

## PROGRAMME LABEL SANTE 2023-2024

PP RANDO SANTE	GP RANDO SANTE	MARCHE NORDIQUE SANTE	JOURNEE EXCEPTIONNELLE															COTATION FFRandonnée			COMMENTAIRES
																		Effort	Technicité	Risque	
1er trimestre																					
LUNDI 25/09/2023 Didier S Martine et Didier R absents	RANDO SANTE	LES MARAIS	LES AVENIERES-VEYRINS-THUELLIN	DOMINIQUE	SYLVIANE	13H45 Parking place de l'église à Thuellin	4	5'	1	206	228	35	35	4,90	2,00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 16 			Marais, canaux, plantations.. Passage par l'ancienne briquetterie et vues sur le Bugey
LUNDI 25/09/2023 Didier S Martine et Didier R absents	RANDO SANTE	LES MARAIS	LES AVENIERES-VEYRINS-THUELLIN	DOMINIQUE	DOMINIQUE	13H45 Parking place de l'église à Thuellin	4	5'	1	206	228	35	35	6,40	2H30	1/2 Journée	3232SB	IBP : 19 			Marais, canaux, plantations.. Passage par l'ancienne briquetterie et vues sur le Bugey
LUNDI 25/09/2023 Didier S Martine et Didier R absents	MARCHE NORDIQUE SANTE	LES MARAIS	LES AVENIERES-VEYRINS-THUELLIN	DOMINIQUE	GRACE	13H45 Parking place de l'église à Thuellin	4	5'	1	206	206	35	35	4,90	2,00	1/2 Journée	3232SB				Marais, canaux, plantations.. Passage par l'ancienne briquetterie et vues sur le Bugey
LUNDI 02/10/2023 GRACE ABSENTE	RANDO SANTE	LA CROIX DE DROGUET	LA CHAPELLE DE LA TOUR	MARTINE	MARTINE DOMINIQUE	13H45 Petit parking (croix Droguet) 1,4km avant Les Palleteaux	13	10'	2,00	431	454	39	39	4,8	2h00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 16 			Fait divers "Croix Droguet" - Plateau avec vue sur les Montagnes - château d'eau
LUNDI 02/10/2023 GRACE ABSENTE	RANDO SANTE	LA CROIX DE DROGUET	LA CHAPELLE DE LA TOUR	MARTINE	DIDIER R DIDIER S	13H45 Petit parking (croix Droguet) 1,4km avant Les Palleteaux	13,00	10'	2	412	453	73	73	6,3	2h15	1/2 Journée	3232SB	IBP : 24 			Fait divers "Croix Droguet" - Plateau avec vue sur les Montagnes - château d'eau
LUNDI 02/10/2023 GRACE ABSENTE	MARCHE NORDIQUE SANTE	LA CROIX DE DROGUET	LA CHAPELLE DE LA TOUR	MARTINE	SYLVIANE	13H45 Petit parking (croix Droguet) 1,4km avant Les Palleteaux	13	10'	2	431	454	39	39	4,80	2h00	1/2 Journée	3232SB				Fait divers "Croix Droguet" - Plateau avec vue sur les Montagnes - château d'eau
SAMEDI 07/10/2023 DIMANCHE 08/10/2023 DIDIER S ABSENT	<p align="center"><b>SEMINAIRE ANIMATEURS DES PRATIQUES SANTE A LE BESSAT GRÂCE, MARTINE, DIDIER R, DOMINIQUE ET SYLVIANE</b></p>																				
LUNDI 09/10/2023	RANDO SANTE	BRANGUES	BRANGUES	DIDIER R	MARTINE DOMINIQUE REGIS	13H45 Parking place de l'église	16	8	2	204	229	31	31	4,8	2h30	1/2 Journée	3232SB	IBP = 			L'Eglise de Brangues, lieu du fait divers inspirant le roman de Stendhal (le rouge et le noir) - bord du Rhône - le château de Paul Claudel
LUNDI 09/10/2023	RANDO SANTE	BRANGUES	BRANGUES	DIDIER R	DIDIER R DIDIER S JACQUES	13H45 Parking place de l'église	16,00	8	2	204	229	52	52	7,30	2h30	1/2 Journée	3232SB	IBP : 21 			L'Eglise de Brangues, lieu du fait divers inspirant le roman de Stendhal (le rouge et le noir) - bord du Rhône - le château de Paul Claudel
LUNDI 09/10/2023	MARCHE NORDIQUE SANTE	BRANGUES	BRANGUES	DIDIER R	GRACE SYLVIANE	13H45 Parking place de l'église	16	8	2	204	229	31	31	4,8	2h30	1/2 Journée	3232SB				L'Eglise de Brangues, lieu du fait divers inspirant le roman de Stendhal (le rouge et le noir) - bord du Rhône - le château de Paul Claudel

LUNDI 16/10/2023 DIDIER R DOMINIQUE ABSENTS	RANDO SANTE	LES ETANGS DE LA SERRE	ARANDON	GRACE	DIDIER S MARTINE	13h45 Parking en bord de la route 1075 vers le restaurant L'Escale	18	10'	2	229	243	15	19	4,27	2h00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 14 			Randonnée autour des étangs de la Serre, sa faune, sa flore et son passé industriel
