



AUVR

## SORTIES DU MOIS D'AVRIL 2024

DATE	RV	GPE	LIEU et Point de Départ	Distance coût covoit	NIV	DIST	DENIVELE + et -	Alt Max	Rythme	ANIMATEURS - ANIMATRICES
<b>Jeudi</b> 4 avril	<b>8h45</b>	<b>G 2</b>	Les Plans d'Hotonne (01) (Jonquilles)	194 km P : 16,20	1 2	16 km 13 km	268 m 250 m			Myriam SANNIER * Robert RAVIER
<b>Dimanche</b> 7 avril	<b>7h45</b>	<b>G 1</b>	Circuit des Châteaux Mont Luisandre 01 - LES ALLYMES	102 km P : 8,20 €	1 2	17,4 km 14,4 km	625 m 550 m	664 m 636 m	M M	Jean Luc GAMBY * Myriam SANNIER
<b>Jeudi</b> 11 avril		<b>G3</b> tous	Rando Musée Les Soieries Bonnet à JUJURIEUX (01)	INFO A VENIR						Gisèle ARNAUD Christiane et Georges LAVAL
<b>Dimanche</b> 14 avril	<b>7h45</b>	<b>G 1</b>	Entre Vercors et Drac La Merlière - LE SERT DE VIF (38)	262 km P : 26,80 €		17 km	750 m	936 m	S	Robert FERRIOL * <b>!!! INSCRIPTION PREALABLE !!!</b>
<b>Lundi</b> 15 avril	<b>8h</b> 13h	<b>matin</b> am	visite Centrale Nucléaire							Pierre BESSAULT
<b>Jeudi</b> 18 avril	<b>8h45</b>	<b>G 2</b>	Le Pilat Les Trois Dents (42)	152 km P : 2,20 €	1 2	12 km 12 km	484 m 436 m			Robert RAVIER * Myriam SANNIER Georges LAVAL
<b>Dimanche</b> 21 avril	<b>7h45</b>	<b>G 1</b>	L'Alloix ST VINCENT DE MERCUZE (38)	270 km P : 15,30 €	1 2	16,5 km 13,2 km	886 m 706 m	960 m 946 m	M M	Gilles ERED * Myriam SANNIER
<b>Jeudi</b> 25 avril	<b>13h45</b>	<b>G 3</b>	FEYZIN (69)	60 km		7 km	50 m			Alain THEOLEYRE * Nicole RUFFIN

**REGLES :** Dimanche = rythme SOUTENU (S) - rythme MODERE (M)

Groupe G2 = 1er et 3ème jeudi du mois

Groupe G3 = 2ème et 4ème jeudi du mois

**Changement d'heure :** Printemps = 1er dimanche de mai

Automne = dernier dimanche d'octobre



AUVR

## SORTIES DU MOIS DE MAI 2024

DATE	RV	GPE	LIEU et Point de Départ	Distance	NIV	DIST	DENIVELE	Alt Max	Rythme	ANIMATEURS - ANIMATRICES
<b>Jeudi</b> 2 mai	<b>8h45</b>	<b>G 2</b>	THEIZE (69)	66 km	1 2	17,4 km 13 km	480 m 320 m			Myriam SANNIER * Pascal PERRIN Georges BLETON
<b>Jeudi-Ascension</b> 9 mai	<b>13h45</b>	<b>G 3</b>	Le Montellier (01)	50 km		8 km	20 m			Alain THEOLEYRE Maurice BERTHILIER
<b>Dimanche</b> 12 mai	<b>6h45</b>	<b>G 1</b>	Le Tour du Rocher de Grand Sangle 01 CHALEY	144 km P : 8,20 €	1 2	19,9 km 12,7 km	830 m 630 m	937 m 1000 m	M M	Jean Luc GAMBY Maurice DOIX Bruno DUSART *
<b>Jeudi</b> 16 mai	<b>7h45</b>	<b>G 2</b>	RANDO PATRIMOINE + MN12km SAINT MARTIN EN HAUT 69		tous	12 km 6 km			M F	
<b>Lundi 20 - Mardi 21</b> <b>Mercredi 22</b>			Séjour VOGÛE							
<b>Jeudi</b> 23 mai	<b>13h45</b>	<b>G 3</b>	RANCÉ (01)	40 km		8 km	72 m			Evelyne DUPORT * Myriam SANNIER
<b>Dimanche</b> 26 mai	<b>6h45</b>	<b>G 1</b>	Le Pilat en boucle : Chapelle St Sabin Trois Dents - Route des Crêtes CROIX DE ST SABIN (42)	170 km	1 2	19 km 14,5 km	710 m 545 m	1425 m 1385 m	M M	Jean Luc GAMBY Myriam SANNIER Véronique PROT *
<b>Jeudi</b> 30 mai	<b>8h45</b>	<b>G 2</b>	Sommet du Rhône (69)	140 km P : 5,60 €	1 2	15,5 km 12,8 km	600 m 480 m			Jean Pierre BROSSART * Didier LACROIX Pascal PERRIN Georges BLETON

