

## PROGRAMME ANNUEL de SORTIES

Année 2022

1ère VERSION - compléments d'info à apporter



Sillonnez les sentiers et  
randonnez toute l'année avec



**Les GRISEMOTTES  
St Germain Nuelles**



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

Construisons ensemble des chemins de liens

Site internet : [www.lesgrisemottes-rando.org](http://www.lesgrisemottes-rando.org) - E-mail : [contact@lesgrisemottes-rando.org](mailto:contact@lesgrisemottes-rando.org)

Découvrez nos régions, par de multiples randonnées

DATE	LIEU	DESIGNATION	COUT
VENDREDI 14 JANVIER 2022	ST JULIEN SUR BIBOST	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
DIMANCHE 23 JANVIER 2022	LEU A DÉFINIR - En attente de ch	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
VENDREDI 28 JANVIER 2022	FOYER COMMUNAL ST GERMAIN	REUNION PREPARATION RANDO MARS	
VENDREDI 4 FÉVRIER AU DIMANCHE 6 FÉVRI RAQUETTES : PLATEAU DU RETROD	SEJOUR RAQUETTES		
VENDREDI 11 FÉVRIER 2022	ST FORGEUX	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
SAMEDI 12 FÉVRIER 2022	FOYER COMMUNAL ST GERMAIN	APRES MIDI RECREATIVE	
DIMANCHE 20 FÉVRIER 2022	LEU NON CONNU	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
VENDREDI 25 FÉVRIER 2022	BULLY	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
VENDREDI 11 MARS 2022	YZERON	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
SAMEDI 12 MARS 2022	FOYER COMMUNAL ST GERMAIN	BALISAGE RANDO MARS	
DIMANCHE 20 MARS 2022	SALLE POLYVALENTE DU COLOMBIER	RANDONNÉE PRINTANIÈRE DES GRISEMOTT	
VENDREDI 25 MARS 2022	LE BOIS D OTINGT	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
DIMANCHE 3 AVRIL 2022	GREZIEU LE MARCHE	RANDONNÉE EN MATINEE	
VENDREDI 8 AVRIL 2022	SAINTE FORGEUX	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
SAMEDI 9 AVRIL 2022	SALLE D ANIMATION RURALE HUEL ASSEMBLÉE GÉNÉRALE		
VENDREDI 15 AVRIL AU LUNDI 18 AVRIL 2022 CALANQUES DE CASSIS	SEJOUR		
VENDREDI 22 AVRIL 2022	ALIX	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
SAMEDI 23 AVRIL 2022	LYON	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
VENDREDI 29 MAI 2022	CHEVINAY	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
DIMANCHE 15 MAI 2022	LEU NON CONNU	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
VENDREDI 20 MAI 2022	LENTILLY	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
SAMEDI 21 MAI 2022	SALLE DES ASSOCIATIONS	BALISAGE CIRCUIT PERMANENT	
JEUDI 26 MAI AU DIMANCHE 29 MAI 2022	HOTIZIAZ - PLATEAU D HAUTEVILLE	SEJOUR DE L ASCENSION	
VENDREDI 10 JUIN 2022	MARCY L'ETOILE	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
LUNDI 13 JUIN AU VENDREDI 17 JUIN 2022 ORCIVAL - PUY DE DOME	SEJOUR HOTEL		
DIMANCHE 19 JUIN 2022	LEU NON CONNU	RANDONNÉE PIQUE NIQUE	
VENDREDI 24 JUIN 2022	LEU A DÉFINIR - En attente de ch	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
LUNDI 4 JUILLET AU SAMEDI 9 JUILLET 2022 LEU NON CONNU	SEJOUR - RANDONNÉE MONTAGNADE		
SAMEDI 16 JUILLET 2022	SALLE POLYVALENTE DU COLOMBIER	BALADE SOUS LES ETOILES - Voir encart	
LUNDI 1 AOUT AU SAMEDI 6 AOUT 2022	LA CANOURGUE - LOZERE	SEJOUR ESTIVAL	
LUNDI 15 AOUT 2022	LEU A DÉFINIR - En attente de ch	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
VENDREDI 26 AOUT 2022	LEU A DÉFINIR - En attente de ch	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
SAMEDI 3 SEPTEMBRE 2022	SALLE POLYVALENTE DU COLOMBIER	FORUM DES ASSOCIATIONS	
VENDREDI 9 SEPTEMBRE 2022	STE PAULE - COL DU CHENE	99999 RANDONNÉE EN APRES MIDI	
LUNDI 5 SEPTEMBRE - VENDREDI 9 SEPTEMBRE RUSTREL	SEJOUR		
SAMEDI 10 SEPTEMBRE 2022	LEU A DÉFINIR si organisation	VOYAGE CLUB SOUS RÉSERVE	
DIMANCHE 18 SEPTEMBRE 2022	NEULISE	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
VENDREDI 23 SEPTEMBRE 2022	CHEVINAY	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
SAMEDI 24 SEPTEMBRE 2022	FOYER COMMUNAL ST GERMAIN	PORTES OUVERTES - Voir encart	
DIMANCHE 9 OCTOBRE 2022	LANTIGNEZ	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
VENDREDI 10 OCTOBRE 2022	OTINGT	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
JEUDI 20 OCTOBRE AU DIMANCHE 23 OCTOB ARDECHE - GITE A DEFINIR	SEJOUR AUTOMNAL		
VENDREDI 28 OCTOBRE 2022	LEU NON CONNU	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
VENDREDI 11 NOVEMBRE 2022	LEU NON CONNU	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
DIMANCHE 13 NOVEMBRE 2022	LEU A DÉFINIR - En attente de ch	RANDONNÉE A LA JOURNÉE	
VENDREDI 25 NOVEMBRE 2022	ST GERMAIN NUELL	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
VENDREDI 9 DECEMBRE 2022	LEU A DÉFINIR - En attente de ch	RANDONNÉE EN APRES MIDI	
DIMANCHE 18 DECEMBRE 2022	FOYER COMMUNAL ST GERMAIN	BALADE DE NOËL - GOUTER	

