



Programme des randonnées pédestres RSCB Septembre/ Octobre 2026-D

	11/09/2026	18/09/2026	25/09/2026	02/10/2026	09/10/2026	16/10/2026	23/10/2026	30/10/2026
Randonnées Douces 1/2 Journée	Viriat But, étang Gonin, Voie Royale	St Rémy, Champ Bonnet, Les Picollets	Meillonas, Moulin de la Serre, Mas de la ville	Tossiat, Mulaty, Les Dicars, Le stade	Viriat, champ Pataule	AG	Jasseron, Maisons rouges	Cras sur Reyssouze, Les Sablons, L'Ange
Paramètres et IBP	5,1km-D=40m 1	5,2km D=40m. 1	5,4km D=40m. 1	5,3km D=40m 1	5,4km D=40m 1		5,6 km D=40m 1	5,5km D=40m. 1
Animateur	DB	DB	DB	DB	DB		DB	DB
Parking covoit	Cimetière	Saint Denis	Cimetière	Vennes	Cimetière		Cimetière	Cimetière
Heure départ	9H00	9H00	9H00	9H00	9H00		9H00	9H00
Parking rando	P. chemin de But	P de la mairie	P. etang de la Raza	P. Salle des fêtes	P. champ Pataule		P. De la Mairie	P. du marché
Covoiturage	€ 2,10	€ 0,70	€ 2,50	€ 2,60	€ 2,00		€ 1,90	€ 3,40
Petites Randonnées 1/2 journée	Illiat, Les Janins, Tang,Trève le Vô les Cents coupées	St André de Corcy, Vieux Marseille, étang Vavres, Balzat	Dompierre sur Chalaronne, Villesollier, Le Moulin, La Laye	Meximieux, étang de l'Aubépin, Pérourge	Etrez, Corcelles, Guelin	AG	St Etienne sur Reyssouze, Moulin Besace, Montmain,moulin Haute serve	Baneins, Chapollard, Bereins, Mons, les Bois
Paramètres et IBP	9,6km D=60m 2	11km D=50m 2	12km D=100 2	8,4km D=110m 2	9,5km D=40m. 2		11km D=100 2	11km D=95 2
Animateur	MA	BeC	BeC	PM	GP		MS	BB
Parking covoit.	Saint Denis	Saint Denis	Saint Denis	Vennes	Cimetière		Cimetière	Saint Denis
Heure départ	13H15	13H15	13H15	13H15	13H15		13H15	13H15
Parking rando	Salle des associations rue du Bourg	P Pierre Bernard face Mairie	P; vers Mairie	P Norauto Meximieux	P. a coté de l' Église		P du stade	P place de l'avenir Baneins
Covoiturage	€ 6,20	€ 8,70	€ 6,20	€ 8,10	€ 4,10		€ 7,80	€ 6,00
Moyennes randonnées 1/2 journée	St Denis en Bugey, Croix Baltazar, Mt de Colloberge, Ambutrix	Conflans, Mont Didier, Marsonnas, St Maurice d'Echazeaux	Douvres, Château des Allymes, terrain moto cross	Chevreaux (39) Chatel, Croix de Gizia, Chatey à lait	Cize, rivière d'Ain, Romanèche	AG	Germagnat, La Chanaz, Les Tempes, Toulangeon	Poncin, Pierre Feu, Chenavel
Paramètres et IBP	11,5km D=340m. 2	11km D=340m 2	11,5 km D=390m 2	11km D=400m 2	10,4km D=140m 2		10,5km D=320m 2	10,6km D=213m 2
Animateur	BrC	GP	YD	MS	PM		YD	PM
Parking covoit.	Vennes	Cimetière	Vennes	Cimetière	Cimetière		Cimetière	Vennes
Heure départ	13H00	13H00	13H00	13H00	13H00		13H00	13H00
Parking rando	P. tour st Denis en Bugey	P du lac Conflans. RD936	P. de l'église	P; du chateau de Chevreaux	P. de l'église		Chemin du Raisonnier vers église	P foyer rural de Poncin
Covoiturage	€ 7,40	€ 7,10	€ 6,20	€ 9,20	€ 5,80		€ 5,80	€ 6,00
Moyennes randonnées à la journée	Lacenas (69). Cogny. Jarnioux	Verzé (71) L'Echanault, Roche-Coche, La Belouse, Lapalue	Plagne, Lac Genin	Fétigny (39). Lac de Viremont, Montadroit		AG	Odenas (69), St Etienne de Varenne, trou du loup, Cht Pierreux Mont Brouilly	Senozan(71), Clessé, Laizé, Charbonnière
Paramètres et IBP	13,5km D=350m 2	14,7Km D=420m 3	15,5km D=500m 3	13,7km D=427m 3			15km D=550m 3	17,6 km D=260m 2
Animateur	MS	MA	GP	BeC			BrC	MA
Parking covoit	Saint Denis	Cimetière	Cimetiere	Cimetiere			Saint Denis	Cimetière
Heure départ	Journée 9H00	Journée 9H00	Journée 9H00	Journée 9H00			Journée 9H00	Journée 9H00
Parking rando	P; de la mairie	P. Route d'Igé	P. Centre village	P. Église			P. de la mairie	P de la mairie
Covoiturage	€ 12,70	€ 12,40	€ 13,30	€ 11,70			€ 11,50	€ 10,50
Grandes randonnées 1/2 journée ou journée					Chézery- Forens LesLavanches Chalets de Lachat, Le Serras, le Bugnon le Reculet	AG		
Paramètres et IBP					12,5 km D=780m 3			
Animateur					BrC			
Parking covoit					Vennes			
Heure départ					Journée 8H30			
Parking rando					P le Revenet			
Covoiturage					€ 18,90			
		18/09/2026	25/09/2026	02/10/2026	09/10/2026	16/10/2026	23/10/2026	30/10/2026