**REGLES :** Dimanche = -rythme SOUTENU (S) - rythme MODERE (M)

**ATTENTION :** changement d'heure pour le départ du G1



AUVR

## SORTIES DU MOIS DE JUIN 2024

DATE	RV	GPE	LIEU et Point de Départ	Distance	NIV	DIST	DENIVELE	Alt Max	Rythme	ANIMATEURS - ANIMATRICES
Jeudi 6 juin	7h45	G 2	SORTIE EN CAR  CIRQUE DE ST MÊME	info à venir						Véronique PROT * Myriam SANNIER Evelyne DUPORT Gilles ERED
Dimanche 9 juin	6h45	G 1	Col Vert par la Combe Charbonnière  LES CLOTS (38)	270 km P : 26,80 €		11,1 km	698 m	1766 m	M	Jean Luc CAMPAGNOLI * Bruno DUSART
Jeudi 13 juin	13h45	G 3	Poleymieux au Mont d'Or (69)	32 km		5,2 km	120 m			Myriam SANNIER * Evelyne DUPORT
Week-End 15 - 16 juin			Week-End en Refuge Refuge de Bise - VACHERESSE (74)	Voir feuillets "Refuge"						Maurice DOIX *
Jeudi 20 juin	7h45	G 2	Les Gorges de Verboix - Val d'Amby  Plateau de Larina (38)	90 km P : 6,60 €	1 2	16 km 12,5 km	376 m 320 m			Véronique PROT * Jean Luc GAMBY Pascal PERRIN Georges BLETON
Dimanche 23 juin	6h45	G 1	Belvédère "Vertige des Cimes"  LANS EN VERCORS (38)	252 km P 26,8 €	1 2	17,5 km 16 km	875 m 743 m	1710 m 1710 m	M M	Jean Luc GAMBY * Dominique ROMEDENNE
Jeudi 27 juin	13h45	G 3	de Fleurieu à Neuville (69)	20 km		6 km	60 m			Myriam SANNIER * Jean Marie MESTRE
Week-End 29-30 juin	5h45		WE AUSSOIS							

