

# RANDONNÉES PÉDESTRES

## RHÔNE ET MÉTROPOLE DE LYON

RANDONNER À PIED DANS LE BEAUJOLAIS, LE LYONNAIS, LE PILAT...



**FFRandonnée**   
*Les chemins, une richesse partagée*

Rhône-Métropole de Lyon

## LES BIENFAITS DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE

La randonnée est accessible à tous, du néophyte aux personnes de tous âges, la randonnée pédestre conquiert chaque année de nouveaux pratiquants. Voici quelques avantages :

Marcher sollicite les muscles en renforçant vos jambes, votre tronc et votre dos. Cette activité augmente la capacité cardiorespiratoire, contribuant ainsi au bon fonctionnement de votre cœur et de vos poumons, chaque pas contribue à l'amélioration de votre condition physique.

La randonnée est aussi bonne pour votre esprit. Elle permet d'évacuer les préoccupations quotidiennes.

La randonnée pédestre permet de ralentir pour laisser place à l'observation de ce qui vous entoure, et permet de découvrir la nature autrement.

La randonnée pédestre peut vous permettre de vous dépasser, tenter une nouvelle distance, une dénivelée plus importante et augmenter la confiance en vous.

**Gabriel PARRON**

Président FFRandonnée Rhône - Métropole de Lyon

## SALON DU RANDONNEUR

L'ÉCHAPPÉE NATURE !

**21·22·23**  
**mars 2025**

Centre de Congrès de Lyon

Téléchargez votre invitation sur [www.randonnee.org](http://www.randonnee.org) avec le code **FFR2025**



Suivez-nous !   

agencearenditply.com - photo : @pxdeluxe

**FFRandonnée**   
*les chemins, une richesse partagée*

Rhône-Métropole de Lyon

## VENEZ REJOINDRE LE COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE LA RANDONNÉE

### NOUS RECHERCHONS DES BÉNÉVOLES



**POUR PARTICIPER A NOTRE ÉQUIPE D'ANIMATION**

Organiser des événements dans la convivialité et la bonne humeur



**POUR PARTICIPER A NOS PROJETS DE COMMUNICATION**

Communiquer sur les activités du Comité



**POUR PARTICIPER A LA VIE ASSOCIATIVE**

En créant du lien avec les associations existantes et futures



**POUR PARTICIPER A LA COMMISSION FORMATION**

**VENEZ NOUS RENCONTRER**

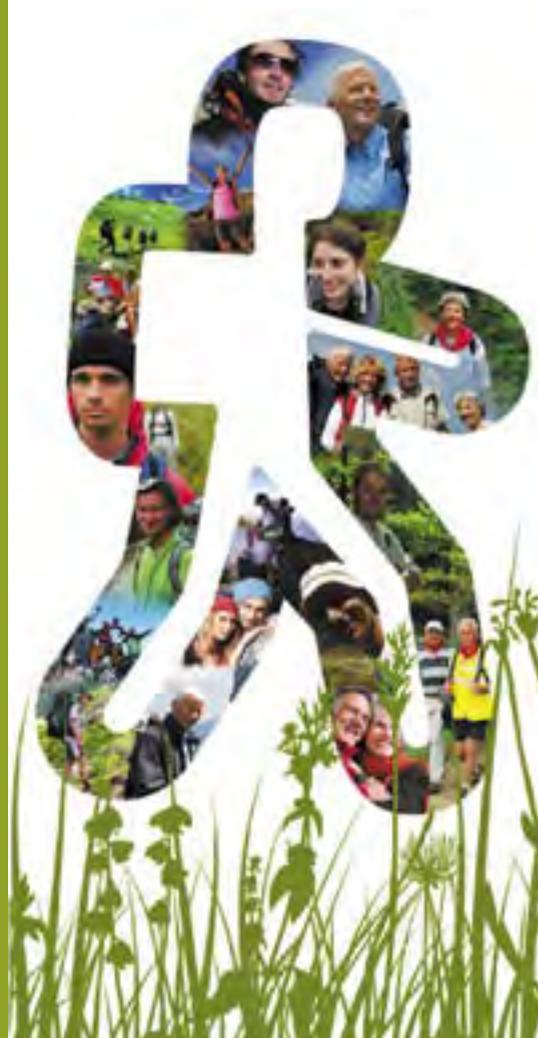
39 rue Germain 69006 LYON

CONTACTEZ NOUS :

04 72 75 09 02

ou connectez-vous à la plateforme bénévoles :

<https://benevoles.ffrandonnee.fr>



## GUIDE DES ASSOCIATIONS

D'autres associations fédérées sur la page « nous rejoindre / rechercher un club » du site : [www.rhone.ffrandonnee.fr](http://www.rhone.ffrandonnee.fr)  
Mise à jour le 9 novembre 2024

	Quand			Quoi				Lieu		Durée et Dénivellé			Comment	
	en semaine	le samedi, dimanche et jours fériés	week end et séjour	randonnée pédestre	randonnée raquettes	marche nordique accompagnée	rando santé®	dans la région	en montagne	< 4 h < 500 m	< 800 m	+ de 5 h + de 800 m	Covoiturage	Transport en commun car, train,...
<b>AMPLEPUI</b> <b>SKI ET MONTAGNE</b> 40 Bd de Rançon 69550 AMPLEPUI 04 74 89 01 11 - <a href="mailto:b.vignon0759@orange.fr">b.vignon0759@orange.fr</a>	X	X		X	X			X	X			X	X	
<b>ANSE</b> <b>ANSE'BALADANT</b> Mairie 69480 ANSE 06 27 02 94 85 - <a href="mailto:ansebaladant@gmail.com">ansebaladant@gmail.com</a>	X			X				X		X	X		X	
<b>BEAUJEU</b> <b>AMICALE DES SENIORS</b> Mairie 69430 BEAUJEU 04 74 04 82 95 - <a href="mailto:mtgarcia69@gmail.com">mtgarcia69@gmail.com</a>	X		X	X				X	X	X	X		X	
<b>BELLEVILLE EN BEAUJOLAIS</b> <b>BELLEVILLE EN MARCHES</b> 107 rue de la République 69220 BELLEVILLE EN BEAUJOLAIS 06 04 06 15 49 - <a href="http://bellevilleenmarches.com">bellevilleenmarches.com</a> <a href="mailto:bellevilleenmarches@outlook.fr">bellevilleenmarches@outlook.fr</a>	X			X	X			X	X	X	X	X	X	
<b>BRIGNAIS</b> <b>LAMIBALADE</b> 53 bis rue Général de Gaulle 69530 BRIGNAIS 06 82 85 19 34 - <a href="mailto:lamibalade@orange.fr">lamibalade@orange.fr</a>	X			X				X		X	X		X	
<b>LES RIPATONS</b> 5, chemin du Michelin 69530 BRIGNAIS 04 78 07 90 59 04 78 05 54 08 - <a href="http://ripatons.fr">ripatons.fr</a>	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	
<b>CHAZAY D'AZERGUES</b> <b>CHAZAY RANDONNÉE</b> 1 avenue de la République - 69380 CHAZAY D'AZERGUES 06 11 04 69 80 - <a href="http://chazay-randonnee.fr">chazay-randonnee.fr</a>		X	X	X				X	X	X	X	X	X	
<b>CRAPONNE</b> <b>UN GAON NEPALAIS</b> 8 rue des Tourrais - 69290 CRAPONNE 06 37 41 36 03 - <a href="mailto:loic.goulvestre@wanadoo.fr">loic.goulvestre@wanadoo.fr</a>			X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	
<b>CUBLIZE</b> <b>NORDIQUE CLUB BEAUJOLAIS VERT</b> 123 impasse des Abeilles - 69550 CUBLIZE 06 25 25 13 61 - <a href="mailto:tcatherin@free.fr">tcatherin@free.fr</a>	X	X		X				X		X			X	
<b>FONTAINES-SUR-SAÔNE</b> <b>HANDI CAP ÉVASION HCE</b> 32 chemin de la Creuzette - 69270 FONTAINES-SAÔNE 06 32 83 79 48 - <a href="http://hce.asso.fr/">hce.asso.fr/</a>		X	X	X				X	X	X	X			
<b>FRANCHEVILLE</b> <b>RANDO CLUB FRANCHEVILLE</b> Mairie 1 rue du Robert 69340 FRANCHEVILLE 06 52 66 75 53 - <a href="http://randoclubfrancheville.com">randoclubfrancheville.com</a>	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X
<b>RANDO-EVASION FRANCHEVILLE</b> Mairie 1 rue Robert - 69340 FRANCHEVILLE 04 78 59 50 23 - <a href="mailto:jpf.veyrier@gmail.com">jpf.veyrier@gmail.com</a>		X	X	X				X	X		X		X	
<b>GRIGNY</b> <b>CLUB SPORTIF DES CHEMINOTS DE BADAN</b> 13 rue Darcy 69520 GRIGNY 04 78 07 15 44 - <a href="mailto:cscb.rando@laposte.net">cscb.rando@laposte.net</a>	X			X				X		X			X	X
<b>LATITUDE RANDO</b> 2 avenue Jean Durand - 69520 GRIGNY 06 87 40 65 67 - <a href="http://latituderando.fr">latituderando.fr</a>		X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X
<b>HAUTE RIVOIRE</b> <b>LES NOISETTES</b> Mairie 69610 HAUTE RIVOIRE 06 87 01 06 07 - <a href="http://lesnoisetteshaute-rivoire69.jimdofree.com">lesnoisetteshaute-rivoire69.jimdofree.com</a>		X		X	X			X	X	X	X		X	

