

## PROGRAMME DES RANDONNEES PEDESTRES

Janvier - Février 2026

### Randonnées dites "grandes" 1/2 journée (maxi 14 km, dénivelée maxi 600 m et IBP maxi 60)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Janvier	9	13h00	C	Courmangoux - Roissiat - Carrières - Verjon - 9,5 km - D = 375 m	42	P. Place Roissiat	MS	4,10
	16	13h00	C	Verjon - Mt Verjon - Dingier - Salavre - Le Molard - 10 km - D = 360 m	46	P. Place Déportés	YD	3,90
	23	13h00	C	Cuisiat - Le Crêt - Lomont - Chapelle de Montfort - 10 km - D = 400 m	50	P. face Eglise	GP	3,90
	30	13h00	C	Meillonas - Sur Chaux - Jasseron - Mt Sancier - 11 km - D = 340 m	45	P. Pré de la Cour	YD	2,30
Février	6	13h00	V	Journans - Bois Pommier - Le Fayet - Feuilles Rouges - 9,5 km - D = 320 m	43	P. salle des Fêtes	MA	2,70
	13	13h00	C	Meillonas - Mt de Plantaglay - GR59 - La Grillière - 12,5 km - D = 400 m	46	P. Pré de la Cour	BrC	2,30
	20	13h00	V	Tossiat - Bois du Seigneur - Le Fayet - 10,5 km - D = 330 m	50	P. salle des Fêtes	PM	2,30
	27	13h00	C	Salavre - St Rémy du Mont - La Valraison - Vergongeat - 11,5 km - D = 390 m	50	P. face à Eglise	MS	4,30

### Randonnées dites "moyennes" 1/2 journée (maxi 11 km, dénivelée maxi 350 m et IBP maxi 45)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Janvier	9	13h00	C	Corveissiat - Sur Chatillon - Stèle du Maquis - Armaillets - 9 km - D = 280 m	37	P. du Tennis	BrC	5,30
	16	13h00	C	Pressiat - Bois de Mt Myon - Les Rippes - Cheignat - 8,5 km - 290 m	39	P. face Mairie	PM	3,90
	23	13h00	V	Poncin - Leymât - Menestruel - Breignes - Merignat - 10 km - D = 260 m	40	P. de Leymât	MS	5,70
	30	13h00	C	Bourcia (39) - Civria - Poisoux - Lanéria - 11 km - D = 250 m	42	P. face à Eglise	GP	5,30
Février	6	13h00	V	St Martin du Mont - Le Doray - Mt de la Vavre - Mt Turgon - 9 km - D = 280 m	38	P. sous la Croix	BeC	2,90
	13	13h00	V	Neuville sur Ain - Fromente - Arturieux - Planche - Rappe - 11 km - D = 240 m	35	P. de Fromente	YD	5,10
	20	13h00	C	Drom - Mt de la Rousse - Le Crêt - Montmerle - 10,5 km - D = 280 m	40	P. vers l'Eglise	BeC	2,90
	27	13h00	V	St Martin du Mont - Gravelles - Confranchette - Soblay - 10,5 km - D = 300 m	39	P. sous la Croix	MA	2,90

### Randonnées dites "petites" (maxi 10 km, dénivelée maxi 150 m et IBP maxi 35)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Janvier	9	13h15	SD	St André le Bouchoux - Cadalle - Etang Neuf - Berger - 9,5 km - D = 10 m	24	P. du Village	GP	3,10
	16	13h15	C	Villemotier - Mont Desert - Mont Follet - Le Fay - 9,5 km - D = 80 m	17	P. de l'Eglise	MA	3,50
	23	13h15	C	Cras - Les Fourches - Bizadan - Balvay - 9,5 km - D = 60 m	27	P. place du Marché	BB	2,90
	30	13h15	C	Etrez - Arboretum - La Vieille Ronge - 9,5 km - D = 60 m	25	P. de l'Eglise	PM	3,90
Février	6	13h15	C	St Sulpice - Grand Guillaume - Montet - Chazette - 10 km - D = 75 m	27	P. de la Mairie	MS	4,70
	13	13h15	SD	Dompierre sur Veyle - Le Mas Cavet - Les Blanchères - 11 km - D = 50 m	28	P. du Stade	BeC	3,50
	20	13h15	C	Jasseron - Bois de Sancier - Les Oeures - Sancier - 10,5 km - D = 95 m	29	P. des Bénonières	BB	2,70
	27	13h15	V	Neuville sur Ain - Oussiat - Pont d'Ain - Tour Thol - 13 km - D = 140 m	35	P. du Pont	BrC	4,90

Le covoiturage est réalisé sous la responsabilité des participants - Il est organisé hors responsabilité du club

Co-voiturage organisé à partir des parkings soit :

du cimetière de Bourg  
de la chapelle des Vennes  
ou du gymnase de Saint Denis les Bourg

C  
V  
SD

Le calcul des frais de co-voiturage est fait sur la base de 4 personnes par voiture,

### Raquettes à neige

	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
(*)	9h30	V	Lalleyriat - Le Ris - La Lavanche - La Conay - Pré Pierre - 12 km - D = 480 m	58	P. du Lac	YD + BrC	11,30

(\*) Date en fonction de l'enneigement

#### Animateurs :

Auger Martine	MA	06 75 89 39 71
Baud Brigitte	BB	06 88 98 13 27
Convert Bernard	BeC	06 47 15 55 49
Corat Brigitte	BrC	06 18 18 15 34
Drot Dominique	DD	06 13 12 49 45
Ducongé Yves	YD	06 10 62 10 64
Malessard Pascal	PM	07 85 85 40 12
Perrin Gérard	GP	06 80 11 85 10
Sala Michel	MS	06 45 98 20 27

#### (1) Indice d'effort (IBP)

Les randonnées sont classées en fonction du score en 5 couleurs (pour une préparation physique moyenne)

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



## PROGRAMME DES RANDONNEES PEDESTRES (suite)

Janvier Février 2026

Randonnées dites "douces" (maxi 6 km , maxi 80 m de dénivelée)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Janvier	9	13h30	C	Viriat - Lingeat - Chassignoles - Les Vignes - 5,7 km - D = 40 m	18	P. salle des Fêtes	DB	1,20
	16	13h30	C	Meillonas - Sanciat - Le Mollard - 5,7 km - D = 85 m	19	P. Pré de la Cour	DB	2,30
	23	13h30	V	Bourg en Bresse - Chapelle - Le Bosquet - 5,1 km - D = 40 m	15	P. des Vennes	DB	0,00
	30	13h30	V	Montagnat - Noires Fontaines - Les Mortes - 5,5 km - D = 25 m	16	P. de Noirefontaine	DB	0,80
Février	6	13h30	C	Viriat - But - Les Gallets -, Grangeat - 5,2 km - D = 50 m	16	P. chemin de But	DB	1,90
	13	13h30	C	Meillonas - La Razza - Mas de la Ville - Moulin de la Serre - 5,4 km - D = 50 m	19	P. Etang de la Razza	DB	2,30
	20	13h30	V	Péronnas - Gros Chêne - Trace Platane - Carronnières - 5,6 km - D = 30 m	17	P. du Gros Chêne	DB	0,60
	27	13h30	SD	Vandeins - La Croix - Corbin - Les Rognards - 5,5 km - D = 60 m	18	P. rue de la Mairie	DB	2,10

### Animateurs :

Brazier Daniel	DB	06 33 41 68 74
----------------	----	----------------