

Club d'Animation Sportive des Retraités

Maison St Anthelme, 37 rue Ste Marie – 01300 BELLEY –

Tél. : **06 41 02 44 41** – Mail : casrbelley@orange.fr



Programme : « Par Monts & Par Vaux » 2022

Pour chaque sortie le règlement intérieur de Par Mont et Par Vaux s'applique. Vous le trouverez sur le site internet du club (casrbelley.fr) ou si vous n'avez pas internet vous pouvez passer au club pour avoir un exemplaire papier. Les consignes sanitaires liées à la pandémie continuent à s'appliquer.

Nouveau tarif de covoiturage : 30 cts du km.

Pour le mois d'avril le programme vous propose une seule sortie par jeudi qui est possible pour tous en fonction de vos capacités et qui permettra de mixer les publics habituellement répartis dans des groupes différents.

Le programme de mai à septembre propose chaque jeudi 1, 2 ou 3 randos (groupe 3, groupe 2 et groupe 1), selon vos envies ou votre état de forme vous pouvez choisir celle qui vous convient le mieux.

Pour la sortie de fin de programme du 6 octobre le détail vous sera présenté en annexe ultérieurement car certaines réservations ne sont pas encore prises.

Après cette sortie les randos seront poursuivies en fonction de la météo.

Coordonnées des animateurs et responsables de randonnées

Alix Christian	07.82.73.80.41	Alix Danièle	04.79.42.11.01 06.89.45.98.20
Boget Fernande	04.79.42.14.63 07.71.67.38.75	Calmels Nicole	06.59.37.99.00
Chantrenne Alain	04.57.29.06.52 06.31.95.29.71	Durand Nicole	06.30.10.70.78
Froment Jocelyne	04.79.42.12.25 06.59.74.68.95	Garin Gérard	06.03.77.33.09
Gourmand Michel	06.11.80.88.94	Herdalot René	04.79.87.98.93 06.89.75.70.42
Jacquet Henri	04.79.87.43.33 06.86.91.94.95	Martin Jacqueline	04.79.81.21.79 06.75.50.60.79
Minetto Gérard	04.79.42.01.85 07.66.08.56.13	Moiroux Alain	06.17.02.77.62
Paillau Chantal	07.61.01.88.23	Pierrin Jean Marie	06.47.49.15.97
Vidal Serge	07.67.63.01.99	Vincent Juju	07.76.69.22.35

Jeudi 7 avril	<p>« Circuit Lucey – Jongieux » Responsables : Jocelyne, Jacqueline, Danièle Départ de Belley : 9 h 30 Départ rando : Lucey parking randonneurs Dénivelé : 360 m Durée : 5 h Distance : 12,5 km</p>
Jeudi 14 avril	<p>« Ronde de Saint Germain » Responsables : Chantal, René, Alain Moiroux, Christian Départ de Belley : 9 h 30 Départ rando : le Trappon Dénivelé : 288 m Durée : 5 h Distance : 12 km</p>
Jeudi 21 avril	<p>« Combe de Grenand » Responsables : Gérard Minetto, Fernande, Nicole Durand Départ de Belley : 9 h Départ rando : Saint Béron parking église Dénivelé : 250 m Durée : 5 h Distance : 11,5 km</p>
Jeudi 28 avril	<p>« Boucle de Seyssel » Responsables : Nicole Camels, Gérard Garin, Christian Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Seyssel maison du Haut Rhône Dénivelé : 270 m Durée : 4 h 30 Distance : 9,5 km</p>
Jeudi 5 mai	<p>Groupe 1 : « Montagne de Banges » Responsables : Jacqueline, Gérard Minetto Départ de Belley : 8 h Départ rando : Arith (Bauges) Dénivelé : 500 m Durée : 4 h 30</p>
Jeudi 12 mai	<p>Groupe 1 : « Plateau d’Hostiaz » Responsables : René, Danièle Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Hostiaz Dénivelé : 500 m Durée : 5 h 30 Distance : 14,5 km</p> <p>Groupe 2 : « Montagne de Parves » Responsables : Chantal, Jocelyne Départ de Belley : 9 h Départ rando : parcours de santé Dénivelé : 415 m Durée : 5 h Distance : 11,2 km</p> <p>Groupe 3 : « Boucle des fermes » Responsables : Christian, Henri Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : La Féclaz Dénivelé : 180 m Durée : 4 h Distance : 8,2 km</p>
Jeudi 19 mai	<p>Groupe 1 : « Le village rond d’Oncieu » Responsables : Gérard Minetto, Fernande Départ de Belley : 9 h Départ rando : Argis place du village Dénivelé : 450 m Durée : 5 h Distance : 13 km</p> <p>Groupe 2 : « Alpage du Retord » Nicole Calmels, Gérard Garin Départ de Belley : 8 h Départ rando : Cuvéry Dénivelé : 200 m Durée : 5 h Distance : 10,4 km</p>

Etre convenablement équipé ...