## Rhône-Métropole de Lyon

### GUIDE DES ASSOCIATIONS

D'autres associations fédérées sur la page « nous rejoindre / rechercher un club » du site : [www.rhone.ffrandonnee.fr](http://www.rhone.ffrandonnee.fr)  
Mise à jour le 9 novembre 2024

	Quand			Quoi				Lieu		Durée et Dénivellé			Comment	
	en semaine	le samedi, dimanche et jours fériés	week end et séjour	randonnée pédestre	randonnée raquettes	marche nordique accompagnée	rando santé®	dans la région	en montagne	< 4 h < 500 m	< 800 m	+ de 5 h + de 800 m	Covoiturage	Transport en commun car, train,...
<b>JONAGE</b> <b>LE GODILLOT VAGABOND</b> 13, allée de Touraine - 69330 JONAGE 04 78 31 12 85 - <a href="http://www.godillot-vagabond.fr">www.godillot-vagabond.fr</a>	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X
<b>L'ARBRESLE</b> <b>LES AMIS DE LA MONTAGNE</b> 33 bis rue Gabriel Peri Maison des Associations 69210 L'ARBRESLE 06 95 03 37 66 - <a href="http://les-ama.fr">les-ama.fr</a>		X	X	X	X			X	X		X	X	X	
<b>MIONS</b> <b>LES PIEDS MIOLANDS</b> 7 - 9 Allée du Château - 69780 MIONS 06 69 48 34 33 - <a href="http://piesdmiolands.fr">piesdmiolands.fr</a>	X	X	X	X		X		X	X	X	X	X	X	
<b>NEUVILLE</b> <b>RANDO NEUVILLE</b> rue Pierre Dugelay ble lettres 5 - 69250 NEUVILLE/SAONE 06 79 83 96 80 - <a href="mailto:randoneuille@laposte.net">randoneuille@laposte.net</a>	X			X				X		X	X		X	
<b>OULLINS</b> <b>C.A.S.C.O.L RANDO ÉVASION</b> 41 avenue de l'aqueduc de Beauvant - 69600 OULLINS 06 74 50 70 89 - <a href="http://www.cascal-rando.fr/">www.cascal-rando.fr/</a> <a href="mailto:cascal.randoevasion@free.fr">cascal.randoevasion@free.fr</a>	X		X	X	X			X	X	X	X	X	X	X
<b>RILLIEUX LA PAPE</b> <b>AUVR section randonnée pédestre</b> 18 rue de la Saône - 69140 RILLIEUX LA PAPE 04 78 88 96 90 - <a href="http://rando-rillieux.fr">rando-rillieux.fr</a>	X	X		X				X	X		X	X	X	
<b>CLAIR</b> 32 av G Leclerc BP62 69142 RILLIEUX LA PAPE cedex 04 78 88 73 63 - <a href="mailto:clair.rillieux@free.fr">clair.rillieux@free.fr</a>	X	X		X				X		X			X	
<b>SAINT-GENIS-LES-OLLIÈRES</b> <b>LA RANDONNÉE SAINT GENOISE</b> Mairie - 10 rue de la Mairie - 69290 ST GENIS LES OLLIERES <a href="http://sgo-rando.net/">http://sgo-rando.net/</a> - email: <a href="mailto:rsg.sgo@gmail.com">rsg.sgo@gmail.com</a>	X	X	X	X		X		X		X	X		X	
<b>SAINT-GERMAIN-NUELLES</b> <b>LES GRISEMOTTES</b> 180 chemin du Moulin - 69210 ST-GERMAIN-NUELLES 04 74 01 21 08 - <a href="http://lesgrisemottes-rando.org">lesgrisemottes-rando.org</a>	X	X	X	X				X	X	X	X		X	X
<b>SAINT-LAURENT-DE-MURE</b> <b>GODILLOTS, SAC ET MONTAGNE DES MURES</b> 3 rue du Panorama - 69720 ST LAURENT DE MURE 06 16 60 66 38 - <a href="http://godillotsdesmures.e-monsite.com/">godillotsdesmures.e-monsite.com/</a>		X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X
<b>SAINT-MARTIN-EN-HAUT</b> <b>CYCLO MARCHEURS SAINT MARTINOIS CMSM</b> Mairie 69850 ST MARTIN EN HAUT 07 82 77 34 16 - <a href="http://ccsm.e-monsite.com">ccsm.e-monsite.com</a>	X	X	X	X		X		X		X	X	X	X	
<b>SAINTE COLOMBE</b> <b>SAINTE COLOMBE RANDONNÉE</b> 168 avenue du Général de Gaulle 69560 SAINTE COLOMBE 06 88 49 07 83 - <a href="mailto:president.stecorando@gmail.com">president.stecorando@gmail.com</a>	X			X				X		X			X	
<b>SAINTE FOY LES LYON</b> <b>OFTA</b> 3 Grande rue 69110 STE FOY LES LYON 04 78 59 11 64 - <a href="mailto:ofta@ofta.fr">ofta@ofta.fr</a>	X		X	X		X		X		X	X		X	
<b>TERNAY</b> <b>ASSOCIATION du SYNDICAT D'INITIATIVE DE TERNAY</b> 5 place de l'église 69360 TERNAY 04 72 24 73 88 - <a href="mailto:rando.siternay@laposte.net">rando.siternay@laposte.net</a>	X	X	X	X				X			X		X	
<b>VAUX-EN-BEAUJOLAIS</b> <b>LES CLOCH'PIEDS</b> Mairie 69460 VAUX EN BEAUJOLAIS 06 76 74 80 35 - <a href="mailto:amg.colin@gmail.com">amg.colin@gmail.com</a>	X			X				X		X			X	

# LES ASSOCIATIONS FÉDÉRÉES

Clubs labellisés Rando Santé®

## GUIDE DES ASSOCIATIONS

D'autres associations fédérées sur la page « nous rejoindre / rechercher un club » du site : [www.rhone.ffrandonnee.fr](http://www.rhone.ffrandonnee.fr)  
Mise à jour le 9 novembre 2024

	Quand			Quoi				Lieu		Durée et Dénivellé				Comment	
	en semaine	le samedi, dimanche et/ou le jour férié	week end et séjour	randonnée pédestre	randonnée raquettes	marche nordique accompagnée	rando santé®	dans la région	en montagne	< 4h < 500 m	< 800 m	+ de 5h + de 800 m	Covoiturage	Transport en commun, car, train...	
<b>VÉNISSIEUX</b> A.S.C.V section randonnée 128 rue Gabriel Péri - 69200 VÉNISSIEUX 04 72 50 89 00 - <a href="mailto:ascv.rando@gmail.com">ascv.rando@gmail.com</a>		X	X	X				X	X	X	X		X		
<b>VERNAISON</b> DECOUVERTES Hôtel de ville 24 place du 11 novembre 1918 69390 VERNAISON 06 01 44 41 43 - <a href="http://www.decouvertesrando.fr">http://www.decouvertesrando.fr</a>	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X		
<b>VILLEFRANCHE</b> NAGE-RANDO-RETRAITES Maison des associations sportives N°33 69400 VILLEFRANCHE/SAONE 06 87 78 82 89 - <a href="http://nage-rando-69400.wifeo.com">http://nage-rando-69400.wifeo.com</a>	X			X	X		X	X		X			X		
<b>OFFICE DES GENERATIONS REUNIES OGR</b> 114 rue de Belleville - 69400 VILLEFRANCHE/SAONE 04 74 68 02 13 - <a href="http://ogr-villefranche.assoconnect.com">http://ogr-villefranche.assoconnect.com</a>	X		X	X	X	X		X	X	X	X	X	X		
<b>VILLEURBANNE</b> C.M.C.V. 51 rue Pierre Baratin 69100 VILLEURBANNE 04 72 33 60 33 - <a href="mailto:cm.cv@wanadoo.fr">cm.cv@wanadoo.fr</a>	X		X					X	X	X	X		X		
<b>SECIRELY</b> 70 rue du Dr Rollet 69100 VILLEURBANNE 04 78 08 82 49 - <a href="http://secirely2.monsite-orange.fr/">http://secirely2.monsite-orange.fr/</a>	X	X	X	X				X	X	X	X	X	X	X	
<b>VOURLES</b> ECHAPPEES VOURLLOISES Mairie 69390 VOURLLES - 06 22 47 25 79 - <a href="mailto:gerard.longe@free.fr">gerard.longe@free.fr</a>		X	X	X	X			X	X	X	X	X	X		