LUNDI 16/10/2023 DIDIER R DOMINIQUE ABSENTS	RANDO SANTE	LES ETANGS DE LA SERRE	ARANDON	GRACE	GRACE	13h45 Parking en bord de la route 1075 vers le restaurant L'Escale	18,00	10'	2	228	243	4	5	8,71	2h00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 24 			Randonnée autour des étangs de la Serre, sa faune, sa flore et son passé industriel
LUNDI 16/10/2023 DIDIER R DOMINIQUE ABSENTS	MARCHE NORDIQUE SANTE	LES ETANGS DE LA SERRE	ARANDON	GRACE	SYLVIANE	13h45 Parking en bord de la route 1075 vers le restaurant L'Escale	19	10'	2	229	243	15	19	4,80	2h01	1/2 Journée	3232SB				Les étangs de la Serre, son petit bois
LUNDI 06/11/2023	RANDO SANTE	BOIS DE MASSIEU - MOLLARD CHAPAIZE	SOLEYMIEU	DIDIER S	DOMINIQUE SYLVIANE	13H45 Parking Eglise de Soleymieu	28	18,00	3	311	352	105	105	4,50	2h00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 21 			Randonnée au départ de Soleymieu et passage dans le Bois de Massieu, Loldrière et le Mollard Chapaize avant de revenir sur Soleymieu
LUNDI 06/11/2023	RANDO SANTE	BOIS DE MASSIEU - MOLLARD CHAPAIZE	SOLEYMIEU	DIDIER S	DIDIER R MARTINE	13H45 Parking Eglise de Soleymieu	28	18	3,20	283	352	174	174	6,9	3h00	1/2 journée	3232SB	IBP : 28 			Randonnée au départ de Soleymieu et passage dans le Bois de Massieu, hameau de a Roche et enfin le Mollard Chapaize avant de revenir sur Soleymieu
LUNDI 06/11/2023	MARCHE NORDIQUE SANTE	BOIS DE MASSIEU - MOLLARD CHAPAIZE	SOLEYMIEU	DIDIER S	GRACE REGIS	13H45 Parking Eglise de Soleymieu	28	18	3,2	311	352	105	105	4,5	2h00	1/2 Journée	3232SB				Randonnée au départ de Soleymieu et passage dans le Bois de Massieu, Loldrière et le Mollard Chapaize avant de revenir sur Soleymieu
LUNDI 13/11/2023	JOURNEE PROMOTION DES PRATIQUES SANTE	SENTIER BOTANIQUE	CHARRAY VEZERONCE-CURTIN	SYLVIANE	MARTINE DIDIER S DOMINIQUE SYLVIANE REGIS JACQUES COLETTE	13H45 Parking devant terrain de Tir à l'Arc, Etang de Charray RD 19, route de Bourgoin 38510 Vézeronce- Curtin	6	5'	1	228	283	57	57	5,3	2h00	1/2 Journée	3232SB				sentier jalonné d'informations sur la flore et la géologie. Passage par les étangs de Charray et de palud. Passage par le hameau d'Oulouse
LUNDI 13/11/2023	JOURNEE PROMOTION DES PRATIQUES SANTE	SENTIER BOTANIQUE	CHARRAY VEZERONCE-CURTIN	SYLVIANE	GRACE BERNARD	13H45 Parking devant terrain de Tir à l'Arc, Etang de Charray RD 19, route de Bourgoin 38510 Vézeronce- Curtin	6	5'	1	228	283	57	57	5,30	2h00	1/2 Journée	3232SB				sentier jalonné d'informations sur la flore et la géologie. Passage par les étangs de Charray et de palud. Passage par le hameau d'Oulouse
MARDI 14/11/2023 ANNULEE METEO DEFAVORABLE	RANDO SANTE	RANDO AFIPH SENTIER BOTANIQUE	CHARRAY VEZERONCE-CURTIN	SYLVIANE		9h45 Parking Sentier Botanique Charray	2	5'	1	229	296	85	85	6,4	2h30	1/2 journée	3233SB	IBP : 			
LUNDI 20/11/2023	RANDO SANTE	ROCHE PLAGE - LA SAVE THUILE	MORESTEL THUILE	MARTINE	MARTINE DOMINIQUE SYLVIANE	13h45 Parking de l'ancien restaurant de Roche Plage	10	7,00	1	219	255	42	42	5,30	2h00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 17 			Beau bâtiment restaurant -étangs - ancienne plage - ferme - rivière -
LUNDI 20/11/2023	RANDO SANTE	ROCHE PLAGE-LA SAVE- THUILE	MORESTEL THUILE	MARTINE	DIDIER R DIDIER S JACQUES	13h45 Parking de l'ancien restaurant de Roche Plage	10,00	7	1	219	255	60	60	7,30	2h30	1/2 Journée	3232SB	IBP : 22 			Beau bâtiment restaurant -étangs - ancienne plage - ferme - rivière -

LUNDI 20/11/2023	MARCHE NORDIQUE SANTE	ROCHE PLAGE-LA SAVE- THUILE	MORESTEL THUILE	MARTINE	GRACE REGIS	13h45 Parking de l'ancien restaurant de Roche Plage	10	7	1	219	255	42	42	5,3	2h00	1/2 Journée	3232SB			Beau bâtiment restaurant -étangs	