**Attention : en raison de la chaleur le départ du G2 est à 7 h 45**



AUVR

## SORTIES DU MOIS DE JUILLET - AOUT 2024

DATE	RV	GPE	LIEU et Point de Départ	Distance	NIV	DIST	DENIVELE	Alt Max	Rythme	ANIMATEURS - ANIMATRICES
Jeudi 4 juillet	7h45	G 2	ST VINCENT DE REINS (69)	150 km P : 5,60 €	1 2	16 km 12,5 km	580 m 400 m			Robert RAVIER Jean Luc GAMBY Pascal PERRIN * Georges BLETON
<b>Dimanche</b> 7 juillet	<b>6h45</b>	<b>G 1</b>	La Pinéa Col de la Charmette (38)	236 km P : 26,80 €	1 2	15,2 km 11,9 km	992 m 765 m	1749 m 1749 m	M M	Maurice DOIX Véronique PROT Robert FERRIOL *
<b>Jeudi</b> 11 juillet	<b>7h45</b>	<b>G 3</b>	Janneyrias	50 km		7,3 km	40 m			Georges LAVAL * Alain THEOLEYRE
<b>Dimanche</b> 14 juillet 2024	<b>6h45</b>	<b>G1</b>	Crête des Charmilles - Le Rocher du Pin ST LAURENT DU PONT (38)	220 km P : 21,40 €		10 km	1010 m	1640 m	S	Robert FERRIOL * <b>!!! INSCRIPTION PREALABLE !!!</b>
Jeudi 18 juillet	7h45	G 2	de Riverie aux Confins du Bozançon (69)	100 km	1 2	16 km 12 km	450 m 400 m			Véronique PROT ? * Myriam SANNIER Bruno DUSART Georges LAVAL
<b>Dimanche</b> 21 juillet	<b>6h45</b>	<b>G 1</b>	Lac de la Thuile - Roc de Tormery LA THUILE (73)	248 km P : 26,40	1 2	17,5 km 16 km	812 m 743 m	1196 m 1196 m	M M	Jean Luc GAMBY * Bruno DUSART
<b>Jeudi</b> 25 juillet	<b>7h45</b>	<b>G 3</b>	Civrieux en Dombes <b>Pique nique</b>	30 km		7 km	24 m			Evelyne DUPORT * Alain THEOLEYRE Bernard PERNETTE
<b>Week End</b> 27-28 juillet			Refuge des 7 Laux LE RIVIER D'ALEMONT (38)	voir feuillets "Refuge"						Maurice DOIX *
<b>Week End</b> 10-11 août			Refuge du Ruitor STE FOY TARENTEISE (73)	voir feuillets "Refuge"						Maurice DOIX *

**Attention : les randos de G3 se font le matin départ 7h45**



AUVR

# SORTIES DU MOIS DE SEPTEMBRE 2024

DATE	RV	GPE	LIEU et Point de Départ	Distance	NIV	DIST	DENIVELE	Alt Max	Rythme	ANIMATEURS - ANIMATRICES
<b>Dimanche</b> 1er septembre	<b>6h45</b>	<b>G 1</b>	Le Grand Rocher - Crêt du Poulet ST PIERRE D'ALLEVARD	162 km P : 39,60 €	1 2	17,3 km 14,3 km	610 m 610 m	1912 m 1912 m	M M	Jean Luc GAMBY Myriam SANNIER * Marie Claude HETZEL
<b>Jeudi</b> 5 septembre	<b>7h45</b>	<b>G 2</b>	Tour de la Vallée du Drom RAMASSE (01)	146 km P : 13,80 €	1 2	16 km 12 km	465 m 334 m			Marie Claude HETZEL * Jean Luc GAMBY Robert RAVIER Georges LAVAL
<b>Week-End</b> 7-8 septembre			Refuge de la Muzelle BOURG D'ARUD (38)	voir feuillets "Refuge"						Maurice DOIX *
<b>Jeudi</b> 12 septembre	<b>13h45</b>	<b>G 3</b>	St Maurice de Gourdans (01)	60 km		7,5 km	20 m			Alain THEOLEYRE * Nicole RUFFIN
<b>du 16 au</b> 20 septembre	<b>6 h</b>		5 jours Séjour SUPER LIORAN -CANTAL	info à venir						
<b>Jeudi</b> 19 septembre	<b>7h45</b>	<b>G 2</b>	pas d'animateur							
<b>Dimanche</b> 22 septembre	<b>6h45</b>	<b>G 1</b>	Belvédère de Pertuis - Cheminée de Fétrus ST LAURENT DU PONT (38)	218 km P : 21,40 €		10,4 km	920 m	1391 m	S	Robert FERRIOL * <b>!!! INSCRIPTION PREALABLE !!!</b>
<b>Jeudi</b> 26 septembre	<b>13h45</b>	<b>G 3</b>	Rando urbaine à Lyon	info à venir						Bernard PERNETTE * Claudine BESSAULT
<b>Dimanche</b> 29 septembre	<b>6h45</b>	<b>G 1</b>	Sommet du Pieu ou Le Bémont ST PAUL DE VARCES (38)	252 km P : 26,80 €		10,7 km	925 m	1262 m	M	Maurice DOIX * Jean Luc CAMPAGNOLI