LYON														
<b>L'ARPION VAGABOND</b> 7 rue Major Martin - 69001 LYON <a href="mailto:arpionvagabond@gmail.com">arpionvagabond@gmail.com</a> 04 78 27 04 85 - <a href="http://www.arpionvagabondrando.com/">http://www.arpionvagabondrando.com/</a>		X	X	X	X			X	X		X		X	
<b>LA CORDÉE PÉDESTRE</b> 15 rue Auguste Comte - 69002 LYON 04 78 37 02 77 - <a href="http://lacordeelyon.com">http://lacordeelyon.com</a>		X	X	X	X	X		X	X	X	X	X		X
<b>GTA HANDIC'ALPES</b> 36 avenue Lacassagne 69003 LYON <a href="mailto:contact@gtahandicalpes.fr">contact@gtahandicalpes.fr</a> - <a href="http://gtahandicalpes.fr">http://gtahandicalpes.fr</a>		X	X	X	X			X	X		X	X	X	
<b>SPORT ET SANTÉ</b> 259 rue de Créqui 69003 LYON 04 78 60 56 66 - <a href="http://www.spes-lyon.fr">http://www.spes-lyon.fr</a>	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X
<b>AMIS LYONNAIS DES PARCS ET RÉSERVES ALPR</b> 60 av du Général Eisenhower 69005 LYON 06 83 39 95 33 - <a href="http://alprrando.fr">http://alprrando.fr</a>	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X
<b>ASEB MARCHÉ LOISIRS</b> 14 rue des Aqueducs 69005 LYON 04 78 36 44 96 - <a href="mailto:jean.neigeat@gmail.com">jean.neigeat@gmail.com</a>		X		X				X			X			
<b>CENTRE SOCIO CULTUREL DU POINT DU JOUR</b> 10 impasse Secret 69005 LYON 04 78 25 55 89 - <a href="mailto:contact@csc-pdj.fr">contact@csc-pdj.fr</a>	X	X		X				X	X	X	X		X	X
<b>TOURING CLUB RHODANIEN</b> 104 rue Garibaldi 69006 LYON 04 78 52 37 97 - <a href="http://touringclub-lyon.com">http://touringclub-lyon.com</a>		X	X	X	X			X	X	X	X	X		X
<b>2AUTA RANDOS &amp; DECOUVERTES</b> 39 bis rue de Marseille 69007 LYON 06 09 39 89 21 - <a href="http://2auta.assoconnect.com">http://2auta.assoconnect.com</a>	X		X	X				X	X	X	X	X		
<b>BALADECLIC</b> 15 rue de la Persévérance 69009 LYON 06 75 03 01 03 - <a href="mailto:huguette.champetinaud@laposte.net">huguette.champetinaud@laposte.net</a>	X	X	X	X				X	X	X			X	X

# JANVIER - FÉVRIER

## LÉGENDE



ASSOCIATION AFFILIÉE À LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE RANDONNÉE



CIRCUIT POUR POUSETTES ET HANDICAPÉS



MARCHE NOCTURNE

VÉRIFIER SUR LE SITE [WWW.RHONE.FFRANDONNEE.FR](http://WWW.RHONE.FFRANDONNEE.FR) LA MISE À JOUR DES RANDONNÉES AVEC LES NOUVELLES INSCRIPTIONS OU LES ANNULATIONS.

! LA FFRANDONNÉE DÉCLINE TOUTE RESPONSABILITÉ EN MATIÈRE D'ORGANISATION DES RANDONNÉES DE VILLAGE.

**ATTENTION :**  
les organisateurs se réservent le droit de modifier ou d'annuler leurs randonnées, en fonction des circonstances.  
Pensez systématiquement à apporter votre gobelet !

## JANVIER

### DIMANCHE 12 JANVIER

#### Saint Jean la Bussière (A3) Randonnée des mouchérons

Organisée par le Comité des Fêtes  
RV: de 8h à 14h à la salle de la Buissonnière  
Contact: Jean-François PORTIER - 06.30.96.38.87

Longueur des circuits en km					
5	7	11	16	21	28
Dénivelé positif cumulé en m					
106	124	320	460	680	820
Coût entre 5 et 9 €					

### DIMANCHE 19 JANVIER

#### Valsonne (A3) Marche des écrevilles

Organisée par le sou des écoles.  
RV: de 7h à 16h à la salle des fêtes de Valsonne  
Contact: Emmanuelle BOUYER - 06 64 89 92 22  
4 ravitaillements gourmands. Saucisson patates à l'arrivée. Parcours poussette

Circuits en km					
8	13	17	22	28	
Dénivelé positif en m					
330-	480	570	800	1000	
Coût entre 5 et 15 €					

### DIMANCHE 26 JANVIER

#### Lozanne (B4) Randonnée du saucisson chaud au pays des pierres dorées

Organisée par le sou des écoles  
RV: de 8h à 14h Salle des sports l'Escale  
Accès transport en commun: train TER  
Contact: Michaël CHALANDON - 07 44 85 89 51  
Ravitaillements sur les 4 grands parcours. Saucisson chaud à l'arrivée pour tous.

Plus d'info sur: [www.soudecolesdelozanne.fr](http://www.soudecolesdelozanne.fr)

Circuits en km					
4	8	14	21	26	
Dénivelé positif en m					
100	200	400	600	700	
Coût entre 5 et 10 €					

#### Feurs (Loire) 64<sup>ème</sup> Marche de la Soupe aux choux

Organisée par Squadra Forézienne  
RV: de 8h à 13h au Boulodrome de Feurs, route de Civens  
Contact: Pierre GRANDJEAN ou Gilles DUFFAY 06 80 91 06 81 ou 06 25 85 87 02  
De 1 à 4 ravitaillements par circuit et soupe aux choux à l'arrivée.

Circuits en km					
6,5	12	15	19	25	32
Dénivelé positif en m					
40	122	188	267	407	659
Coût entre 6 et 9 €					

## FÉVRIER

### DIMANCHE 2 FÉVRIER

#### Mardore (A2) Randonnée pédestre du Boudin

Organisée par le Comité des Fêtes  
RV: de 7h30 à 14h à la salle polyvalente  
Contact: Enzo PERRAUD - 06 99 71 19 81  
Café offert au départ. Tombola gratuite. Ravitaillements sur les parcours et boudin fromage à l'arrivée. Les participants marchent sous leur propre responsabilité, dans le respect de l'environnement. Pensez à vos gobelets.

Circuits en km					
7,5	10	15	19	24	
Dénivelé positif en m					
274	480	711	839	1050	
Coût entre 2 et 9 €					



## DIMANCHE 16 FÉVRIER

### Virigneux (Loire)

#### Marche de la Toranche

Organisée par l'association des familles rurales de Virigneux

**RV:** de 8h à 14h à la salle d'animation

**Contact:** Eric PITRAT ou Sophie MICHEL

06 75 23 39 05 ou 06 80 02 90 05

Circuits en km				
7	15	21	28	
Dénivelé positif en m				
200	350	450	600	
Coût entre 6 et 9 €				

## DIMANCHE 23 FÉVRIER

### Sarcey (B3)

#### La Sarceyroise

Organisée par le comité des fêtes

**RV:** de 7h30 à 14h à la salle des fêtes

**Accès transport en commun:** en train, gare de St Romain de Popey à 2 km

**Contact:** Cathy BOILLOT ou Ghislaine CARRIER  
07 57 53 02 14 ou 07 61 75 78 47

Circuits en km				
8	12	16	22	26
Dénivelé positif en m				
190	220	330	430	480
Coût entre 6 et 8 €				

### Aveizieux (Loire)

#### Randonnée La Ronde des Pitous

Organisée par l'association La Ronde des Pitous

**RV:** de 8h à 13h à la salle polyvalente 48 rue des

Passementiers

**Contact:** Marlène PAILLER - 06 26 68 17 00

Association de soutien aux enfants porteurs de handicap. Saucisses lentilles à l'arrivée, ravitaillements et café offert au départ. Apporter son gobelet.

Circuits en km				
4	10	15	23	
Dénivelé positif en m				
91	192	419	650	
Coût entre 4 et 11 €				

## MARS

## DIMANCHE 2 MARS

### Grézieux le Marché (A5)

#### Balade des Ecoreuils

Organisée par le Comité FCMG - Chasse - Boules

**RV:** de 8h à 15h à la salle du Cartay

**Accès transport en commun:** bus 2EX puis bus

143 (l'Arbresle/Saint-Symphorien)

**Contact:** Christian DESSAIGNE ou Bernard

SEON - 06 16 38 58 21 ou 06 25 08 26 50

Ravitaillements prévus pour chaque parcours et saucisses lentilles à l'arrivée.

Circuits en km				
7	10	13	16	21
Dénivelé positif en m				
190	293	300	417	620
Coût entre 6 et 8 €				

### St Etienne la Varenne (B2)

#### Randonnée des sarments

Organisée par le sou des écoles laïques

**RV:** de 8h à 15h à la salle des fêtes, le Bourg

**Contact:** Emeric DUVERNAY ou Thierry

BERTHELON - 06 82 66 81 95 ou 06 79 63 40 37

Soupe à l'oignon offerte à l'arrivée,

ravitaillements (sauf 5 km).

Circuits en km				
5	10	16	18	26
Dénivelé positif en m				
/	380	600	640	800
Coût entre 3 et 9 €				

## DIMANCHE 9 MARS

### Denicé (B3)

#### Randonnée du Printemps

Organisée par le comité d'animation socio-culturel

**RV:** de 8h à 14h à la salle des fêtes

**Contact:** Béatrice GAIDON - 06 89 70 88 14

1 relais sur le 10 km, 2 relais sur le 16 km, 3

relais sur le 21 km. Saucisse lentilles pour tous à

l'arrivée. Apporter son gobelet.

Circuits en km				
5	10	16	21	
Dénivelé positif en m				
100	300	550	700	
Coût entre 5 et 10 €				

### Mornant (B5)

#### Des Petits Pas pour l'Afrique

Organisée par l'ASFBD - La Ferme de l'Espoir

**RV:** de 8h à 13h au boulodrome Jean Palluy, bd

Gl de Gaulle

**Contact:** Marcelline PEYRON ou Serge CAFIERO

06 86 38 52 61 ou 06 34 98 90 21

1 ravitaillement sur le 12 km, 2 ravitaillements

sur le 18 km et assiette chaude pour tous à

l'arrivée, jusqu'à 16h. Pas de gobelets sur les

relais.