LUNDI 27/11/2023 MARTINE SYLVIANE DIDIER R ABSENTS	RANDO SANTE	LES HAUTEURS DE CURTIN	CURTIN	DOMINIQUE	DIDIER S DOMINIQU E JACQUES	13H45 Parking Place de la Milin	2	5'	1	232	307	73	73	5,20	2h00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 22 			De la place de Curtin jusqu'au Vingt-Un. Vues sur les massifs montagneux
LUNDI 27/11/2023 MARTINE SYLVIANE DIDIER R ABSENTS	RANDO SANTE	LES HAUTEURS DE CURTIN	CURTIN	DOMINIQUE	DIDIER S	13H45 Parking de l'église Place de la Milin	2	5'	1	229	319	115	115	6,60	2h01	1/2 Journée	3232SB	IBP : 26 			De la place de Curtin au hameau du Couverier puis retour par le Vingt-Un. Vues sur les massifs montagneux
LUNDI 27/11/2023 MARTINE SYLVIANE DIDIER R ABSENTS	MARCHE NORDIQUE SANTE	LES HAUTEURS DE CURTIN	CURTIN	DOMINIQUE	GRACE REGIS	13H45 Parking Place de la Milin	2	5'	1	232	307	73	73	5,20	2h01	1/2 Journée	3232SB			De la place de Curtin jusqu'au Vingt-Un. Vues sur les massifs montagneux	
LUNDI 04/12/2023 Annulée	RANDO SANTE	SENTIER NATURE	LA BATIE MONTGASCON	SYLVIANE		13H45, Parking du Musée du Tisserand	25	20'	3	371	392	+52	-52	5,30	2h00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 19 			Village de tisserand dit "La Croix Rousse du Dauphiné" à découvrir avec ses anciens ateliers et son sentier nature et ses 16 bornes et 4 panneaux thématiques.
LUNDI 04/12/2023 Annulée	RANDO SANTE	SENTIER NATURE	LA BATIE MONTGASCON	SYLVIANE		13H45, Parking du Musée du Tisserand	25,00	20'	3	334	392	103	103	7,00	2h01	1/2 Journée	3232SB	IBP : 24 			Boucle qui part direction La Meigrière. Village de tisserand dit "La Croix Rousse du Dauphiné" à découvrir avec ses anciens ateliers et son sentier nature et ses 16 bornes et 4 panneaux thématiques.
LUNDI 04/12/2023 Annulée	MARCHE NORDIQUE SANTE	SENTIER NATURE	LA BATIE MONTGASCON	SYLVIANE		13H45, Parking du Musée du Tisserand	25	20'	3	371	392	+52	-52	5,3	2h00	1/2 Journée	3232SB			Village de tisserand dit "La Croix Rousse du Dauphiné" à découvrir avec ses anciens ateliers et son sentier nature et ses 16 bornes et 4 panneaux thématiques.	
LUNDI 11/12/2023 Annulée Buche de Noël	RANDO SANTE	DECOUVERTE DE LA CHAPELLE DE LA TOUR	LA CHAPELLE DE LA TOUR	MARTINE		13H45 Parking église La Chapelle de la Tour	25	15'	3	434	443	23	23	5,00	2h30	1/2 Journée	3232SB	IBP : 14 			Départ de l'église de la Chapelle - point de vue - étang - chevaux,
LUNDI 11/12/2023 Annulée Buche de Noël	RANDO SANTE	DECOUVERTE DE LA CHAPELLE DE LA TOUR	LA CHAPELLE DE LA TOUR	MARTINE		13H45 Parking église La Chapelle de la Tour	25,00	15'	3	434	443	33	33	6,40	2h30	1/2 Journée	3232SB	IBP : 19 			Départ de l'église de la Chapelle - point de vue - étang - chevaux,
LUNDI 11/12/2023 Annulée Buche de Noël	MARCHE NORDIQUE SANTE	DECOUVERTE DE LA CHAPELLE DE LA TOUR	LA CHAPELLE DE LA TOUR	MARTINE		13H45 Parking église La Chapelle de la Tour	26	15'	3	432	444	18	18	5,20	2H	1/2 Journée	3232SB			Départ de l'église avec joli point de vue sur les Terres Froides. Passage par l'étang de la Feuillée, Chatainelet et Chal	
LUNDI 11/12/2023	Rando de remplacement pp	LA RANDO DES BUCHES CURTIN	VEZERONCE-CURTIN	DOMINIQUE	GRACE MARTI NE DIDIER R DIDIER S	13H45 Parling Place de la Milin	2	5'	1	230	303	76	76	4,26	1H30	1/2 Journée	3232SB	IBP 			Petite boucle dans Curton passant par le Ruel, le vingt-un, la Côte à St Sorlin

LUNDI 18/12/2023	RANDO SANTE	JOURNEE EXCEPTIONNELLE	BOURG EN BRESSE	GRACE	GRACE MARTINE DIDIER R DIDIER S DOMINIQU E SYLVIANE JACQUES REGIS BERNARD	VISITE DE LA VIELLE VILLE ET VISITEDU MONASTERE ROYAL DE BROU											IBP :					