(bonnes chaussures indispensables)

<p>Mercredi 25 mai</p>	<p>« Rando des fleurs dans le Valromey » Pour tous Responsables : Josette, Hélène, Nicole Calmels, Nicole Durand, Christian</p> 
<p>Jeudi 2 juin</p>	<p>Groupe 1 : « Le Reculet » (Monts du Jura) Responsables : Jacqueline, Danièle Départ de Belley : 8 h Départ rando : le Tiocan / Thoiry Dénivelé : 800 m Durée : 5 h 30</p> <p>Groupe 2 : « Sur Lyand – Moiret » Responsables : Alain Chantrenne, Chantal Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : parking centre de Sur Lyand Dénivelé : 200 m Durée : 5 h Distance : 11 km</p>
<p>Jeudi 9 juin</p>	<p>Groupe 1 : « Le Cozon » Responsables : Gérard Minetto, Danièle Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Entremonts-le-Vieux parking des Oursons Dénivelé : 300 m Durée : 5 h Distance : 14 km</p> <p>Groupe 3 : « Plateau du Retord » Responsables : Henri, Christian Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Chapelle du Retord Dénivelé : 150 m Durée : 5 h Distance : 10 km</p>
<p>Jeudi 16 juin</p>	<p>Groupe 2 : « Cascade du Pissieu » Responsables : Nicole Calmels, Alain Chantrenne Départ de Belley : 8 h Départ rando : Lescheraines base de loisirs Dénivelé : 200 m Durée : 4 h Distance : 10 km</p>
<p>Jeudi 23 juin</p>	<p>Groupe 1 : « Crêt d'Eau » Responsables : Jacqueline, Michel Départ de Belley : 8 h Départ rando : Menthnières Dénivelé : 500 m Durée : 4 h 30</p> <p>Groupe 2 : « Rocher de Manettaz » Responsables : Alain Chantrenne, Jocelyne Départ de Belley : 8 h Départ rando : La Thuile salle des fêtes Dénivelé : 200 m Durée : 4 h Distance : 10 km</p> <p>Groupe 3 : « Croix du Nivolet » Responsables : Christian, Henri Départ de Belley : 8 h Départ rando : La Féclaz Dénivelé : 275 m Durée : 5 h Distance : 9 km</p>
<p>Jeudi 30 juin</p>	<p>Groupe 1 : « Sentier Gobert » (Vercors) Responsables : Jacqueline, René Départ de Belley : 7 h 30 Départ rando : Villard-de-Lans Les Espinasses Dénivelé : 400 m Durée : 4 h 15</p>



<p>Jeudi 7 juillet</p>	<p>Groupe 1 : « La Roche Veyrand » Responsables : Gérard Minetto, Nicole Durand Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Col de La Cluse (Désert d'Entremont) Dénivelé : 450 m Durée : 5 h Distance : 10 km</p> <p>Groupe 2 : « Pierre du Regardeur » Responsables : Nicole Calmels, Chantal Départ de Belley : 9 h Départ rando : Fay Dénivelé : 300 m Durée : 4 h 30 Distance : 9 km</p> <p>Groupe 3 : « Boucle de Planachat » Responsables : Christian, Henri Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Ferme Guichard Dénivelé : 300 m Durée : 5 h Distance : 9 km</p>
<p>Mercredi 13 juillet</p>	<p>Groupe 1 : « Les Balcons de Nantua » Responsables : Danièle, Nicole Durand Départ de Belley : 7 h 30 Départ rando : Nantua parking du Lac Dénivelé : 650 m Durée : 6 h Distance : 14 km</p>
<p>Jeudi 21 juillet</p>	<p>Groupe 2 (et Groupe 1) : « Le trou de l'Enfer » Responsables : Alain Chantrenne Jocelyne, Gérard Garin Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Leysse Dénivelé : 400 m Durée : 5 h Distance : 10 km</p> <p>Groupe 3 : « Autour de l'Oignin » Responsables : Henri, Christian Départ de Belley : 8 h Départ rando : Izernore Barrage d'Intriat Dénivelé : 200 m Durée : 5 h Distance : 10 km</p>
<p>Jeudi 28 juillet</p>	<p>Groupe 1 : « Boucle de La Cochette » (Bauges) Responsables : Danièle, Jacqueline Départ de Belley : 8 h Départ rando : Saint Offenge parking des Combes Dénivelé : 700 m Durée : 5 h Distance : 10 km</p> <p>Groupe 2 : « Crêtes du Revard » Responsables : Nicole Calmels, Alain Chantrenne Départ de Belley : 7 h 30 Départ rando : parking de Crolles Dénivelé : 370 m Durée : 4 h 30 Distance : 8,5 km</p>
<p>Jeudi 4 août</p>	<p>Groupe 1 : « La Pinéa » Responsables : Jacqueline, Fernande Départ de Belley : 7 h 30 Départ rando : Col de Porte (Chartreuse) Dénivelé : 500 m Durée : 5 h</p> <p>Groupe 3 : « Boucle des Platières » Responsables : Christian, Henri Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : centre de Sur Lyand Dénivelé : 260 m Durée : 5 h Distance : 9,6 km</p>
<p>Jeudi 11 août</p>	<p>Groupe 1 : « La cascade du Furet » Responsables : Gérard Minetto, Nicole Durand Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Barraux (Isère) Dénivelé : 450 m Durée : 5 h Distance : 10 km</p> <p>Groupe 2 : « Boucle sur le plateau de Jargoy » Responsables : Alain Chantrenne Nicole Calmels Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Evosges Dénivelé : 300 m Durée : 5 h Distance : 12,5 km</p>