Circuits en km				
7	12	18		
Dénivelé positif en m				
130	260	475		
Coût entre 7 et 9 €				

## DIMANCHE 16 MARS

### Ancy (B4)

#### La Baleinoise

Organisée par l'Association des Parents d'élèves

**RV:** de 8h à 12h (20 km) de 8h à 14h

(6,5 et 13,5 km) à la salle des fêtes

**Contact:** Benoît GIRARDON ou Pierre-Laurent

FERRIERE - 07 62 55 72 76 ou 06 98 22 46 91

Ravitaillements avec de nombreux produits

locaux et soupe à l'oignon à l'arrivée.

Circuits VTT.

Circuits en km				
6,5	13,5	20		
Dénivelé positif en m				
270	507	820		
Coût entre 5 et 10 €				

### Claveisolles (B2)

#### Randonnée de Printemps

Organisée par le Comité des Fêtes

**RV:** de 8h à 14h30 à la salle des fêtes

**Contact:** Séverine RENAUD ou Damien

LEMAIRE - 06 73 52 29 84 ou 07 86 26 63 60

Circuits en km					
4	8	11	16	20,5	28
Dénivelé positif en m					
128	206	470	662	780	1029
Coût entre 6 et 12 €					

### Millery (C5)

#### Les Mill'vignes

Organisée par Ecole Vivante

**RV:** de 7h30 à 10h30 à la salle des fêtes

**Accès transport en commun:** bus 119 depuis

métro St Genis ou Oullins - Bus 15E depuis

Bellecour (arrêt place du Bouton).

**Contact:** Florian CLAPIT - 06 24 46 05 65

Une randonnée bonne humeur avec des ravitos

faits maison.

Saucisson chaud ou repas végétarien à l'arrivée.

Circuits en km				
6	14	21		
Dénivelé positif en m				
140	300	400		
Coût entre 6 et 10 €				

### Saint Germain-Nuelles (B4)

#### 50<sup>ème</sup> Randonnée pédestre

#### des Grisémites

Organisée par le club

de randonnées « Les Grisémites »

**RV:** de 8h à 14h à la salle polyvalente du

Colombier

**Accès transport en commun:** en tram train, gare

de l'Arbresle à 2,5 km

**Contact:** Gilles RAGOT ou

contact@lesgrisémites-rando.org

04 74 01 51 01 ou 04 74 01 21 08

50<sup>ème</sup> anniversaire de la randonnée. Parcours au

pays des Pierres Dorées. Deux circuits sur route pour personnes à mobilité réduite et poussettes. Parcours ludiques enfants. Apporter son gobelet. Toutes informations (circuits, accueil, inscriptions) sur le site : [www.lesgrisémites-rando.org](http://www.lesgrisémites-rando.org)

Circuits en km					
7/8	11/13	14/16	19/22	24/28	
Dénivelé positif en m (environ)					
150	250	300	400	500	
Coût entre 5 et 10 €					

### Saint Symphorien sur Coise (B5)

#### Circuit familial ludique

Organisé par le Comité des Fêtes

**RV:** de 8h à 14h salle Albert Maurice, Bld du

Stade

**Accès transport en commun:** bus 2EX Lyon

Gorge de loup - Bus C1 St Etienne

**Contact:** Frédéric DELAGE ou Régis MINTIGNEUX

06 41 88 44 15 ou 06 99 38 76 61

Ravitaillement saucisson pommes de terre à

l'arrivée. Obstacles sur les 2 circuits.

Circuits en km	
4	12
Dénivelé positif en m	
/	300
Coût entre 6 et 9 €	

### Villié Morgon (B2)

#### Marche de l'Espoir

Organisée par « Chemins et Racines »

**RV:** de 8h à 13h à la salle des fêtes

**Contact:** Andrée CINQUIN ou Maryline LEROUGE

04 74 69 10 41 ou 06 30 91 94 78

Ravitaillements.

Circuits en km				
6	12	16	24	
Dénivelé positif en m				
140	240	350	652	
Coût entre 9 et 13 €				

### Valeille (Loire)

#### 32<sup>ème</sup> Randonnée

#### Campagnarde des Godelons

Organisée par Maison des Jeunes et de la Culture

Union Lestra Valeille

**RV:** de 7h30 à 15h à la salle d'animation

**Contact:** Gérard MICHEL ou Georges FERRIER

06 71 11 69 48 ou 06 73 74 45 90

Plus un circuit adapté poussettes et fauteuils

(2 km). Parcours avec ravitaillements. Tombola

gratuite. Potée Godelonne avec produits du

terroir : 12€ sur réservation, avant 11h.

Circuits en km						
6,5	10	13	16	19	23	30
Dénivelé positif en m						
82	283	365	440	550	657	875
Coût entre 2,5 et 9,5 € (gratuit pour les moins de 5 ans)						

## DIMANCHE 23 MARS

### Chaponnay (C5)

#### Randonnée des Anémones

Organisée par le Cyclo Club Chaponnay

**RV:** de 7h30 à 13h au complexe sportif Gil

Laforet

**Contact:** Daniel TRESPAILLÉ ou Annick

SOUSTRE - 06 23 10 05 17 - 06 64 05 14 57

Merci d'apporter votre gobelet pour votre

collation à l'arrivée.

Le ravitaillement sera donné au départ.

Circuits en km			
6	11	16	20
Dénivelé positif en m			
74	170	205	252
Coût entre 6 et 8 €			

### Saint Just d'Avray (A3)

#### 49<sup>ème</sup> randonnée pédestre

Organisée par Les Amis de St Just

**RV:** de 7h30 à 15h à la salle des fêtes

**Contact:** Françoise JEANNOT - 06 47 89 08 14

Très belles randonnées entre campagne et forêt,

avec de beaux panoramas.

Ravitaillement sur les circuits. Apporter son

gobelet ou location sur place.

Circuits en km			
6	11	21	27
Dénivelé positif en m			
174	381	715	977
Coût 4 et 8 €			

**VOS MAGASINS SPÉCIALISTES DE LA RANDONNÉE !**

- GENAY**  
662 Rue des Jonchères  
Actipark de la Richassière  
69730 GENAY  
04.51.23.66.49
- LYON CROIX-ROUSSE**  
81 Grande Rue de la Croix-Rousse  
69004 LYON  
04.72.98.00.31

**CHAUSSURES, TEXTILE, SACS À DOS, BIVOUAC, ACCESSOIRES...**

[www.terrederando.com](http://www.terrederando.com)

# MARS - AVRIL

## Saint Laurent d'Agy (B5) Marche de solidarité pour des projets humanitaires au Nord-Bénin

Organisée par Komanu France Bénin - Action Humanitaire  
**RV:** 8h/10h (23km) 8h/11h (19km) 8h/12h (13km) et 8h/14h (3 et 6km) à la salle d'animation  
**Accès transport en commun :** car du Rhône ligne 114, arrêté place du By  
**Contact:** François DESCOMBES - 07 52 67 25 99  
 Ravitaillement sur les circuits de 13,19 et 23 km et assiette chaude à l'arrivée pour tous les circuits. Pas de gobelet aux ravitaillements, pensez à apporter le vôtre.

Circuits en km				
3	6	13	19	23
Dénivelé positif en m				
32	69	202	311	310
Coût entre 5 et 9 €				

## La Gimond (Loire) Marche des Vallons

Organisée par le Comité des Fêtes  
**RV:** de 8h à 14h sur le parking de la salle du petit pont  
**Contact:** René VOUTA ou Emmanuel THIZY 06 68 97 84 76 ou 06 24 55 47 73  
 Ravitaillements copieux et repas chaud à l'arrivée.

Circuits en km				
4	7	11	17	24
Coût entre 5 et 10 €				

## DIMANCHE 30 MARS

## Quincé en Beaujolais (B2) Randonnée des 3 châteaux

Organisée par le Sou des écoles  
**RV:** de 8h à 14h (11h pour les 20 et 25 km) à la cantine scolaire, 35 rue du Bourg  
**Accès transport en commun :** ligne 236 car du Rhône  
**Contact:** Géraldine WOERNER - 06 27 82 83 26  
 Prenez votre gobelet ! Ravitaillements sur tous les parcours. Repas beaujolais à l'arrivée, **uniquement sur réservation jusqu'au 28 mars.** Informations sur [www.rando3chateaux.fr](http://www.rando3chateaux.fr)

Circuits en km				
5	10	15	20	25
Dénivelé positif en m				
180	320	510	790	1130
Coût entre 5 et 13 €				



## Saint Martin en Haut (B5)

### La Randonnée des Fagotiers

Organisée par le comité d'animation et de promotion touristique  
**RV:** de 8h à 15h à la salle des fêtes du Plon  
**Accès transport en commun :** car du Rhône 2EX  
**Contact:** Pierre PONCET ou Françoise PONCET 07 81 68 03 76 ou 06 99 01 00 70  
 Ravitaillement sur tous les circuits, à l'arrivée saucisson chaud avec pommes vapeur.

Circuits en km			
7	15	22	28
Dénivelé positif en m			
240	424	756	924
Coût entre 5 et 8 €			

## Saint Vérand (B3)

### Marche de l'Espoir

Organisée par l'association Marche de l'Espoir  
**RV:** de 8h à 11h à la salle des fêtes, route du Beaujolais  
**Contact:** Séverine BERTHONECHE ou Marine BRIATORE - 06 62 66 54 77 ou 06 74 46 75 04  
 Plusieurs ravitaillements seront installés sur les parcours. À l'arrivée, un repas chaud compris dans le prix de l'inscription.  
 Soutenons les malades atteints de la SLA (Sclérose Latérale Amyotrophique).