<b>2ème trimestre</b>																						
LUNDI 08/01/2024 <i>Annulée tirage des rois</i>	RANDO SANTE	MONTCARRA - LES PRES	MONTCARRA	MARTINE		13H45 Parking Stade de Rugby de Montcarra	20	15'	3	316	399	102	102	5,50	2h30	1/2 Journée	3232SB	IBP : 23 			Départ à l'église de Montcarra - Etang - Parcours de santé - Chevaux - panorama	
LUNDI 08/01/2024 <i>Annulée tirage des rois</i>	RANDO SANTE	MONTCARRA - LES PRES	MONTCARRA	MARTINE		13H45 Parking de l'église de Montcarra	20,00	15'	3	316	399	+127	-127	7,10	2h30	1/2 Journée	3232SB	IBP : 27 			Départ à l'église de Montcarra - Etang - Parcours de santé - Chevaux - panorama	
LUNDI 08/01/2024 <i>annulée tirage des rois</i>	MARCHE NORDIQUE SANTE	MONTCARRA -LES PRES	MONTCARRA	MARTINE		13H45 Parking Stade de rugby de Montcarra	21	15'	3	316	399	102	102	5,5	2h31	1/2 Journée	3232SB				Les Marais de Sablonnières, ses étangs et le charmant bois de Vareziou	
LUNDI 15/01/2024 <i>Annulée</i>	RANDO SANTE	COZANCE	TREPT	GRACE		13H45 Parking Du Lac des 3 soleil	20	20'	3	225	287	69	69	5,31	2h00	1/2 Journée	3232OT	IBP :				
LUNDI 15/01/2024 <i>Annulée</i>	RANDO SANTE	COZANCE	TREPT	GRACE		13H45 Parking Du Lac des 3 soleil	20	20'	3	225	305	90	90	6,1	2h00	1/2 Journée	3232OT	IBP :				
LUNDI 15/01/2024 <i>Annulée</i>	MARCHE NORDIQUE SANTE	COZANCE	TREPT	GRACE		13H45 Parking Du Lac des 3 soleil	21	20'	3	225	287	69	69	5,31	2h00	1/2 Journée	3232OT					
MARDI 16/01/2024	RANDO SANTE	LES MARAIS ET LES ETANGS	VASSELIN	DOMINIQUE	DOMINIQU E MARTINE DIDIER R JACQUES	13h45 Parking des étangd de Vasselin	8	5'	1	222	299	100	100	7,00	2H30	1/2 Journée	3232SB	IBP :				Les étangs, la place du village et son inscription sur le fronton de l'école, Lecture de paysage depuis le parvis du cimetière, retour dans la Plaine des marais
LUNDI 22/01/2024	RANDO SANTE	PONT D'EVIEU	LE BOUCHAGE	DOMINIQUE	SYLVIANE	13H45 Parking de la Via-Rhône avant le Pont	18	15'	3	205	210	15	15	5,90	2,00	1/2 Journée	3232ET	IBP : 17 			Hameau de l'Eau Morte retour par les bords du Rhône, aménagement contre les inondations	
LUNDI 22/01/2024	RANDO SANTE	PONT D'EVIEU	LE BOUCHAGE	DOMINIQUE	DOMINIQU E JACQUES	13H45 Parking de la Via-Rhône avant le Pont	18	15'	3	205	210	19	19	7,3	2h30	1/2 Journée	3232ET	IBP : 19 			Hameau de l'Eau Morte retour par les bords du Rhône, aménagement contre les inondations	
LUNDI 22/01/2024	MARCHE NORDIQUE SANTE	PONT D'EVIEU	LE BOUCHAGE	DOMINIQUE	GRACE REGIS	13H45 Parking de la Via-Rhône avant le Pont	18	15'	3	205	209	15	15	5,90	2h00	1/2 Journée	3232ET				Bords du Rhône, passage par le hameau de l'île St Benoît, retour par les terres	
LUNDI 29/01/2024 <i>Grace, Dominique et Sylviane absents</i>	RANDO SANTE	CREYS LES ETANGS	CREYS-MEIEU	DIDIER S	DIDIER R MARTINE	13H45 parking derrière l'école et à coté du stade	18	14,00	3	240	265	48	48	5,30	2,00	1/2 Journée	3232OT	IBP : 18 			parcours majoritairement en sous bois, passage par le bois de Lucie et près de l'étang de Fignon	

LUNDI 29/01/2024 Grace, Dominique et Sylviane absents	RANDO SANTE	CREYS LES ETANGS	CREYS-MEPIEU	DIDIER S	DIDIER S REGIS	13H45 parking derrière l'école et à coté du stade	20	14	3	219	262	71	71	6,7	2h30	1/2 Journée	3232OT	IBP : 22 			parcours mixte en campagne et sous bois, passage près de l'étang du grand chêne puis de l'étang de Frignon
LUNDI 29/01/2024 Grace, Dominique et Sylviane absents Annulée	MARCHE NORDIQUE SANTE	CREYS LES ETANGS	CREYS-MEPIEU	DIDIER S		13H45 parking derrière l'école et à coté du stade	20,00	14,00	3	240	265	48	48	5,30	2h	1/2 Journée	3232OT				parcours majoritairement en sous bois, passage par le bois de Luclé et près de l'étang de Frignon.
