

PROGRAMME DES RANDONNEES PEDESTRES

Mars - Avril 2026

Randonnées dites "grandes" (maxi 25 km , maxi 1000 m de dénivelée et IBP maxi 95)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Mars	6	13h00	V	Merignat - Combe Chabot - Vieillard - Chaux - 10 km - D = 350 m	2	P. du Village	MA	6,60
Avril	10	8h30	SD	Odenas (69) - Trou du Loup - La Poyebade - Mont Brouilly - 17,5 km - D = 610 m	3	P. de la Mairie	BrC	10,10
	17	8h30	V	Argis - Plomb - Arandas - Indrieux - 17 km - D = 700 m	3	P. des Jeux de Boules	YD	10,70

Randonnées dites "moyennes" journée (maxi 16 km, dénivelée maxi 600 m et IBP maxi 70)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Mars	13	9h00	C	Chancia (39) - Bois de Cezinet - Montcusel - 13 km - D = 490 m	3	P. rue du Village	BrC	8,80
	20	9h00	C	St Hymetière (39) - Genod - Valouse - La Carbone du Bœuf - 14 km - D = 320 m	2	P. vers l'Eglise	GP	9,20
	27	9h00	C	Verzé (71) - L'Echanaut - Le Clou - Roche Coche - La Belouse - 15 km - D = 480 m	3	P. route d'Igé	MA	10,10
Avril	3	9h00	C	Chatonnay (39) - Boissière - Tour Tempière - Quinquenouille - 14 km - D = 530 m	3	P. vers l'Eglise	YD	10,10
	24	9h00	(1)	Dijon (21) - Découverte de la ville - Les bords de l'Ouche - Lac Kir - 14,5 km		Gare de Dijon		

Randonnées dites "moyennes" 1/2 journée (maxi 13 km, dénivelée maxi 450 m et IBP maxi 50)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur (*)	Co-voiturage
Mars	6	13h00	C	Coligny - Plateau de Vergongeat - Les Jonquilles - 8 km - D = 190 m	2	Plateau de Vergongeat	BeC	5,10
	13	13h00	V	Ambérieu en Bugey - Château St Germain - Lac Bleu - 10,5 km - D = 410 m	2	P. centre commercial	PM	6,20
	20	13h00	V	Poncin - Leymiat - Menestruel - Breignes - Merignat - 10 km - D = 260 m	2	P. de Leymiat	MS	5,70
	27	13h00	C	Bourcia (39) - Civria - Poisoux - Lanéria - 11 km - D = 250 m	2	P. face à Eglise	GP	5,30
Avril	3	13h00	C	Corveissiat - Sur Chatillon - Stèle du Maquis - Armaillets - 9 km - D = 280 m	2	P. du Tennis	BrC	5,30
	10	13h00	V	Neuville sur Ain - Allement - Poncin - 12 km - D = 90 m	2	P du Pont	PM	4,90
	17	13h00	V	St Jean le Vieux - Varey - Roche Fendue - 12 km - D = 300 m	2	P. derrière Mairie	GP	5,10

Randonnées dites "petites" (maxi 13 km , dénivelée maxi 200 m et IBP maxi 40)

Mois	Jour	Départ	P	Secteurs prévus	IBP (1)	Parking départ rando	Club ou Animateur	Co-voiturage
Mars	6	13h15	C	Cras sur Reyssouze - Les Fourches - Bizadan - Balvay - 9,5 km - D = 60 m	2	P. place du Marché	BB	2,90
	13	13h15	C	St Nizier le Bouchoux - Petit Mepillat - Etang Pontremble - 10,5 km - D = 70 m	2	P. Plan d'eau Mepillat	BeC	6,80
	20	13h15	V	Château Gaillard - Les Brotteaux - Le Huyron - 10,5 km - D = 45 m	2	P. salle des fêtes	YD	6,20
	27	13h15	C	Marboz - Grange des Bois - Bramafan - 9 km - D = 30 m	2	Place du Marché	PM	3,10
Avril	3	13h15	SD	Chaneins - Etang de Prèle - Valeins - Ferme de l'Etang - 10 km - D = 65 m	2	P. derriere Eglise	MS	6,40
	10	13h15	C	St Julien sur Reyssouze - Privage - Brouillard - Pérouse - 10,5 km - D = 70 m	2	P. route Lescheroux	BeC	5,10
	17	13h15	C	Ozan - Poncelet - La Saône - Asnière - 11 km - D = 35 m	2	P. salle des Fêtes	MA	7,80
	24	06h15	(1)	Dijon (21) - Découverte de la ville - 6,2 km	1	Gare de Dijon		

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



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

(1) Gare de Bourg en Bresse

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) → 1	Facile
Bleu (de 26 à 50) → 2	Assez facile
Orange (de 51 à 75) → 3	Peu difficile
Rouge (de 76 à 100) → 4	Assez difficile
Noir (> 100) → 5	Difficile



PROGRAMME DES RANDONNEES PEDESTRES (suite)

Mars - Avril 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
Mars	6	13h30	C	Viriat - Les Vignes - Lingeat - Chassignoles - 5,7 km - D = 40 m	1	P. salle des fêtes	DB	1,20
	13	13h30	SD	Buellas - Corgenon - Teyssonnière - Petit Corgenon - 5,9 km - D = 60 m	1	P. de Corgenon	DB	1,20
	20	13h30	V	Lent - Boudon - La Planche - St Pierre - 5,4 km - D = 40 m	1	P. de la Salle des fêtes	DB	2,10
	27	13h30	C	Treffort - Les Pilles - Les Tabourets - Moulin Thorel - 5,4 km - D = 70 m	1	P. Etang des Pilles	DB	3,30
Avril	3	13h30	C	Cras sur Reyssouze - Les Sablons - L'Ange - 5,5 km - D = 20 m	1	P. place du Marché	DB	2,90
	10	13h30	C	Viriat - Majornas - Le Buidon - La Perrinche - 5,5 km - D = 25 m	1	Giratoire Perrinche	DB	0,60
	17	13h30	SD	St Paul de Varax - La Bussière - La Carronnière - Veillère - 5,6 km - D = 50 m	1	P. du Cimetière	DB	2,90
	24	13h30	C	Jasseron - Les Bénonières - Les Bruyères - 5,4 km - D = 30 m	1	P. Etang Bénonières	DB	2,10

Animateurs :

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