

Club Rando

Lundi : grande rando : Durée de 6 à 7 heures de marche dénivelés de moins de 1000 m. Allure soutenue.

Date	Lieu	Km	déniv
15/01	Malissol – St Sorlin de Vienne	19,5	360
29/01	RANDO SURPRISE		
12/02	Givors – Croix Régis	19	670
26/02	Serrieres de Briord – Seillonnaz	20	750
11/03	La Terrasse de Dorlay – Doizieu	18,5	940
25/03	Poncin - Les Vignobles	17,5	600
08/04	Chaponnay	21,5	400
22/04	Vaugneray-Col de Malval – Yzeron	19,6	830
06/05	St Chamond – Chavanne	18,5	580
20/05	St Jean le Vieux – Varey	20	700

14 et 15 Mai
Inscription au club rando pour la saison
2024-2025 au Centre social René Cassin

03/06	Corlier – Goley du Geai	18	680
04/06	RANDO SURPRISE		
17/06	Innimond – Appregnin	21	810
20/06	Réunion de bilan annuel du club à 18h		

03 et 04 Septembre : inscription au club rando pour la saison 2024-2025 au centre social René CASSIN

**Chaussures citadines ET
chaussures de marche obligatoires**

Club Rando

Mardi : petite rando : Distances de 10 à 15 km - dénivelé inférieur à 350m. Allure très modérée.

Date	Lieu	km	déniv
16/01	Chamagnieu – Sud	13	150
29/01	RANDO SURPRISE		
30/01	Sault Brenaz	13	320
13/02	Saint Marcel	12	50
27/02	Theizé	13	350
12/03	Chateaufvillain – Nord	14	300
26/03	Peyzieu sur Saone	12	80
02/04	Montanay Nord	13	260
09/04	Villemoirieu – Moirieu	11,2	320
16/04	Brindas	14	230
23/04	Brignais – Aqueducs	11	200
30/04	Septème	13	200
07/05	Groslée	14	150
14/05	Sathonay Village	13,6	240

14 et 15 Mai
Inscription au club rando pour la saison
2024-2025 au Centre social René Cassin

**Chaussures citadines ET
chaussures de marche obligatoires**

Club Rando

Mardi : petite rando : Distances de 10 à 15 km - dénivelé inférieur à 350m. Allure très modérée.

Date	Lieu	km	déniv
21/05	Jardin	13,9	290
28/05	/!\ Pas de rando /!\		
04/06	RANDO SURPRISE		
11/06	Ste Beaudille de la Tour	13	200
18/06	Alix	14	250
20/06	Réunion de bilan annuel du club à 18h		
25/06	Neuville sur Ain – Mt Olivet	13	230
02/07	Frontonas	11,1	250
03/09	Villette de Vienne	13	210

03 et 04 Septembre : inscription au club rando pour la saison 2024-2025 au centre social René CASSIN

**Chaussures citadines ET
chaussures de marche obligatoires**

Club Rando

Lundi : moyenne rando : Distances de moins de 19 km dénivelé inférieur à 600m. Allure moyenne.

Date	Lieu	km	déniv
22/01	Domarin	16,5	400
29/01	RANDO SURPRISE		
05/02	Chaponnay	17	400
19/02	Messimy – Chateaufieux	15	590
04/03	Ste Anne sur Gervonde – Culin	17,5	400
18/03	Charnay – Marcy	17	400
15/04	Mornant	16,8	580
29/04	Poncin – Cerdon	16,6	540
13/05	Oussiat – St Martin du Mont	17	330

14 et 15 Mai
Inscription au club rando pour la saison
2024-2025 au Centre social René Cassin

27/05	Crémieu – St Hilaire de Brens	15,8	430
04/06	RANDO SURPRISE		
10/06	Lamure sur Azergues	17	640
20/06	Réunion de bilan annuel du club à 18h		
24/06	St Maurice de Rotherens	15,4	520

03 et 04 Septembre : inscription au club rando pour la saison 2024-2025 au centre social René CASSIN

**Chaussures citadines ET
chaussures de marche obligatoires**