LUNDI 05/02/2024 Grace, Dominique et Sylviane absents	RANDO SANTE	LES MARAIS	LES AVENIERES	DIDIER R	DIDIER S MARTINE	13H45, Parking du Champ de mars	20	10,00	2	209	244	46	46	5,50	2h30	1/2 Journée	3232SB	IBP : 18 			Petit canaux ("Champ" - "Huert") parc Walibi - belle campagne - petit pont.
LUNDI 05/02/2024 Grace, Dominique et Sylviane absents	RANDO SANTE	LES MARAIS	LES AVENIERES	DIDIER R	DIDIER R	13H45, Parking du Champ de mars	20,00	10	2	209	224	37	37	8,4	2h30	1/2 Journée	3232SB	IBP : 22 			Ruisseau - parc Walibi - belle campagne.
LUNDI 05/02/2024 Grace, Dominique et Sylviane absents Annulée	MARCHE NORDIQUE SANTE	LES MARAIS	LES AVENIERES	DIDIER R		13H45, Parking du Champ de mars	20,00	10,00	2	209	244	46	46	5,50	2h31	1/2 Journée	3232SB				Petit canaux ("Champ" - "Huert") parc Walibi - belle campagne - petit pont.
LUNDI 12/02/2024 Martine et Didier absents	RANDO SANTE	VIGNIEU NORD	VEZERONCE CURTIN VIGNIEU	SYLVIANE	SYLVIANE DOMINQU E	13H45 Parking Etang de Charray	6	5'	1	224	269	51	51	5,40	2h00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 19 			Depuis l'étang de Charray, direction Gabo puis chemin de Montmerle pour arriver dans la partie basse de Vignieu, retour par Ampro et Angloure.
LUNDI 12/02/2024 Martine et Didier absents	RANDO SANTE	VIGNIEU NORD	VEZERONCE CURTIN VIGNIEU	SYLVIANE	DIDIER S	13H45 Parking Etang de Charray	6	5'	1	224	269	63	63	6,8	2h01	1/2 Journée	3232SB	IBP : 25 			Découverte des limites nord de Vignieu avec les communes alentours
LUNDI 12/02/2024 Martine et Didier absents	MARCHE NORDIQUE SANTE	VIGNIEU NORD	VEZERONCE CURTIN VIGNIEU	SYLVIANE	GRACE REGIS	13H45 Parking de l'Etang de Charray	6,00	5'	1	224	269	51	51	5,40	2,00	1/2 Journée	3232SB				Depuis l'étang de Charray, direction Gabo puis chemin de Montmerle pour arriver dans la partie basse de Vignieu, retour par Ampro et Angloure.
LUNDI 19/02/2024	RANDO SANTE	L'ETANG DE MEPIEU	CREYS-MEPIEU	SYLVIANE		13H45 Parking de l'église de Mépieu	26	15'	3	229	250	43	43	5,90	2h00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 19 			Passage en bordure du bois de la Garenne pour rejoindre l'étang de la carrère, retour par le bois de Chandpieu
LUNDI 19/02/2024	RANDO SANTE	L'ETANG DE MEPIEU	CREYS-MEPIEU	SYLVIANE		13H45 Parking de l'église de Mépieu	26	15'	3	229	263	69	69	7,60	2h01	1/2 Journée	3232SB	IBP : 25 			Départ en direction des bois de la Garenne, des Galotières, de Chavanoux puis près de la carrère, retour par le bord de l'étang
LUNDI 19/02/2024	MARCHE NORDIQUE SANTE	L'ETANG DE MEPIEU	CREYS-MEPIEU	SYLVIANE		13H45 Parking de l'église de Mépieu	27	15'	3	229	250	43	43	5,90	2h01	1/2 Journée	3232SB				Passage en bordure du bois de la Garenne pour rejoindre l'étang de la carrère, retour par le bois de Chandpieu
LUNDI 04/03/2024 absents Martine et Didier	RANDO SANTE	DEFILE DE MALARAGE	FLEVIEU	GRÂCE		13H45 Parking de Fléviéu	40	20	2	207	220	37	37	s	2	1/2 journée	3232SB	IBP : 21 			Randonnée au bord du Rhône dans sa artie la plus étroite
LUNDI 04/03/2024 absents Martine et Didier	MARCHE NORDIQUE SANTE	DEFILE DE MALARAGE	FLEVIEU	GRÂCE		13H45 Parking de Fléviéu	40	20	2	207	220	15	14	4	1h31	1/2 journée	3232SB				Randonnée au bord du Rhône dans sa artie la plus étroite
LUNDI 11/03/2024 Grace absente	RANDO SANTE	LA PLAINE DE SABLONNIERES	SABLONNIERES	SYLVIANE		13H45 Parking Les 3 lacs du soleil	20	20'	3	222	233	27	27	5,50	2h31	1/2 Journée	3232OT	IBP : 17 			Une randonnée qui nous fait découvrir le site des Trois Lacs du soleil et les plaines de Serrières, de Cherimène