Circuits en km			
8,5	13,5	21	26
Dénivelé positif en m			
250	400	670	860
Coût entre 8 et 10 €			

## AVRIL

## DIMANCHE 6 AVRIL

## Francheville (C4)

### Randonnée du printemps

Organisée par le comité des anciens de Francheville  
**RV:** entre 7h30 et 12h (14h pour le petit circuit) au Complexe Iris, montée des Roches  
**Accès transport en commun :** bus C20 E (arrêt Gare de Francheville ou La Chardonnière) ou TER SNCF Brignais/Saint-Paul (arrêt Gare de Francheville)  
**Contact:** Éric BESSON ou Suzanne GARDEY 06 61 56 74 21 ou 06 85 32 74 65  
 Plat chaud et fruit à l'arrivée.

Circuits en km			
3	8	14	18
Dénivelé positif en m			
60	150	250	300
Coût entre 5 et 9 €			

## Liergues (B3)

### Rando Famille et cani-rando des 3 petits cochons

Organisée par l'Amicale des classes en 3  
**RV:** de 8h à 14h à la salle des fêtes La Doréenne  
**Contact:** Mme Maxime CARTILLIER (Présidente) - 07 84 20 90 85  
 Magnifiques circuits au cœur des Pierres Dorées pour Rando Famille et cani-rando pour nos amis à 4 pattes sur circuits séparés. Ravitaillement sur tous les parcours et collation à l'arrivée.  
 Animation canine.

Circuits en km			
9 Cani-rando	9 Rando-famille	15 Rando-famille	22 Rando-famille
Dénivelé positif en m			
150	150	300	470
Coût entre 6 et 8 €			

## Odenas (B2)

### Rand'Odenas

Organisée par le Comité des Fêtes  
**RV:** de 8h à 15h sous la Halle, au centre du village  
**Contact:** Laurent DARD ou Cécile LAGRANGE 06 52 02 04 55 ou 06 18 07 48 97  
 2 à 4 ravitaillements par parcours, dont soupe à l'oignon à l'arrivée.

Circuits en km				
5	11	16	19	24
Dénivelé positif en m				
65	350	530	680	900
Coût entre 5 et 10 € (gratuit < de 6 ans)				

## Les Sauvages (A3)

### Randonnée d'Altitude 723

Organisée par Altitude 723  
**RV:** de 7h30 à 14h à la salle des fêtes « Près de Sienne »  
**Accès transport en commun :** cars du Rhône  
**Contact:** Maryse CHERBLANC ou Magalie VARINARD - 06 30 68 27 90 ou 06 83 17 67 26  
 Possibilité d'inscription en ligne sur la page **Facebook:** Altitude Les Sauvages.  
 À l'arrivée, saucisson chaud/pommes de terre. Ravitaillements produits locaux. Pensez à vos gobelets. Circuit poussettes et fauteuils de 2,5 km.

Circuits en km				
5	9	14	18	25
Dénivelé positif en m				
81	244	436	627	760
Coût entre 4 et 9 €				

# LA MARCHÉ NORDIQUE

« Marcher nordique », c'est plusieurs formes de marches

- **Sportive**, le marcheur intensifie sa foulée à l'aide de bâtons munis de gantelets (gants accrochés aux bâtons) qui lui permettent une propulsion efficace.
- **Correctrice**, les bâtons aident à obtenir une posture, une technique du geste acquise en pratiquant très régulièrement avec un animateur Brevet Fédéral MN. (diplôme délivré par la Fédération Française de Randonnée).

- **Ludique**, elle peut se pratiquer en groupe dans un club favorisant le lien social, le partage d'exercices enrichissants, le bien être physique et le plaisir d'être en plein air.

- **Technique**, coordination des bras et des jambes, le geste est acquis, le mental se libère, le stress s'évacue, le pratiquant profite alors pleinement de la sortie.

- **Nature**, selon les clubs certains privilégient les sorties « nature » sur les sentiers, favorisant l'écoute, les senteurs. D'autres préfèrent les circuits urbains avec la découverte de la ville.

## DÉROULEMENT D'UNE SORTIE

L'animateur propose des échauffements, ensuite marche avec mise en pratique du geste, puis un temps pour le renforcement musculaire. Puis, à nouveau marche pour finir la séance par des étirements.

Depuis, quelques années, des clubs associent du yoga à la marche nordique. Elle peut être complétée par des exercices de respiration, de postures. Les bienfaits de ces deux disciplines sont complémentaires.



## MATÉRIEL DE MARCHÉ

- 1 paire de bâtons avec gantelets. **Attention** les bâtons doivent être dimensionnés selon votre taille et être de qualité carbone pour éviter les vibrations.
- 1 paire de chaussures de sport, basses, type trail.
- 1 tenue de sport confortable, respirante, les équipementiers proposent un large choix.

## MANIFESTATIONS & CLUBS

Salon de la Marche Nordique® sur **NordicWalkin'Bordeaux Métropole** du 4 au 6 Avril 2025  
**Nouveauté :** NordicWalkin'Albi du 13 au 15 Juin 2025

Toutes les régions proposent des rencontres marche nordique, pour le plaisir, pour la compétition ou simplement la découverte, n'hésitez pas à rejoindre un club. En parallèle, venez découvrir la marche avec des bâtons dynamiques munis de résistances (4kg, 6kg, 8kg et 10kg) ils favorisent la marche en faisant travailler les abdominaux, la partie supérieure du corps, améliore la posture. C'est nouveau, soyez curieux, informez-vous !

Martine ASTORINO,  
Animatrice Marche Nordique



## Saint Forgeux (B4)

### Le cœur ça marche !

Organisée par le Rotary Club Pays de Tarare  
**RV:** de 7h30 à 14h à la salle des fêtes  
**Contact:** Eric TUREAU ou Xavier DOLIGEZ  
 06 21 90 73 41 ou 06 26 47 35 87  
 Ravitaillements sur les circuits et repas à l'arrivée inclus dans l'inscription.

Circuits en km				
5	12	15	20	25
Dénivelé positif en m				
193	378	491	801	1070
Coût entre 6 et 10 €				

## Maringes (Loire)

### Marche du Mottet

Organisée par Rando Trail Passion  
**RV:** de 7h30 à 14h à la salle des fêtes  
**Contact:** Christophe CARTERON - 06 49 29 03 54  
 Café offert au départ. Ravitaillement sur les parcours. À l'arrivée, barbecue, pâtes. Pensez à votre gobelet. Une partie des bénéfices sera reversés à une association caritative.

Circuits en km					
5	10	15	21	26	31
Dénivelé positif en m					
130	340	470	600	800	950
Coût entre 5 et 9 €					

## DIMANCHE 13 AVRIL

## Bessenay (B4)

### 46<sup>ème</sup> Randonnée des Cerisiers Blancs

Organisée par le comité des jeunes  
**RV:** de 8h à 14h à la Salle des fêtes du Prado  
**Contact:** Thomas LAC ou Victor BAILLY  
 06 65 47 27 14 ou 06 63 61 22 69  
 Ravitaillement sur les parcours, location de verre sur place. Saucisson, pommes de terre cuites à la chaudière à l'arrivée. Venez vous balader entre les cerisiers en fleurs.

Circuits en km			
7	14	20	26
Dénivelé positif en m			
200	500	700	850
Coût entre 5 et 10 €			

## Charnay en Beaujolais (B3)

### Le cochon marcheur

Organisée par le Sou des écoles  
**RV:** de 8h à 14h place de la Mairie  
**Contact:** Vincent CHANAL et Jérémie GLATZ  
 06 25 50 47 25 ou 06 82 39 20 35  
 Une randonnée pour tous les niveaux autour du village sur des sentiers balisés : parcours en forme de fleurs avec retour au village après chaque boucle, pour un ravitaillement. Possibilité de cumuler plusieurs boucles :

Belmont, Boucle St Jean des vignes, Boucle Belmont Glacière, Alix, Chevronnet Marcy, Charnat le Pti Cochon marcheur

Circuits en km					
6,2	6,3	6,1	5,4	1,1	
Dénivelé positif en m					
177	179	186	186	129	22
Coût entre 5 et 20 €					

## Coise (B5)

### 21<sup>ème</sup> Balade des Pierres Roses

Organisée par Interassociation  
**RV:** de 8h à 15h salle associative  
**Accès transport en commun:** car du Rhône 2EX jusqu'à St Symphorien sur Coise  
**Contact:** Louis MARTIN  
 04 78 44 48 49 ou 06 52 32 88 67  
 Le circuit de 5 km est accessible aux poussettes, fauteuils et personnes âgées.  
 Boissons chaudes au départ, ravitaillements variés et copieux. Saucisson chaud, pommes de terre, fromage et salade de fruits offerts à l'arrivée.

Circuits en km				
5	9	12	18	24
Dénivelé positif en m				
100	218	330	527	668
Coût entre 5 et 8 €				

## Cours la Ville (A2)

### Marche de Printemps

Organisée par l'Amicale laïque  
**RV:** entre 8h et 12h à la salle municipale, parking Winslow  
**Accès transport en commun:** bus ligne 116/237 Lyon-Tarare/Tarare-Cours - Bus 240 Roanne-Cours  
**Contact:** Thierry PETIT - Jean-Paul VERMOREL  
 06 70 09 43 82 ou 07 85 30 52 09  
 Confitures maison sur les relais et repas à l'arrivée.