\* rencontre avec participation financière

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

**Saint GERMAIN NUELL**

**Dimanche 20 Mars 2022**

**Randonnée printanière des Grisemottes**

**47ème Rassemblement pédestre ouvert à tous**

ses niveaux : Famille, Enfants, Personnes à mobilité réduite, randonneurs, habitués, a  
Choix de PARCOURS entre 7 et 25 km - Circuit Ludique - Circuit Handi - RAVITAILLEMENTS variés

**Saint GERMAIN NUELL**

**Samedi 16 Juillet 2022**

**BALADE sous les étoiles**

Une randonnée en soirée

**Saint GERMAIN NUELL**

**Samedi 24 Septembre 2022**

**PORTES OUVERTES "INFO RANDO"**

BALADE des premiers pas - Souscription licence ffr saison 2022 2023

Découverte du club et des activités - Initiation à la MARCHE NORDIQUE

Faites découvrir nos rencontres à d'autres marcheurs.

Possesseur du calendrier : INSUFFLER un élán pour faire découvrir le club et les activités.

**Les autres ACTIVITES**

**MARCHE NORDIQUE** : Programme particulier

**RANDONNÉE SPORTIVE ET D'ENDURANCE** : 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>

**Vie associative**

**NETTOYAGE des SENTIERS** : Plusieurs matinées de nettoyage sont prévues pour entretenir le circuit permanent du club, demandez le programme spécifique 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

Pour être toujours bien informé, CONSULTEZ régulièrement notre site

**LA RANDONNÉE PEDESTRE**

La randonnée pédestre en club, c'est l'assurance de pouvoir choisir son niveau de marche, c'est aussi de découvrir de nouveaux sentiers et, c'est des moments de rencontre et de partage. Si l'on s'implique, l'on peut construire aussi des sorties à son niveau.

Accessible pour beaucoup de personnes, l'affiliation du club à la Fédération Française de randonnée est un gage de compétence.

Nous voulons faire partager les bénéfices de la marche aussi bien sociaux que médicaux.

Connaitre son niveau est nécessaire, pour faire de la randonnée pour que cela ne devient pas une galère.

**Le cadre des activités**

La réalisation du PROGRAMME : Faire grâce à l'expérience des chargés d'animateurs, nous pouvons que les rechercher.

Qui sont les chargés d'animateurs : des adhérents du club qui font profiter de leurs connaissances sur la nature et les sentiers pour faire découvrir aux autres membres leurs passions. Donc, vous êtes les acteurs de ce milieu.

Cet acte est facile et engageant, n'oubliez pas de venir lors de l'ouverture de la saison ou d'une sorte pédestre.

