



## PROGRAMMATION DES RANDONNEES PEDESTRES

Mai / Juin 2024

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP	P Départ rando	Animateur	Co-voiturage par véhicule
Mai	03	8H	V	Labalme Col du Sappel Chéland Chouin 21km 850m	87	Borne 21	AJ	20
	10			Pas de rando WE de l'Ascension				
	15	8H30	C	Salavre Dingier Poisoux 14km 610m	64	Eglise	VB	15
	17	8H	V	Oncieux Les Pézières Aranc 21,3km 860m	93	Eglise	JHP	28
	24	8H	V	Nantua La Roche Merveilleuse 17,5km 700m	78	Côtélac	VB	26
	29	8H30	V	Intriat Gorges de l'Oignin 14,6km 550m	60	Barrage d'Intriat	BL	24
	31	8h	SD	St Etienne la Varenne Sablière Saigne 19km 900m	88	Eglise	CB	32
Juin	07	8H	V	Nantua Les Monts d'Ain 16km 750m	85	Eglise de Port	BL	24
	12	8H30	V	Le Poizat Les Granges du Poizat 18km 400m	56	Ecole	VB	30
	14	8H	V	Merignat Chaux Jujurieux 19,3km 685m	75	Sortie village	DG	18
	21	8H	V	Champdor La Palud Cuvillat 18km 760m	83	Eglise	JHP	31
	26	8H30		Absence d'animateur				
	28	8H30	V	Ceyzeriat Senissiat Les Combes 16km 530m	66	Les Cygnes	AJ	6

**En bleu** : Randonnée Modérée (moins longue et moins de dénivelé que celle du vendredi)

### Co-voiturage :

**Parkings** : V (Vennes) – C (Cimetière) – SD (Gymnase de St Denis)

**Le calcul des frais** est établi par véhicule.

### Animateurs :

Bardet Chantal	CB	06 12 75 97 06
Beaudoux Véronique	VB	06 75 61 67 50
Guillard Dominique	DG	06 80 13 59 45
Juillet Alain	AJ	06 22 74 32 33
Limon Bernard	BL	06 03 56 32 69
Payre Jacques Henri	JHP	06 45 48 68 12

### Indice d'effort (IBP)

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