

Randonnée Pédestre

Une année de sentiers

Programme annuel de SORTIES



SAISON 2018

Randonnez toute l'année avec



Les **GRISEMOTTES**
St Germain Nuelles



Club convivial OUVERT A TOUS accueillant de nouveaux randonneurs de tous niveaux

N'hésitez pas à intégrer l'équipe des marcheurs

Nous essayons au maximum de proposer un programme attractif et varié pour satisfaire au mieux les participants.

Ces RANDONNEES organisées par le club sont
OUVERTES à tout public. Vous pouvez **PARTICIPER**

SAINT GERMAIN NUELLES

DIMANCHE 18 MARS 2018

Randonnée pédestre pour tous

45ème rassemblement pédestre des Grisemottes

CHOIX DE PARCOURS - Circuits HANDI - RAVITAILLEMENTS VARIÉS - PARCOURS LUDIQUE POUR ENFANTS - RECOMPENSES pour les enfants - ASSIETTE CAMPAGNARDE à un point PAUSE

SAINT GERMAIN NUELLES

SAMEDI 21 JUILLET 2018

Balade sous les étoiles

Départ en soirée à 21 h 30 - Repas fraîcheur - Inscription à l'avance conseillée

SAINT GERMAIN NUELLES

SAMEDI 13 OCTOBRE 2018

Portes ouvertes "INFO RANDO" - rando pour tous

Balade des premiers pas - souscription licence club + ffr

Découverte du club à partir de 14 heures foyer communal - Prise de contact - Marche initiation club - EXPO Peintres

FEURS - SAINT GERMAIN NUELLES

SAMEDI 27 OCTOBRE 2018

la Grande Traversée

Classique sur longue distance - randonnée de 48 kilomètres avec des départs intermédiaires
ouverte à toutes les catégories (coureurs - trailers - runners - joggers)

Venez nombreux à ces rencontres de randonnée ouvertes à tous
et faites les découvrir à d'autres randonneurs

Les autres ACTIVITES

MARCHE NORDIQUE : programme particulier

Les GRIS'BALADES : randonnée balade douce certain dimanche.

SENTIERS LUDIQUES pour enfants et familles : Suivez les pas de GRIZ'LOUP

à consulter sur le site du club, vous pouvez emmener vos enfants ou petits enfants à la découverte du sentier

SITE INTERNET : <http://www.lesgrisemottes-rando.org>

NETTOYAGE des SENTIERS : Plusieurs matinées de nettoyage sont prévues pour entretenir le circuit permanent du club, demandez le programme pour participer à ces travaux.

Pour ceux qui veulent intégrer le club, la meilleure façon c'est de participer aux sorties club.

Alors n'hésitez pas à nous rejoindre et à adhérer au club des GRISEMOTTES.

Pour vous inscrire à nos sorties, n'hésitez pas à contacter le club

REUNION PERMANENCE le dernier vendredi du mois

pour s'inscrire, pour se tenir informé, pour connaître les randonneurs, pour participer aux rencontres

En souscrivant sa licence auprès du club des Grisemottes, l'on peut randonner toute l'année