LUNDI 11/03/2025 Grâce absente	RANDO SANTE	LA PLAINE DE SABLONNIERES	SABLONNIERES	SYLVIANE		13H45 Parking Camping Les 3 lacs du soleil	20	20'	3	222	234	28	28	6,3	2h31	1/2 Journée	3232OT	IBP : 18 			Une randonnée qui nous fait découvrir le site des Trois Lacs du soleil et les plaines de Serrières, de Cherimène et le vieux Sablonnières
LUNDI 11/03/2026 Grâce absente	MARCHE NORDIQUE SANTE.	LA PLAINE DE SABLONNIERES	SABLONNIERES	SYLVIANE		13H45 Parking Camping Les 3 lacs du soleil	21	20'	3	222	233	27	27	5,50	2h	1/2 journée	3232OT				Les Marais de Sablonnières, ses étangs et le charmant bois de Varéziou
LUNDI 18/03/2024	RANDO SANTE	SERRIERES COZANCE	SERRIERES	DIDIER S		13h45 Parking Serrières 700 m après camping des 3 lacs de Trept				238	287	87	87	5,40	2h15	1/2 Journée		IBP : 22 			
LUNDI 18/03/2024	RANDO SANTE	SERRIERES COZANCE	SERRIERES	DIDIER S		13h45 Parking Serrières 700 m après camping des 3 lacs de Trept				238	302	106	106	7,43	2h30	1/2 Journée		IBP : 26 			
LUNDI 18/03/2024	MARCHE NORDIQUE SANTE	SERRIERES COZANCE	SERRIERES	DIDIER S		13h45 Parking Serrières 700 m après camping des 3 lacs de Trept				238	287	87	87	5,40	2h15	1/2 Journée					
LUNDI 25/03/2024	RANDO SANTE	MONTCARRA LES CHAMPS - étang de Gole	MONTCARRA	DIDIER R		Parking église Montcarra	22	15,00	3	343	383	80	80	4,70	2h	1/2 journée		IBP = 22 			Etang de Gole - lavoir
LUNDI 25/03/2024	RANDO SANTE	MONTCARRA LES CHAMPS	MONTCARRA	DIDIER R		Parking église Montcarra	22,00	15	3	343	427	127	127	6,00	2h15	1/2 journée		IBP = 24 			Un peu de dénivelé - On passe sur l'autre versant de Montcarra - sentiers dans les champs et sous-bois
LUNDI 25/03/2024	MARCHE NORDIQUE SANTE	MONTCARRA LES CHAMPS	MONTCARRA	DIDIER R		Parking église Montcarra	22,00	15,00	3	343	427	127	127	6,00	2h15	1/2 journée					
SAMEDI 30/03/2024	SEJOUR ACTIVITES SANTE ET GROUPE RANDO	LE LITTORAL	LALONDELES MAURES- BORMES LES MIMOSAS	DOMINIQUE	SYLVIANE DOMINIQUE	Parling du Château de Léoube	so	so	so	3	25	60	60	6,00	2	journee	3446OT	IBP =20 			VOIR PROGRAMME
DIMANCHE 31/03/2024	SEJOUR ACTIVITES SANTE ET GROUPE RANDO	IILE DE PORQUEROLLES	PORT CROS	SYLVIANE	JACQUES SYLVIANE	Pont Miramer à La Londe des Maures	so	so	so	0	59	89	89	6,00	2	journee	3446OT	IBP =22 			VOIR PROGRAMME
LUNDI 01/04/2024	SEJOUR ACTIVITES SANTE ET GROUPE RANDO	BORMES LES MIMOSAS	VISITE DU VILLAGE BORMES LES MIMOSAS	DIDIER	DIDIER JACQUES SYLVIANE DOMINIQUE REGIS	Parking St François	so	so	so	135	166	47	47	2,00	1,5	1/2 Journée	3446OT	IBP = 11 			VOIR PROGRAMME
LUNDI 01/04/2025	SEJOUR ACTIVITES SANTE ET GROUPE RANDO	BORMES LES MIMOSAS	LE LITTORAL	DIDIER	DIDIER JACQUES SYLVIANE DOMINIQUE REGIS	Parking du Port de Bormes Les Mimosas	so	so	so	0	17	52	52	4,00	2	1/2 Journée	3446OT	IBP=15 			VOIR PROGRAMME
LUNDI 08/04/2024	RANDO SANTE	JOURNEE EXCEPTIONNELLE	VOIRON	SYLVIANE DOMINIQUE														IBP = 			

LUNDI 11/04/2024	RANDO SANTE	RANDO POUR TOUS	LES VILLAGES DE PALADRU	FFRandonnée Isère	GRACE MARTINE DIDIER R DIDIER S DOMMINIQ UE SYLVIANE	8H45 Parking de l'Espace Concorcet ou 9h30 parking de Salle Palass 443 rue de la Morgerie 38850 Les Villages de Paladru												IBP =				2 Randonnées au choix. Pique-nique tiré du sac au bord du lac Animations en début d'après- midi	
3ème trimestre																							
LUNDI 15/04/2024	RANDO SANTE	LA CHAPELLE DE LA TOUR	LA CHAPELLE DE LA TOUR	MARTINE	MARTINE	Parking derrière l'église	22,00	20,00	3	434	443	32	32	5,00	2h00	1/2 journée		IBP = 14				Panorama - chevaux - étang de la Feuillée	