Si de temps à autre, il faut faire un effort, alors n'hésitez pas à nous faire connaitre la nécessité de faire des sorties pour nos différentes activités : ACCOMPAGNEMENT des randonneurs, ORGANISATION de nos manifestations, etc.

Informez nous de vos intérêts lors de la réunion mensuelle ou sur le site dans la page "Accompagnement des randonneurs", nous pouvons vous aider pour les premières échéances (ordre du club pour avoir les brefs, puis si souhaité évolution formation ffr).

**COMPRENDRE et PARTICIPER aux ACTIVITES programmées**

Les rencontres pédestres sont ouvertes et accessibles à tous les marcheurs motivés et curieux de découvrir.

C'est dans une ambiance conviviale, que vous pourrez découvrir le club et pratiquer la randonnée.

La participation aux activités club est primordial pour les adhérents, ce rôle de catalyseur pour faire connaissance entre membres et donner un élan supplémentaire à vos participations. Il permet aussi aux chargés d'itinéraires d'évaluer votre capacité pour d'éventuelles participations à des séjours.

**PRIMORDIAL : Pour toutes sorties, BIEN S'INSCRIRE SUR L'EVENEMENT DU SITE CLUB**

Les randonnées du vendredi sont programmées en après midi, le point de rassemblement est le parking de l'église de St Germain à 13 heures pour une randonnée d'environ 3 heures et autour de 10 kilomètres.

Les randonnées du dimanche (sorties club) sont programmées pour la journée, le point de rassemblement est le parking de l'église de St Germain à 7 heures 45 pour une randonnée d'environ 6 heures et supérieure à 20 kilomètres;

Les randonnées IMPROVISÉES (sorties club) peuvent être mise en place par tous animateurs dans le respect des conditions d'organisation définies par le club. Communiquer au club intérêts ou moins de 15 jours pour validation et insertion SITE.

Toutes les randonnées validées par le club entrent dans le cadre des garanties de l'association.

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 portefeuille à 6 h 45). Renseignez vous lors des réunions ou contactez un participant.

Possibilité aussi de se rendre directement sur la lieux de la randonnée, avec des amis et autres randonneurs.

**RÈGLES à respecter pour une bonne gestion des sorties**

Avant toutes participations à une activité du club, il faut :

- Bien lire les conditions d'organisation et de participation et, surtout les respecter.

Pour la validité de son inscription aux sorties, il faut :

**S'INSCRIRE sa participation sur le site club, INSCRIPTION INDISPENSABLE.**

**CREATION d'un compte de membres sur le site**

Biens votre adhésion, CREEZ votre compte sur le site, base pour toutes les démarches (procédure en ligne)

**La CONSULTATION régulière du site est un gage d'être bien informé**

Pour connaître les modifications de sorties, les nouvelles propositions, il faut toujours être en connexion avec le site des Grisemottes.

Le programme de randonnée s'enrichit de moins en moins, alors consultez.

**OUVERTURE vers de nouveaux membres**

Soyez les ambassadeurs du club, une structure comme notre association nécessite un nombre conséquent de randonneurs et bénévoles accompagnateurs. Il faut toujours accueillir des adhérents. Le rôle de chacun d'entre nous, c'est de présenter le club et ses actions et d'assurer la pérennité du club. Vous pouvez inviter des marcheurs à prendre part à des sorties du club, ce servira de futurs adhérents.

**Après DEUX sorties en essai** : Conformément aux statuts de l'association et de la fédération française de randonnée, la licence est obligatoire.

En tant qu'association sportive, un certificat médical de non contre-indication de la pratique de la randonnée pédestre est obligatoire.

Le coût modique de l'adhésion n'est pas un obstacle à cette engagement.

Alors, vous pouvez aussi entraîner d'autres marcheurs à suivre nos pas de la découverte des sentiers.

**LICENCE FF Randonnée**

**Le club des Grisemottes distribue la LICENCE FF Randonnée**

**LA RANDONNÉE pour tous**

Pour tous renseignements et inscriptions : le site : [www.lesgrisemottes-rando.org](http://www.lesgrisemottes-rando.org)

**CONTACT courriel** : Les GRISEMOTTES club FF randonnée 180 Chemin du Molin 69210 ST GERMAIN NUELL

**BONNE ANNÉE sur les sentiers**