Découvrez notre région, par de multiples randonnées

<u>SAMEDI 6 JANVIER 2018</u>	PARIS - voyage autocar	RANDO - SORTIE CLUB	*
<u>VENDREDI 12 JANVIER 2018</u>	TERNAND	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>VENDREDI 12 JANVIER 2018</u>	REUNION A 20 H	TIRAGE DES ROIS	
<u>JEUDI 1 au DIMANCHE 4 FEVRIER 2018</u>	CROIX DE BAUZON au MONT MEZENC	RAQUETTES SEJOUR ITINERANT	*
<u>VENDREDI 9 FEVRIER 2018</u>	LA TOUR DE SALVAGNY	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>SAMEDI 10 FEVRIER 2018</u>	SAINT GERMAIN	APRES MIDI RECREATIVE	*
<u>DIMANCHE 18 FEVRIER 2018</u>	PANISSIERES	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
<u>VENDREDI 23 FEVRIER 2018</u>	REUNION A 19 H	PREPARATION RANDO MARS	
<u>VENDREDI 9 MARS 2018</u>	SAINTE CONSORCE	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>DIMANCHE 18 MARS 2018</u>	RANDONNÉE de PRINTEMPS ouverte à tous	VOIR L'ENCART	*
<u>VENDREDI 23 MARS 2018</u>	THEIZE	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>DIMANCHE 25 MARS 2018</u>	SAINT MARTIN LA PLAINE	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
<u>DIMANCHE 8 AVRIL 2018</u>	LENTILLY	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
<u>DIMANCHE 8 AVRIL 2018</u>	GREZIEU LE MARCHE	GRIS'BALADES	
<u>VENDREDI 13 AVRIL 2018</u>	LETRA	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>SAMEDI 14 AVRIL 2018</u>	NUELLES	ASSEMBLEE GENERALE	
<u>SAMEDI 21 AVRIL 2018</u>	LYON	RANDONNÉE CITADINE	*
<u>VENDREDI 27 AVRIL 2018</u>	SAINT LOUP	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>SAMEDI 28 AVRIL au MARDI 1 MAI 2018</u>	LES CALANQUES DE CASSIS	SEJOUR	*
<u>JEUDI 10 MAI au DIMANCHE 13 MAI 2018</u>	ST GERMAIN L'HERM (PUY DE DOME)	SEJOUR GITE	*
<u>VENDREDI 11 MAI 2018</u>	ANCY	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>VENDREDI 25 MAI 2018</u>	COGNY	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>SAMEDI 26 MAI 2018</u>	BALISAGE CIRCUIT PERMANENT	BARBECUE	
<u>SAMEDI 2 JUIN 2018</u>	GRAND PARCOURS - TOUR MONT DU LYONN GRANDE DISTANCE		*
<u>LUNDI 4 JUIN au JEUDI 7 JUIN 2018</u>	ORCIVAL - PUY DE DOME	SEJOUR HOTEL	*
<u>VENDREDI 8 JUIN 2018</u>	SAVIGNY	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>DIMANCHE 10 JUIN 2018</u>	BRULLIOLES	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
<u>DIMANCHE 10 JUIN 2018</u>	SAIN BEL	GRIS'BALADES	
<u>VENDREDI 22 JUIN 2018</u>	COURZIEU	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>DIMANCHE 24 JUIN 2018</u>	MARCILLY D'AZERGUES	RANDONNÉE PIQUE NIQUE	
<u>LUNDI 2 JUILLET au SAMEDI 7 JUILLET 2018</u>	SAMOENS (SIXT FER A CHEVAL)	MONTAGNE SEJOUR ITINERANT	*
<u>SAMEDI 21 JUILLET 2018</u>	BALADE SOUS LES ETOILES	VOIR L'ENCART	*
<u>MERCREDI 25 au JEUDI 26 JUILLET 2018</u>	REFUGE DE L'ALPE DU PIN	MONTAGNE SEJOUR REFUGE	*
<u>LUNDI 30 JUILLET au SAMEDI 4 AOUT 2018</u>	ST HILAIRE (DOUBS)	SEMAINE RANDO - GITE	*
<u>MERCREDI 15 AOUT 2018 (Départ 6 H)</u>	VOIRON	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
<u>VENDREDI 24 AOUT 2018</u>	SAINT ROMAIN DE POPEY	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
<u>LUNDI 3 au VENDREDI 7 SEPTEMBRE 2018</u>	MORVAN MONT BREUVAY	SEJOUR GITE	*
<u>SAMEDI 8 SEPTEMBRE 2018</u>	ST GERMAIN NUELLES	FORUM des ASSOCIATIONS	