<p>Jeudi 18 août</p>	<p>Groupe 1 : « Circuit de Crête » Responsables : Gérard Minetto, Juju Départ de Belley : 9 h Départ rando : Armix parking route d'Egieu Dénivelé : 350 m Durée : 4 h Distance : 12 km</p> <p>Groupe 2 : « La Via Gebennensis et lac de Paladru » Responsables : Chantal, Alain Chantrenne Départ de Belley : 8 h Départ rando : Le Pin (Isère) Dénivelé : 206 m Durée : 5 h Distance : 11 ;5 km</p> <p>Groupe 3 : « Monts du Jura entre Sergy et Crotz » Responsables : Henri, Christian Départ de Belley : 8 h Départ rando : Sergy Dénivelé : 170 m Durée : 5 h Distance : 10 km</p>
<p>Jeudi 25 août</p>	<p>Groupe 1 : « Croix de Chamrousse » Responsables : Jacqueline, Danièle Départ de Belley : 7 h 30 Départ rando : Chamrousse parking site nordique Dénivelé : 500 m Durée : 5 h</p> <p>Groupe 2 : « Tours Saint Jacques » Responsables : Jocelyne, Nicole Calmels Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Allèves cimetièrre Dénivelé : 350 m Durée : 4 h Distance : 7 km</p>
<p>Jeudi 1 septembre</p>	<p>Groupe 1 : « Roche de l'Eglise » Responsables : Jacqueline, Danièle Départ de Belley : 8 h Départ rando : Souclin Dénivelé : 325 m Durée : 4 h</p> <p>Groupe 3 : « Alpagnes et Lac du Mariet » Responsables : Christian, Henri Départ de Belley : 8 h Départ rando : Arith parking de Montagny Dénivelé : 280 m Durée : 5 h Distance : 9,6 km</p>
<p>Jeudi 8 septembre</p>	<p>Groupe 1 : « Rocher du Vent » Responsables : René, Nicole Durand Départ de Belley : 7 h 30 Départ rando : plan de la Lai (Beaufortin) Dénivelé : 600 m Durée : 5 h Distance : 8 km</p> <p style="text-align: center;">Frontale nécessaire</p>
<p>Jeudi 15 septembre</p>	<p>Groupe 1 : « Arbignieu et Saint Germain » Responsables : Juju, Gérard Minetto Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Arbignieu parking route de Colomieu Dénivelé : 350 m Durée : 5 h Distance : 16 km</p> <p>Groupe 2 : « Tête de la Mandallaz » Responsables : Alain Chantrenne, Nicole C Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : petite Balme de Sillingy (Hte Savoie) Dénivelé : 440 m Durée : 5 h Distance : 10 km</p> <p>Groupe 3 : « Ordonnaz » Responsables : Henri, Christian Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Ordonnaz Dénivelé : 260 m Durée : 5 h Distance : 9 km</p>

<p>Jeudi 22 septembre</p>	<p>Groupe 1 : « L'Aulp du Seuil » (Chartreuse) Responsables : Jacqueline, Michel Départ de Belley : 7 h 30 Départ rando : St Bernard du Touvet col de Marcieu Dénivelé : 760 m Durée : 5 h</p> <p>Groupe 2 : « Forêt du Corsuet » Responsables : Nicole Calmels, Alain Chantrenne Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Aix-les-Bains camping du Sierroz Dénivelé : 320 m Durée : 5 h Distance : 13 km</p>
<p>Jeudi 29 septembre</p>	<p>Groupe 1 : « Le Mont Julioz » Responsables : Gérard Minetto, Nicole Durand Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Le Châtelard parking Chez Garins Dénivelé : 610 m Durée : 5 h Distance : 12 km</p> <p>Groupe 2 : « Cascade de Luizet » Responsables : Jocelyne, Alain Chantrenne Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : Bénonces Dénivelé : 330 m Durée : 5 h Distance : 10,6 km</p> <p>Groupe 3 : « Les Chaos du Chéran » Responsables : Christian, Henri Départ de Belley : 8 h 30 Départ rando : passerelle de Cusy Dénivelé : 200 m Durée : 4 h Distance : 5,5 km</p>
<p>Jeudi 6 octobre</p>	<p>Sortie de fin de saison pour tous : Monastère Royal de Brou et Pérouges Voir annexe ultérieurement pour le programme et l'inscription</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