Circuits en km				
5	8	12	17	20
Dénivelé positif en m				
/	270	400	600	660
Coût entre 6 et 8 €				

## Le Perréon (B2)

### Randonnée des Cadoles

Organisée par le comité des fêtes  
**RV:** de 8h à 14h au stade municipal Le Bourg (aire de loisirs)  
**Contact:** Véronique ROSIER - 06 07 47 06 81  
 Venez admirer les beaux panoramas du Beaujolais (cadoles, vignes, bois, sous-bois, landes protégées). Boissons chaudes au départ. Charcuterie - pommes de terre à l'arrivée (compris dans le prix d'inscription). Ravitaillements sur tous les parcours sauf sur le 6,5km.  
 Apporter votre verre ou caution 1€.

Circuits en km				
6,5	10,1	16	20	24
Dénivelé positif en m				
170	320	600	700	810
Coût entre 4 et 9 €				

## Les Halles (A4)

### Randonnée des Violettes

Organisée par « Les Halles en fête »  
**RV:** de 8h à 15h à la salle polyvalente  
**Contact:** Wilhelm ROUX ou Marian CHANAS  
 06 12 02 85 67 ou 06 62 69 67 70  
 Café offert au départ.  
 Assiette halloween à l'arrivée et ravitaillements sur les circuits.

Circuits en km			
7	13	20	27
Dénivelé positif en m			
120	180	420	610
Coût entre 5 et 8 €			

## Salles Arbussonnas (B2)

### Randonnée des Caudalies

Organisée par « Les Illuminés de Salles »  
**RV:** de 8h à 13h à la salle des fêtes, 5061A rue du Breuil  
**Contact:** Gérard TEXIER ou Pierre PHILIBERT  
 06 75 87 60 09 ou 06 30 93 22 03  
 Café et gâteau offerts au départ. A travers vignes et bois, ravitaillements (animation musicale sur le ravitaillement principal), casse-croûte à l'arrivée. Apporter vos verres et couverts ou caution. <http://les-caudalies.over-blog.com>

Circuits en km			
7,5	15	20	23
Dénivelé positif en m			
217	581	668	697
Coût entre 7 et 9 €			

## Vernaison (C5)

### Rando village de Vernaison

Organisée par l'association Découvertes  
**RV:** de 8h à 10h à la salle des fêtes  
**Accès transport en commun:** depuis Lyon, métro B terminus Hôpitaux St Genis Laval, puis bus 15 terminus place du Marché.  
**Contact:** Mireille GUILLET - 06 44 26 37 10  
 Ravitaillement (eau) km 7 et 14, pour les grands circuits. Lunch box à emporter pour les circuits de 12, 18 et 23. Collation chaude pour tous en fin de rando. Inscriptions sur le site [decouvertesrando.fr](http://decouvertesrando.fr) (jusqu'au 12/04/2025) ou sur place au départ.

Circuits en km			
7	12	18	23
Dénivelé positif en m			
20	160	270	270
Coût entre 6 et 9 € sur Internet (+1€ sur place)			

# LA PRATIQUE SANTÉ®

Aujourd'hui, toutes les études scientifiques s'accordent sur le fait qu'une activité physique d'intensité modérée telle la randonnée apporte de nombreux bénéfices pour la santé.

Les publics ciblés sont des individus autonomes sur le plan déambulatoire mais qui, pour des raisons physiologiques, pathologiques ou psychologiques, se déplacent plus lentement, moins longtemps et moins loin.

### Vous êtes atteint d'une pathologie ?

#### Guéri(e) ou en rémission ?

Vous pouvez vous adresser à votre médecin traitant qui vous fournira un certificat de non contre-indication à une pratique sportive, assorti le plus souvent de recommandations et de limites.

### Vous suivez un traitement ?

Renseignez-vous auprès de votre médecin mais sachez que l'activité physique modérée peut faire partie intégrante de l'arsenal thérapeutique au même titre que votre traitement médicamenteux, et quelquefois le premier prescrit avant les autres.

### Vous êtes bien portant(e) mais votre médecin vous incite à pratiquer une activité physique régulière ?

Votre médecin souhaite rompre cette sédentarité qui peut être responsable de tant d'affections graves.

### Vous vous sentez-seul(e) ?

Vous manquez de confiance en vous ? Vous avez envie de vous retrouver en groupe et de partager un moment convivial ? Rejoignez sans plus tarder un club labellisé Santé, rien de mieux pour votre moral !



Que l'on soit sédentaire, que l'on souhaite reprendre une activité physique après un accident de santé ou après qu'une affection chronique soit stabilisée, des clubs labellisés Santé peuvent désormais accueillir ces publics en toute sécurité.

En rejoignant un club labellisé Santé et en suivant régulièrement les séances Santé dans la discipline de votre choix, randonnée, marche nordique ou longe côte/marche aquatique, vous retrouverez la forme et le plaisir de bouger, dans un cadre agréable et convivial, dans les meilleures conditions de sécurité.

Pour trouver un club labellisé Santé, contactez-nous au 04 72 75 09 02, ou rendez-vous sur notre site Internet : [www.rhone.ffrandonnee.fr](http://www.rhone.ffrandonnee.fr)

Commission Pratique Santé®

Alain HAVÉ

## LUNDI 21 AVRIL

### Larajasse (B5)

#### Randonnée des sapeurs-pompiers

Organisée par l'amicale des sapeurs-pompiers  
**RV:** de 8h à 15h au pôle d'animation 80 route du petit bois

**Contact:** Maryline BRUYAS - 06 62 29 43 10  
 Inscriptions sur place uniquement. Un délicieux saucisson chaud pommes de terre et un succulent fromage blanc fermier vous attendent à l'arrivée ! Alors n'hésitez plus, venez vous ressourcer dans les Monts du Lyonnais !

Circuits en km				
6	12	18	24	
Dénivelé positif en m				
190	440	640	790	
Coût entre 6 et 9 € (6/12 ans : 5 € - gratuit < de 6 ans)				

### Montmelas St Sorlin (B2)

#### Les tours de Montmelas

(9<sup>ème</sup> édition)

Organisée par Commission Ecole de Montmelas/Anime

**RV:** de 8h30 à 14h à la salle de fêtes

**Contact:** Clémence CHEVALLIER - 06 80 87 94 53

Circuits en km				
6	11	16	22	
Dénivelé positif en m				
250	450	750	1000	
Coût entre 3 et 10 €				

### Savigny (B4)

#### La Savignoise

Organisée par l'APEL de l'école St Martin

**RV:** de 8h à 15h cours de l'école St Martin

**Accès transport en commun:** gare de Saint Bel puis 2 km à pied

**Contact:** Guillaume DARGERÉ - 06 25 68 50 78

Parcours réactualisés avec de beaux points de vue, entrecoupés de relais copieus.

Paysages typiques des coteaux du lyonnais. Accès poussette sur le 5 km.

Circuits en km				
5	11	16	21	28
Dénivelé positif en m				
120	275	500	650	850
Coût entre 5 et 9 €				

### Panissières (Loire)

#### 45<sup>ème</sup> marche du Monorail

Organisée par les amis de la nature

**RV:** de 7h30 à 14h à la salle d'animation, bld des Sports

**Contact:** Mireille BISSARDON ou Irène DENIS  
 06 71 33 57 10 ou 04 77 28 72 12

Café offert au départ. Produits locaux sur les ravitaillements. Rando labellisée FFRandonnée.

Penser à votre gobelet.

Circuits en km				
8	12	17	20	27
Dénivelé positif en m				
213	254	338	453	547
Coût entre 2 et 9 €				

## DIMANCHE 27 AVRIL

### Joux (A3)

#### Randonnée solidaire de Joux

Organisée par le CCFD Terre Solidaire-Tarare

**RV:** de 7h30 et 14h30 à la salle de fêtes

**Contact:** Georges GARNIER ou Jean HAUG

06 32 15 50 12 ou 06 60 49 36 19

Ravitaillements et repas campagnard à l'arrivée.

Randonnée sur la ligne de partage des eaux.

Circuits en km				
7	12	16	22	
Dénivelé positif en m				
250	425	540	675	
Coût entre 7 et 10 €				

### Julienas (B1)

#### Randonnée du sou des écoles

Organisée par le sou des écoles

**RV:** de 8h à 12h - parcours famille de 5km

jusqu'à 14h - à la salle polyvalente

**Contact:** Coralie CHRETIN - 06 81 26 90 88

Ravitaillements avec boissons et collations

sur les 3 grands circuits. Panier repas offert

à l'inscription pour les 3 grands circuits (hors

bouteilles d'eau). Un parcours d'énigmes est

prévu pour le parcours famille avec un petit

cadeau à la clé.

Circuits en km				
5	12	18	22	
Dénivelé positif en m				
/	300	750	850	
Coût entre 3 et 9 €				

### Saint Bonnet le Troncy (A2)

#### Randonnée Forestière

Organisée par le comité des fêtes

**RV:** de 6h à 15h à la salle de fêtes

**Contact:** André GRANGE ou Jérôme

MILSONNEAU

06 40 63 07 31 ou 06 65 86 36 89

Inclus dans l'inscription, au départ petit-déjeuner

à la salle de fêtes. Ravitaillements sur tous les

parcours : vin chaud, frites/saucisses, fromages,

fruits. À l'arrivée : soupe à l'oignon. Récompense

enfants. Circuit poussettes 2 km. Parcours idéal

au Canicross.