<u>VENDREDI 14 SEPTEMBRE 2018</u>	<u>SAINTE PAULE</u>	RANDONNÉE EN APRES MIDI
<u>SAMEDI 15 SEPTEMBRE 2018</u>	<u>RANDAN PUY DE DOME</u>	VOYAGE CLUB (sous réserve)
<u>DIMANCHE 23 SEPTEMBRE 2018</u>	<u>VILLEREST</u>	RANDONNÉE A LA JOURNÉE
<u>VENDREDI 28 SEPTEMBRE 2018</u>	<u>BRUSSIEU</u>	RANDONNÉE EN APRES MIDI
<u>VENDREDI 12 OCTOBRE 2018</u>	<u>LE BREUIL</u>	RANDONNÉE EN APRES MIDI
<u>VENDREDI 12 OCTOBRE 2018</u>	<u>REUNION GT A 20 H</u>	PREPARATION GRANDE TRAVERSEE
<u>SAMEDI 13 OCTOBRE 2018</u>	<u>PORTES OUVERTES RANDONNÉE pour tous</u>	VOIR L'ENCART - Prise LICENCES
<u>VENDREDI 19 OCTOBRE 2018</u>	<u>REUNION MOIS A 20 H</u>	REUNION
<u>VENDREDI 26 OCTOBRE 2018</u>	<u>SAINT ROMAIN DE POPEY</u>	RANDONNÉE EN APRES MIDI
<u>VENDREDI 26 OCTOBRE 2018</u>	<u>SAINT GERMAIN</u>	MISE EN PLACE GRANDE TRAVERSE
<u>SAMEDI 27 OCTOBRE 2018</u>	<u>FEURS - ST GERMAIN - Grande Traversée</u>	VOIR L'ENCART
<u>VENDREDI 9 au LUNDI 12 NOVEMBRE 2018</u>	<u>ARDECHE</u>	SEJOUR GITE
<u>VENDREDI 9 NOVEMBRE 2018</u>	<u>CHASSELAY</u>	RANDONNÉE EN APRES MIDI
<u>DIMANCHE 18 NOVEMBRE 2018</u>	<u>REGNIE DURETTE</u>	RANDONNÉE A LA JOURNÉE
<u>VENDREDI 14 DECEMBRE 2018</u>	<u>LIEU A DEFINIR</u>	RANDONNÉE EN APRES MIDI
<u>DIMANCHE 16 DECEMBRE 2018</u>	<u>LACHASSAGNE</u>	BALADE DE NOËL EN APRES MIDI

* rencontre avec participation financière

Les **DIMANCHES sans sortie "club"** participation aux randonnées de village tous les dimanches, rendez vous à 7 h 45 pour covoiturage du parking de l'église de St Germain (départ parfois à 6 h 45). Renseignez vous lors des réunions.

Les **randonnées du vendredi** sont programmés en après midi, le point de rassemblement est la Parking de l'église de ST GERMAIN SUR L'ARRBESLE à 13 heures pour une randonnée d'environ 3 heures et autour de 10 kilomètres

Les **randonnées du dimanche** (sorties club) sont programmés pour la journée, le point de rassemblement est la Parking de l'église de ST GERMAIN SUR L'ARRBESLE à 8 heures pour une randonnée d'environ 6 heures et supérieure à 20 kilomètres.

Nouvelauté : **les Gris'Balades**, randonnée douce le dimanche départ plus tardif et kilométrage réduit

Pour vous faire un opinion sur la pratique de la randonnée dans le club des Grisemottes, PRENEZ part à des sorties organisées, cela facilite l'intégration et vous permet de connaître les randonneurs.

Le club des Grisemottes distribue la LICENCE FF Randonnée

Conformément aux statuts FFR, après deux sorties, la licence est obligatoire. Un certificat médical de non contre indication à la pratique de la randonnée est obligatoire.

Attention, des modifications peuvent intervenir dans les dates, pour cela n'oubliez pas d'assister aux réunions mensuelles.

Vous pouvez INVITER vos amis marcheurs à prendre part à des sorties pédestres du club, pour peut être les convaincre d'adhérer au club des Grisemottes.

Pour faire progresser l'association, COMMUNIQUEZ le plus possible sur les organisations du club et sur le programme de sorties pédestres, tout cela pour maintenir le nombre d'adhérents et la bonne gestion de l'association.



BONNE ANNEE de randonnée sur les sentiers.

Pour vous inscrire à ces différentes rencontres, demandez les feuillets d'inscription auprès du club ou vous téléchargez les sur le site du club : <http://www.lesgrisemottes-rando.org>

Assistez à la REUNION PERMANENCE du dernier vendredi du mois à 20 heures au foyer communal.

Pour faciliter la gestion des inscriptions des séjours et connaître le suivi de votre inscription (participation validée en fonction du nombre de places)

Essayez au maximum de vous faire inscrire lors des réunions permanence.

La réalisation du PROGRAMME se fait grâce à l'implication des chargés d'itinéraires, nous pouvons les remercier.

Si vous voulez consacrer du temps, à votre tour, investissez vous dans la vie du club, nous recherchons des bénévoles pour nos différentes activités : ACCOMPAGNEMENT des randonneurs, ORGANISATION de nos manifestations, etc...

Informez nous de vos intentions lors de la réunion mensuelle, nous pouvons vous aider pour les premiers encadrements.

CONTACT : Les GRISEMOTTES club FF randonnée 180 Chemin du Moulin 69210 ST GERMAIN NUELLES

Site internet : www.lesgrisemottes-rando.org - E-mail : lesgrisemottes@free.fr