Paramètres maxi des randonnées pédestres à la RSCB			
Type randonnée	Distance maxi	Dénivelé maxi	IBP maxi
Randonnée dite « Douce » en 1/2 Journée	6 km	80 m	25
Randonnée dite « Petites » en 1/2 journée	13 km	200 m	40
Randonnée dite « moyenne » en 1/2 journée	13 km	450 m	50
Randonnée dite « moyennes » à la journée	16 km	600 m	70
Randonnée dites « Grande » 1/2 journée et journée	25 km	1000 m	95

Les animateurs randonnées :		
Nom prénoms	Initiales	Téléphones
Auger Martine	MA	Consultables sur le site RSCB depuis l'espace adhérents
Baud Brigitte	BB	
Brazier Daniel	DB	
Convert Bernard	BeC	
Corat Brigitte	BrC	
Drot Dominique	DD	
Ducongé Yves	YD	
Malessard Pascal	PM	
Perrin Gérard	GP	
Sala Michel	MS	

Indice d'effort (IBP)	
Les randonnées sont classées en fonction du score en 5 couleurs (pour une préparation physique moyenne) Les paramètres des randos dans le programme page précédente sont surlignés avec les couleurs et les chiffres liés à la difficulté sont	
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

Co-voiturage
Le covoiturage est organisé sous la responsabilité des participants il démarre depuis les parkings (Vennes, cimetière et saint Denis) jusqu'au parking des randonnées aller et retour . Le tarif de covoiturage est calculé sur la base de 4 personnes par voiture et avec 0,46 €/km

Consignes permanentes des randonnées pédestres à la RSCB
Sur le parking de co-voiturage merci d'arriver 1/4 d'heure avant l'heure de départ pour assurer le pointage et organiser les voitures. Au départ de la randonnée merci de limiter les bavardages et d'écouter la présentation de l'animateur afin de connaître les consignes de sécurité, les horaires et les caractéristiques de la randonnée (Dénivelé, types de chemins, difficultés éventuelles...) En cours de randonnée l'animateur donne le rythme en fonction de la capacité des randonneurs et du type de randonnée . C'est également l'animateur qui fixe les arrêts (Boissons , besoins naturels, pause banane...). Si vous avez de bonnes jambes vous pouvez prendre de l'avance sur le groupe tout en restant à vue et en vous arrêtant pour regroupement et aux intersections. Si au contraire vous avez des problèmes merci d'en avertir l'animateur et/ou le serre file : En aucun cas on abandonne le groupe sans autorisation préalable (y compris pour arriver plus vite aux voitures) . De manière général essayez de ne pas trop ralentir le groupe en bavardant trop. Au contraire profitez des paysages et des bruits de la nature. Pour finir soyez courtois et bienveillant vis à vis des animateurs, des serres files et des assistants qui s'impliquent bénévolement pour votre plus grand plaisir .