LUNDI 15/04/2024	RANDO SANTE	LA CHAPELLE DE LA TOUR	LA CHAPELLE DE LA TOUR	MARTINE	DIDIER	Parking derrière l'église	22,00	20	3	434	443	23	23	6,50	2h15	1/2 journée		IBP= 19				Panorama - chevaux - étang de la Feuillée	
LUNDI 15/04/2024	MARCHE NORDIQUE SANTE	LA CHAPELLE DE LA TOUR	LA CHAPELLE DE LA TOUR	MARTINE																		Panorama - chevaux - étang de la Feuillée	
LUNDI 29/04/2024	RANDO SANTE	LANCIN	COURTENAY	GRACE	SYLVIANE	13H45 sur la D522 direction Sablonnière à 50 m de l'entrée du chateau	24	14min	2€42	249	286	68	68	5,45	2,00			IBP : 20				Rando Santé sur les sentiers autour de LANCIN et COURTENAY, avec un joli panorama sur les montagnes du Bugey	
LUNDI 29/04/2024	RANDO SANTE	LANCIN	COURTENAY	GRACE	DIDIER	13H45 sur la D522 direction Sablonnière à 50 m de l'entrée du chateau	24	14min	2€42	250	303	87	84	7,18	2h30			IBP : 25				Rando Santé sur les sentiers autour de LANCIN et COURTENAY, avec un joli panorama sur les montagnes du Bugey	
LUNDI 29/04/2024	MARCHE NORDIQUE SANTE	LANCIN	COURTENAY	GRACE	GRACE	13H45 sur la D522 direction Sablonnière à 50 m de l'entrée du chateau	24	14min	2€42	249	286	68	68	5,45	2,00								Marche Nordique Santé sur les sentiers autour de LANCIN et COURTENAY, avec un joli panorama sur les montagnes du Bugey
LUNDI 06/05/2024 <i>Annulée</i>	RANDO SANTE	CREYS - LA GORGE	CREYS	DIDIER S		13H45 parking derrière l'école et à coté du stade	20	14'	3	257	300	79	79	5,00	2h00	1/2 Journée					Randonnée au départ de Creys à la découverte des paysages de marais et de forêts avec passage au hameau de La Croix.		
LUNDI 06/05/2024 <i>Annulée</i>	RANDO SANTE	CREYS - LA GORGE	CREYS	DIDIER S		13H45 parking derrière l'école et à coté du stade	20	14'	3	236	303	149	149	7	2h30	1/2 Journée		IBP : 27				Randonnée au départ de Creys à la découverte des paysages de marais et de forêts avec passage aux hameaux de La Croix et de La Gorge. Passage à la côte Brève et aux Marterets, point culminant de la randonnée.	
LUNDI 06/05/2024 <i>Annulée</i>	MARCHE NORDIQUE SANTE	CREYS - LA GORGE	CREYS	DIDIER S		13H45 parking derrière l'école et à coté du stade	20,00	14'	3	257	300	79	79	5,00	2h00	1/2 Journée							Randonnée au départ de Creys à la découverte des paysages de marais et de forêts avec passage au hameau de La Croix.
LUNDI 13/05/2024	RANDO SANTE	LES HAUTEURS DE CURTIN	CURTIN	DOMINIQUE	DIDIER R SYLVIANE	13H45 Parking Place de la Millin	2	2'	1	232	307	73	73	5,20	2h00	1/2 Journée	3232SB	IBP : 22				De la place de Curtin jusqu'au Vingt-Un. Vues sur les massifs montagneux	
LUNDI 13/05/2024	RANDO SANTE	LES HAUTEURS DE CURTIN	CURTIN	DOMINIQUE	DIDIER S DOMINIQU E	13H45 Parking de l'église Place de la Millin	2	2'	1	229	319	115	115	6,60	2h01	1/2 Journée	3232SB	IBP : 26				De la place de Curtin au hameau du Couvrier puis retour par le Vingt-Un. Vues sur les massifs montagneux	

LUNDI 13/05/2024	DECOUVERTE MARCHE NORDIQUE SANTE	LES HAUTEURS DE CURTIN	CURTIN	DOMINIQUE	GRACE	13H45 Parking des étangs	2	2'	1	232	307	73	73	5,2	2h00	1/2 Journée	3232SB				De la place de Curtin jusqu'au Vingt-Un. Vues sur les massifs montagneux	
LUNDI 27/05/2024 absents Martine, Didier R, Grace, Sylviane	RANDO SANTE	VASSELIN	VASSELIN	DOMINIQUE	DOMINIQUE	13H45 Parking des étangs	8									1/2 Journée	3232SB	IBP : 19 			Village de tisserand dit "La Croix Rousse du Dauphiné" à découvrir avec ses anciens ateliers et son sentier nature et ses 16 bornes et 4 panneaux thématiques.	