Circuits en km					
6	10	15	20	25	31
Dénivelé positif en m					
248	463	685	810	1038	1306
Coût entre 2 et 9 €					

### Saint Didier sous Riverie /

#### Chabanière (B5)

#### Randonnée des Badrais

Organisée par le comité d'animation et de loisirs

**RV:** de 7h30 à 14h à la salle polyvalente

**Contact:** Georges PIEGAY

04 78 81 64 80 ou 06 07 16 00 43

Relais-ravito sur les circuits, vente de produits

locaux et de fleurs. À l'arrivée, saucisson, pommes

de terre, fromage et fruits. Circuit VTT.

Circuits en km			
7	15,5	21,2	30,4
Dénivelé positif en m			
177	316	702	872
Coût entre 7 et 9 €			

### Saint Julien (B2)

#### « A Tire la Rigaud »

Organisée par la commune de Saint Julien

**RV:** de 8h à 14h au parking de la cave

coopérative

**Contact:** Bernard MATRAY ou Gregory PEZON

06 70 21 89 79 ou 06 88 75 35 58

Ravitaillements sur les circuits et à l'arrivée.

Circuits en km				
8	12	19	24	
Dénivelé positif en m				
100	250	450	600	
Coût entre 6 et 9 €				

### Misériex (Ain)

#### Sur les chemins de nos campagnes

Organisée par l'association sportive de Misériex

Trévoux

**RV:** de 8h à 12h (8 et 15 km), 8h à 11h (21 km)

et de 8h à 10h (26 km) au stade Léo Chalvin 354

chemin du Picou

**Contact:** Patrick BACHET ou Philip RAVIX

07 77 79 18 30 ou 06 11 94 24 90

Café d'accueil, 1 ravitaillement sur le 15 km, 2

ravitaillements sur les 21 et 26 km. Plat chaud

à l'arrivée pour tous les participants. Pensez à

vos gobelets.

Circuits en km			
8	15	21	26
Dénivelé positif cumulé en m			
70	100	170	230
Coût 7 et 10 € < de 10 ans 5 €			

**Compagnie des sentiers maritimes**

**Agence de voyages à pied depuis 1992**

sentiersmaritimes.com - 02 99 78 83 70

**Au Temple des Lilas**  
 Horticultrice - Productrice

Plants de fleurs et de légumes - Arbres, arbustes, fruitiers  
 Jardinerie, outillage, décoration, produits artisanaux...

Duvert du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 19h Dimanche matin de 9h à 12h  
 215, route du Pont de Chêne 69126 Brindas 04 78 45 04 65 www.autempledeslilas.com

### JEUDI 1<sup>ER</sup> MAI

#### Saint Didier sur Beaujeu (B2)

##### Marche du muguet

Organisée par le Sou des écoles  
**RV:** de 7h30 à 14h à la salle communale,  
 1 route du Bourg  
**Contact:** Jennifer PRIMAUT - 06 69 01 39 72  
 Petit marché de producteurs locaux. Snack sucré/  
 salé. Café offert jusqu'à 9h.  
 Ravitaillements sauf sur le 5 km. Repas chaud sur  
 place en supplément.  
 Facebook: SOUDESSECOLESSTDIDIER.  
 Circuit VTT/Trail de 33,5 km.

Circuits en km				
5,5	12	22	33,5	
Dénivelé positif en m				
220	450	990	1110	
Coût entre 4 et 8 €				

#### Saint Just la Pendue (Loire)

##### Marche en Val de Gand

Organisée par Espoir Santé Harmonie  
**RV:** de 7h30 à 15h à la salle polyvalente  
**Contact:** Jean-Luc REYNAUD ou Alain  
 GARMIER - 06 81 89 95 42 ou 06 12 51 29 09  
 4 points de ravitaillement abrités. Sausisson  
 patates à l'arrivée. Présence d'un marché de  
 producteurs locaux à la salle polyvalente.

Circuits en km				
5	10	15	20	25
Dénivelé positif cumulé en %				
204	349	458	741	839
Coût entre 4 et 9 €				

### SAMEDI 3 MAI

#### Marcy (C3)

##### 13<sup>ème</sup> Randonnée Gourmande

Organisée par Marcy Avenir  
 Inscriptions sur [www.marcy-sur-anse.com](http://www.marcy-sur-anse.com)  
**RV:** à la salle d'animation  
**Contact:** Michaël CACHAT ROSSET -  
 06 01 13 33 31  
 Circuit d'environ 7 km avec environ 15 m de  
 dénivelé, coût 42 €.  
 Si réservation de plus de 20 personnes, merci  
 d'appeler pour réserver.

### DIMANCHE 4 MAI

#### Létra (B3)

##### Randonnée OEDORIA

Organisée par la Cave Coopérative OEDORIA  
**RV:** de 8h à 14h à la cave coopérative OEDORIA  
**Contact:** Joëlle LAGRESLE - 07 64 85 70 45  
 2 à 3 ravitaillements selon le circuit. Collation  
 à l'arrivée.

Circuits en km		
9	14	20
Dénivelé positif en m		
250	500	700
Coût 10 €		

#### Fontanès (Loire)

##### 19<sup>ème</sup> Marche des crêtes

Organisée par le comité des fêtes  
**RV:** 7h30 à 15 h à la maison du plâtre  
**Contact:** Sandrine DUPEYRON - 06 95 15 40 84  
 Ravitaillement pour tous les circuits sauf le 5 km.  
 À l'arrivée, repas inclus pour tous.

Circuits en km				
5	9	14	19	25
Dénivelé positif cumulé en m				
110	280	400	410	540
Coût entre 6 et 10 €				

### JEUDI 8 MAI

#### Affoux (A4)

##### Randonnée pédestre des Trois Monts

Organisée par le comité des fêtes  
**RV:** de 8h à 15h à la salle des fêtes  
**Contact:** Jérôme FOUILLAT ou Jean-Jacques  
 GENESTE - 04 74 63 50 75 ou 06 99 47 54 07  
 Café offert au départ, jusqu'à 11h.  
 Ravitaillements sur tous les circuits et à l'arrivée  
 (de 1 à 5 selon les parcours). Apporter son  
 gobelet.

Circuits en km					
6	10	15	18	25	32
Dénivelé positif en m					
280	400	628	725	1000	1240
Coût entre 3 et 10 €					

#### Saint Jacques des Arrêts (B1)

##### 9<sup>ème</sup> Randonnée des Genêts

Organisée par Animations Loisirs et Rencontres  
 « Les Genêts »  
**RV:** de 8h à 15h à la salle communale  
**Contact:** Anissa GIAI DU GANERA ou Armand  
 SANGOUARD - 06 77 63 31 36 ou 06 78 56 16 70  
**Ravitaillements:** 2 pour le circuit de 23 km, 1  
 pour les circuits 12 et 18 km, aucun pour le 7 km.  
 À l'arrivée, soupe à l'oignon. Merci de penser à  
 votre gobelet et votre gourde.

Circuits en km			
7	12	18	23
Dénivelé positif en m			
300	400	400	600
Coût entre 4 et 8 €			

#### Sorbiers (A6 Loire)

##### Randonnée

##### Mieux Vivre à Sorbiers

Organisée par Mieux Vivre à Sorbiers  
**RV:** entre 7h30 et 14h30 au centre bourg  
**Accès transport en commun:** bus depuis St  
 Etienne n°10  
**Contact:** Jean-Paul MOULARD - 06 83 82 71 37  
 Ravitaillements sur les parcours et à l'arrivée,  
 repas.

Circuits en km					
6	10	15	20	25	30
Dénivelé positif en m					
226	360	419	604	632	752
Coût entre 8 et 11 €					

### DIMANCHE 11 MAI

#### Brindas (B5)

##### La Marche des Mômes

Organisée par Lions Club Lyon Lafayette  
**RV:** de 8h à 12h à la salle des fêtes, 36 Montée  
 de la Bernade  
**Accès transport en commun:** bus 73 et 11  
**Contact:** Micheline BARBE - 06 88 30 59 66  
 Points relais et collation à l'arrivée.  
 Venez participer à une bonne action.

Circuits en km		
6	12	18
Dénivelé positif en m		
/	200	500
Coût entre 5 et 9 €		

#### Brussieu (B4)

##### Marche « Entre Monts et Vallons » du Pancu au Rossand

Organisée par l'association Pancu Rossand  
 Environnement  
**RV:** entre 8h et 12h à la salle des fêtes  
**Contact:** Maison du tourisme - Mme CARRUEL  
 04 74 70 58 08 ou 06 78 55 81 87  
 Café offert au départ. Parcours vallonnés dans les  
 Monts du Lyonnais, saucisson et pommes de terre  
 cuites à la chaudière, sur les parcours. À l'arrivée,  
 fromages blancs locaux.

Circuits en km				
4	8	12	17	22
dénivelé positif en m				
90	300	500	600	800
Coût entre 2 et 9 €				



**Emeringes (B1)**  
**Randonnée des Fleurs**

Organisée par la Fleur Emeringeonne  
RV: de 7h30 à 14h à la salle des fêtes  
Contact: Jacqueline DANESI ou Hélène GOBET  
06 21 04 60 44 ou 06 84 56 06 99  
Ravitaillement sur tous les circuits et saucisson chaud à l'arrivée.  
Nouveaux circuits (dont poussette) qui peuvent être modifiés.

