisins
 Familles Rurales

 Rando Yoga ou Rando Santé
 * date à définir

  				
FICHE DESCRIPTIVE		CHEZENEUVE		
DATE : 25-janv-25				
Initiée par :	GRACE	Animée par :	GRACE	
Indice d'effort =	54	E3		
				
Cotation technicité	T1	Cotation Risque	R1	
				
DESCRIPTIF :	<p>Une randonnée près de chez nous, dans "un coin" où nous n'allons pas souvent, découverte à l'occasion d'une rando-village. Un parcours varié et vallonné offrant de beaux panoramas. Sans aucune difficulté technique.</p>			
	DISTANCE RANDONNEE		ADRESSE DEPART VEZERONCE CURTIN	
	16km300		Parking école CONDORCET	
	DENIVELE POSITIF		ADRESSE DEPART RANDO	
	350m		Passe du four à pain (mairie de Chézeneuve)	
	DENIVELE NEGATIF		DISTANCE TRAJET ALLER	
	350m		COUT AR	
	POINT BAS		DURÉE TRAJET ALLER	
	386m		35 mn	
	POINT HAUT		RÉGION OU MASSIF	
	518m		Les terres froides	
			n° de carte IGN :	3132 SB
	TEMPS MARCHÉ HORS PAUSES		DUREE RANDONNEE	
	5 heures		Journée	
omeger@frvezeronce-curtin.org				



PARMILIEU "de bigues en chapits" - Samedi 15 février 2025

Initiée par :	Didier SEGURA	Animée par :	Didier SEGURA
		tel :	
Cotation effort IBP = 33		Cotation Risque	
Cotation technicité			

Randonnée au départ du village de Parmilieu dans le Nord-Isère. Une boucle d'un peu plus de 11 km qui nous permettra de découvrir le pays des "pierreux". Le parcours emprunte le "sentier des bigues" qui nous emmène dans un paysage calcaire à la végétation caractéristique. Nous découvrirons les utilisations particulières que les habitants ont faites de la pierre extraite des carrières de ce territoire.

	LONGUEUR RANDONNEE		HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE
	11,4 km		9 H 00
	DENIVELE POSITIF		Parking Espace Condorcet Vézeronce
	150 m		HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE
	DENIVELE NEGATIF		09 H 30
	150 m		Parking de la mairie à Parmilieu
	POINT BAS		DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE
	274 m		52 km 8 €
	POINT HAUT		DURÉE TRAJET ALLER
	354 m		30 mn
	TEMPS MARCHÉ HORS PAUSES		RÉGION OU MASSIF
	3h30		n° de carte IGN : 3131SB
			Meyzieu / Crémieu / Montluel
			DURÉE RANDONNÉE
			Journée

Fiche à renvoyer à : be.meger@gmail.com





















LA MONTAGNE DE LA CHARVAZ - DIMANCHE 23 MARS 2025

Initiée par :	REGIS	Animée par :	REGIS
		tel	06 64 03 49 95
Cotation effort IBP = 99		Cotation Risque	
Cotation technicité			

Au départ de Billième, un parcours en boucle entre Rhône et lac du Bourget pour découvrir la montagne de la Charvaz (1160 m) qui propose des points de vue magnifiques au coeur du cru Jongieux. Une belle randonnée assez exigeante dans les terres de Savoie pour découvrir des paysages variés, les traces d'une activité ancienne, et une terre accueillante.

	LONGEUR RANDONNEE			HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE	
	15,7 KM			08H30	
	DENIVELE POSITIF			HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE	
	1094 M			09H30	
	DENIVELE NEGATIF			DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE	
	1094 M			84 KM	10 EUROS
	POINT BAS			DURÉE TRAJET ALLER	
	396 M			50 MN	
	POINT HAUT			RÉGION OU MASSIF	
	1160 M			n° de carte IGN :	CHAMBÉRY
	TEMPS MARCHE HORS PAUSES			33320T	
	6H30			DURÉE RANDONNEE	
				JOURNEE	

Fiche à renvoyer à : be.meger@gmail.com

  				
FICHE DESCRIPTIVE		Ste-Croix en Jarez		
DATE : 05/04/2025				
Initiée par :	BERNARD	Animée par :	BERNARD	
Indice d'effort =	61	E3		
				
Cotation technicité	T2	Cotation Risque	R2	
				
DESCRIPTIF :	<p>Cette randonnée débute dans un des lieux les plus culturels du Pilat, le village médiéval de Ste Croix en Jarez. Elle emprunte le vallon du Couzon jusqu'au barrage et se poursuit par un joli parcours vallonné et boisé dans les collines du parc régional du Pilat.</p>			
	DISTANCE RANDONNEE		ADRESSE DEPART VEZERONCE CURTIN	
	15,8km		Parking école CONDORCET	
	DENIVELE POSITIF		ADRESSE DEPART RANDO	
	540m		Parking Ste Croix Accès route de Seyoux	
	DENIVELE NEGATIF		DISTANCE TRAJET ALLER	
	540m		COUT AR	
	POINT BAS		DURÉE TRAJET ALLER	
	355m		01h30	
	POINT HAUT		RÉGION OU MASSIF	
	613m		Massif du Pilat	
			n° de carte IGN :	2933 ET
	TEMPS MARCHÉ HORS PAUSES		DUREE RANDONNEE	
	5h30		Journée	
omeger@frvezeronce-curtin.org				

Renseignements :

Tél : 04 38 70 06 69

Email : isere@ffrandonnee.fr

Participation : 3 €

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée

Isère

Mercredi 16 avril 2025

Rassemblement sur la plage de Paladru
à partir de 9h30





OPTEVOZ - SAINT-JULIEN - CARISIEU - Samedi 24 mai 2025

Initiée par :	Didier SEGURA	Animée par :	Didier SEGURA
		tel :	06.88.98.31.70
Cotation effort IBP = 45		Cotation Risque	
Cotation technicité			

Randonnée au départ du village d'Optevoz dans le Nord-Isère. Une boucle de 14,7 km qui nous permettra de découvrir des paysages variés mêlant champs, sous-bois, étangs et le Château de Saint-Julien près de l'étang de Ry. Nous traverserons plusieurs hameaux de la commune de Siccieu-Saint-Julien et Carisieu avec leur architecture typique du pays de la pierre. Une randonnée avec quelques dénivelés sans grande difficulté avec de jolis points de vue.

	LONGUEUR RANDONNEE		HEURE ET LIEU DE DEPART DU COVOITURAGE
	14,7 km		8 H 30
	DENIVELE POSITIF		HEURE ET LIEU DE RENDEZ VOUS DU DÉPART DE LA RANDONNÉE
	260 m		09 H 00
	DENIVELE NEGATIF		Parking de la mairie à Optevoz
	260 m		DISTANCE TRAJET ALLER ET RETOUR ET COÛT PAR VOITURE
	POINT BAS		38 km 6 €
	284 m		DURÉE TRAJET ALLER
	POINT HAUT		25 mn
	378 m		RÉGION OU MASSIF
	TEMPS MARCHE HORS PAUSES		n° de carte IGN : 3131SB
	4h30		Meyzieu / Crémieu / Montluel
	DUREE RANDONNEE		
	Journée		

Fiche à renvoyer à : be.meger@gmail.com