LUNDI 27/05/2024 absents Martine, Didier R, Grace, Sylviane	RANDO SANTE	VASSELIN	VASSELIN	DOMINIQUE	DIDIER	13H45 Parking des étangs	8,00									1/2 Journée	3232SB	IBP : 24 			Boucle qui part direction La Maigrère. Village de tisserand dit "La Croix Rousse du Dauphiné" à découvrir avec ses anciens ateliers et son sentier nature et ses 16 bornes et 4 panneaux thématiques.	
LUNDI 27/05/2024 absents Martine, Didier R, Grace, Sylviane	MARCHE NORDIQUE SANTE	VASSELIN	VASSELIN	DOMINIQUE	REGIS	13H45 Parking des étangs	8									1/2 Journée	3232SB				Village de tisserand dit "La Croix Rousse du Dauphiné" à découvrir avec ses anciens ateliers et son sentier nature et ses 16 bornes et 4 panneaux thématiques.	
MARDI 03/06/2024 absents Martine et Didier	RANDO SANTE	PASSINS	PASSINS	GRACE	DOMINIQUE SYLVIANE	13H45 Parking de l'église							92m	92m	5km		1/2 Journée	3232SB	IBP :			
MARDI 03/06/2024 absents Martine et Didier	RANDO SANTE	PASSINS	PASSINS	GRACE	DIDIER S	13H45 Parking de l'église							132m	132m	6,7km		1/2 Journée	3232SB	IBP :			
LUNDI 03/06/2024 absents Martine et Didier	MARCHE NORDIQUE SANTE	PASSINS	PASSINS	GRACE	GRACE REGIS	13H45 Parking de l'église							92m	92m	5km		1/2 Journée	3232SB				
LUNDI 10/06/2024 Didier, Martine et Grâce absents	RANDO SANTE	CREYS-MEPIEU	CREYS-MEPIEU	DIDIER S	DOMINIQUE SYLVIANE	13H45 Parking de l'école Creys- Mépieu										2h30	1/2 Journée		IBP : 24 			Randonnée à la découverte de Dizimieu et paysages alentours avec passage près de l'étang de Dizimieu alimenté par le ruisseau de Vaud.
LUNDI 10/06/2024 Didier, Martine et Grâce absents	RANDO SANTE	CREYS-MEPIEU	CREYS-MEPIEU	DIDIER S	DIDIER S	13H45 Parking de l'école Creys- Mépieu										2h45	1/2 Journée		IBP : 27 			Randonnée à la découverte de Dizimieu et paysages alentours avec passage près de l'étang de Dizimieu alimenté par le ruisseau de Vaud et. Nous apercevrons l'étang Benétan près de Siccieu, contournerons le Mont Cizet avant de redescendre.
LUNDI 10/06/2024 Didier, Martine et Grâce absents	MARCHE NORDIQUE SANTE	CREYS-MEPIEU	CREYS-MEPIEU	DIDIER S	REGIS	13H45 Parking de l'école Creys- Mépieu										2h30	1/2 Journée					Randonnée à la découverte de Dizimieu et paysages alentours avec passage près de l'étang de Dizimieu alimenté par le ruisseau de Vaud.
17/06/2024 absents Sylviane, Dominique, Grâce	RANDO SANTE	MONTCARRA LES BOIS	MONTCARRA	DIDIER R		9H Parking stade de rugby	22	15	3	338	432	107	107	5,20	2H00	1/2 Journée	3232O	IBP : 24 			bordure de la forêt de tire gerbe - ruisseau - prairie.	
17/06/2024 absents Sylviane, Dominique, Grâce	RANDO SANTE	MONTCARRA LES BOIS	MONTCARRA	DIDIER R		9H Parking stade de rugby	22	15	3	358	432	123	123	6,50	2H00	1/2 Journée	3232O	IBP : 26 			bordure de la forêt de Tire gerbe - ruisseau - prairie - étang de Gole- lavoir.	
17/06/2024 absents Sylviane, Dominique, Grâce	MARCHE NORDIQUE SANTE	MONTCARRA LES BOIS	MONTCARRA	DIDIER R		9H Parking stade de rugby	22,00	15	3	338	432	107	107	5,20	2H00	1/2 Journée	3232O	IBP : 24 			bordure de la forêt de tire gerbe - ruisseau - prairie.	