**Attention :** Rando du G2 maintien du départ à 7h45



**AUVR**

## SORTIES DU MOIS DE OCTOBRE 2024

DATE	RV	GPE	LIEU et Point de Départ	Distance	NIV	DIST	DENIVELE	Alt Max	Rythme	ANIMATEURS - ANIMATRICES
Jeudi 3 octobre	8h45	G 2	Beaujeu (69)	130 km	1	15,2 km	660 m			Robert RAVIER *
			La Croix de Rochefort	P : 8 €	2	10,8 km	390 m			Bruno DUSART Véronique PROT ? Myriam SANNIER
Jeudi 10 octobre	13h45	G 3	Lissieu (69)	44 km		5,5 km	60 m			Myriam SANNIER * Jean Marie MESTRE
Dimanche 13 octobre	6h45	G 1	Pointe de la Gorgeat Col du Granier (73)	238 km P : 26,40 €		11 km	700 m	1476 m	M	Marie Claude HETZEL * Gilles ERED
Jeudi 17 octobre	8h45	G 2	NEUVILLE SUR AIN (01)	116 km	1	16,5 km	350 m			Jean Luc GAMBY *
				P : 9,40 €	2	14 km	280 m			Elisabeth PONTOUT Gilles ERED Dominique ROMEDENNE
Jeudi 24 octobre	13h45	G 3	Craponne (69)	40 km TEO 5 €		5,5 km	120 m			Myriam SANNIER * Maurice BERTHILIER
Dimanche 27 octobre	7h45	G 1	Le Mont Grelle ATTIGNAT-ONCIN (73)	206 km P 21,60 €		12,1 km	825	1425	M	Véronique PROT * Bruno DUSART
Jeudi 31 octobre	8h45	G 2	THURINS (69)	64 km	1	17 km	500 m			Myriam SANNIER *
				P : 5 €	2	13,8 km	400 m			Jean Pierre BROSSART Didier LACROIX Jean Luc GAMBY

**Attention : G2 retour au départ à 8 H 45**

**G1 retour au départ à 7 h 45 à partir du 3ème dimanche**

BACOT Daniel	06 20 33 28 63	
BALVERDE Jean Pierre	07 86 83 21 75	
BESSAULT Claudine	06 72 22 29 11	
BROSSART Jean Pierre	06 42 96 80 00	
CAMPAGNOLI Jean Luc	06 73 14 56 90	
DOIX Maurice	06 20 35 32 32	
DUPORT Evelyne	06 71 98 34 20	
DUSART Bruno	06 30 01 01 81	
ERED Gilles	06 03 77 73 13	
FERRIOL Robert	06 22 70 34 45	<a href="mailto:robertferriol@free.fr">robertferriol@free.fr</a>
GAMBY Jean Luc	06 41 56 31 57	
HETZEL Marie Claude	06 81 50 69 53	
LACROIX Didier	06 11 66 95 28	
LAVAL Georges	06 70 13 65 49	
MESTRE Jean Marie	06 77 86 59 22	
PERNETTE Bernard	06 49 89 74 82	
PERRIN Pascal	06 77 04 32 73	
PROT Véronique	06 66 79 72 98	
RAVIER Robert	06 72 52 19 04	
ROMEDENNE Dominique	06 04 45 52 78	
RUFFIN Nicole	06 98 23 17 17	
SANNIER Myriam	06 44 99 39 71	
THEOLEYRE Alain	06 51 38 29 73	
VRINAT Michel	06 43 82 10 24	