Circuits en km			
Poussette	10	16	20
Dénivelé positif en m			
/	392	480	595
Coût entre 7 et 10 €			

**Eveux (B4)**  
**27<sup>ème</sup> Tours et Détours autour de la Tourette**

Organisée par le comité des fêtes, Sport et Détente  
RV: de 8h à 15h à la salle d'animation à la mairie  
Accès transport en commun: train gare de l'Arbresle (1 km)  
Contact: Philippe BALLY - 06 45 48 52 28  
5 circuits de randonnée pour tous les niveaux dont un parcours famille.  
Découverte du patrimoine local dans une ambiance conviviale. Ravitaillements sur tous les circuits. Pain cuit au feu de bois.

Circuits en km				
7	11	15	19	23
Dénivelé positif cumulé en %				
160	280	390	580	690
Coût entre 3 et 9 €				

**Chateaufort (Loire)**  
**33<sup>ème</sup> Castelneuvienne**  
**Marche, VTT, Cheval**

Organisée par le Comité des Fêtes  
RV: de 8h à 14h au Château du Mollard, 1 allée de l'Octroi - parking gratuit  
Accès transport en commun: uniquement minibus  
Contact: Gérard GUERIN ou Mairie de Chateaufort - 07 81 20 16 55 ou 04 77 75 07 93  
Au départ, petit-déjeuner offert. Repas de midi à prendre au départ, boissons sur les circuits.  
A l'arrivée, assiette chaude offerte.  
2 circuits VTT de 26 et 35 km.

Circuits en km			
9	14	20	25
Dénivelé positif en m			
Pas encore défini			
Coût entre 6 et 7 €			

**DIMANCHE 18 MAI**

**Aveize (B5)**  
**Ballade des Hirondelles**

Organisée par le Groupe d'Animation d'Aveize  
RV: de 7h30 à 15h30 à la salle Jean Moulin  
Contact: Hubert FRELON ou Jean-Baptiste GRAUD - 04 74 26 01 67 ou 06 69 63 37 85  
Ravitaillement sur tous les circuits, soupe à l'oignon à l'arrivée, apporter son gobelet.  
Un circuit poussette de 6,5 km (100% goudron).

Circuits en km				
6,5	9	15	22	30
Dénivelé positif en m				
164	212	515	668	861
Coût entre 6 et 9 € Pour le 6,5 km : enfants 3 €				

**Chambost Allières (B2)**  
**Randonnée de la Fête du Fromage et du Bois**

Organisée par le sou des écoles  
RV: de 7h30 à 14h à la salle des fêtes  
Accès transport en commun: TER Ligne 20 Paray-Le-Monial > Lamure > Lozanne > Lyon  
Contact: Alain CHARNAY ou Elrik VOIRON  
06 30 44 75 01 ou 06 30 05 87 13  
Ravitaillements et repas chaud inclus.  
Animations à l'arrivée.  
1 circuit poussettes de 3km gratuit.

Circuits en km					
3	7	12	18	24	30
Dénivelé positif en m					
90	240	370	810	1020	1220
Coût entre 8 et 12 €					

**Chenas (B2)**  
**Entre Vignes et Chênes**

Organisée par les Godiots Chenaillons  
RV: entre 7h30 et 14h (jusqu'à 14h pour le 4,5 km) à la salle des fêtes  
Contact: Caroline ou Christophe  
06 70 56 79 13 ou 06 68 68 63 86  
Ravitaillements sur tous les relais, collation à l'arrivée. Nouveauté, parcours spécial poussettes de 4,5 km.

Circuits en km			
4,5	9	14	18
Dénivelé positif en m			
180	290	340	590
Coût entre 3 et 8 €			

**FORMATION / FORMATION / FORMATION**

La formation est une partie intégrante du processus de développement des clubs et associations affiliés à la FFRP. Les comités sont les diffuseurs de ces possibilités à l'écoute de vos besoins et font le maximum pour répondre à vos demandes dans le cadre fédéral.

**NOTRE COMITÉ DEPARTEMENTAL MET EN PLACE EN 2025 PLUSIEURS FORMATIONS :**

- ➔ Une journée que nous appellerons **initiation à la randonnée**, qui vous permettra d'accéder soit au CARP (Certificat d'Animateur de Randonnée de Proximité) soit au BF (Brevet Fédéral d'Animateur de Randonnée Pédestre), et une journée de travail terrain purement cartographique pour maîtriser la lecture de carte et la liaison carte/terrain ainsi que la conduite de groupe.
- ➔ **Deux formations au PSC1** : une journée et demie chacune
- ➔ **Un Brevet Fédéral d'Animateur de Randonnée Pédestre composé de :**
  - 1 **Un stage tronc commun** en présentiel d'une journée
  - 2 **Un stage initial** en présentiel de deux journées, suivi de formation à distance (environ 15 heures)
  - 3 **Un stage de mise en situation dans un club** : deux randos et 3 séances d'animation
  - 4 **Le stage final** en présentiel de deux journées

Les deux premières parties (1 et 2) se feront dans un temps compris entre minimum 6 semaines et maximum 4 mois.

Les deux parties suivantes (3 et 4) seront dans un temps compris entre 3 mois minimum et 6 mois maximum.

Loïc GOULVESTRE  
Responsable Commission Formation CDRP69



**VILLAGES VACANCES EN FRANCE**  
LOCATION  
DEMI-PENSION  
PENSION COMPLÈTE  
Séjour groupe à partir de 10 personnes.  
Brochure sur demande.

**Vacances ULVF, c'est 12 destinations situées au cœur de paysages à couper le souffle !**

<p><b>POUR VOS SÉJOURS EN FAMILLE</b></p> <p>frais de dossier OFFERTS et <b>10%</b> de remise avec le code : PAR8164</p>	<p><b>POUR VOS SÉJOURS GROUPES</b></p> <p>frais de dossier OFFERTS et <b>5%</b> de remise pour les licenciés FFRP</p>
--	---

Renseignements et réservations  
Marie DALERY  
06 80 22 01 38  
marie.dalery@vacances-ulvf.fr  
www.vacances-ulvf.com

*Montagne, campagne, atlantique, méditerranée, partez à la découverte des plus beaux territoires.*

Pour toutes les autres formations voir le programme régional ou national.  
[www.formation.frandonnee.fr](http://www.formation.frandonnee.fr)

Nous transmettrons aux clubs affiliés les dates respectives de ces formations assez rapidement.

## Yzeron (B5) 5ème Randonnée des Girls

Organisée par Un Gaon Népalais  
Au profit des filles népalaises  
RV: de 8h30 à 12h30 au complexe sportif -  
parking du lac du Ronzier  
Contact: Loïc GOULVESTRE - 06 37 41 36 03  
Café, thé et jus de fruits offerts au départ.  
Ravitaillements sur les 15 et 19 km.  
Apporter votre pique-nique et votre gobelet.  
Détail des parcours sur place.

Circuits en km			
7	11	14/15	19
Dénivelé positif en m			
220	440	520	750
Coût entre 5 et 8 € Gratuit < de 10 ans			

## Chevrières (Loire) Marche des Prés fleuris

Organisée par le Comité Culture et Loisirs  
RV: de 7h30 à 15h30 à la salle du Pré O, route de  
Saint-Galmier  
Contact: Jean-Yves DURAND - 06 17 75 08 36  
Ravitaillement sur les relais. À l'arrivée: saucisse,  
pomme de terre et fromage.  
Apporter son gobelet.

Circuits en km				
4	8	14	18	24
Dénivelé positif en m				
Pas connu à ce jour				
Coût entre 6 et 8 €				

## JEUDI 22 MAI

### Chazay d'Azergues Randonnée Patrimoine

Organisée par la FFRandonnée Rhône -  
Métropole de Lyon, avec la collaboration de la  
commune de Chazay d'Azergues, du club Chazay  
Randonnée et de l'association « Les Amis du  
Vieux Chazay » Des précisions seront fournies  
ultérieurement.

À noter d'ores et déjà concernant le repas: nous  
ne fournissons ni bouteilles d'eau ni couverts et ni  
gobelets. Merci d'être prévoyants!

Voir flyer page 21

## DIMANCHE 25 MAI

### Lancié (B1) Randonnée des cakes sucrés / salés

Organisée par le Sou des Ecoles  
RV: entre 8h et 13h à l'espace Capella  
Contact: Nicolas JEANNOT - 06 88 38 69 53  
Plusieurs ravitaillements en fonction de la  
longueur des circuits:  
cakes sucrés et salés faits maison!  
Superbe vue garantie sur tous les circuits!  
Légères variations possibles: contact si besoin.

Circuits en km			
7	14	20	25
Dénivelé positif en m			
125	330	570	780
Coût entre 6 et 10 € Gratuit < de 10 ans			

## JEUDI 29 MAI

### Aigueperse (A1)

**Randonnée de l'Ascension**  
Organisée par le Comité des Fêtes  
RV: de 8h à 15h à la salle des fêtes  
Contact: Robert DELAYE - 06 71 94 77 96  
Ravitaillements en produits locaux sur les  
parcours. Apporter son gobelet.  
1 circuit VTT de 30km.

Circuits en km			
7	13	17	23
Dénivelé positif en m			
113	296	607	735
Coût entre 6 et 8 €			

### Chambost Longessaigne (A4) 25ème randonnée pédestre « Les nez en l'air »

Organisée par le comité des fêtes et gymnastique  
volontaire  
RV: entre 8h et 15h à la salle des fêtes, rue de  
la Frarie  
Contact: Gaëtan MICHALLET ou Bernard  
ROCHAND - 06 85 19 00 40 ou 04 74 26 31 07  
1 ravitaillement « barbecue » pour les circuits de  
12 à 25 km.

Circuits en km				
5	12	16	20	25
Dénivelé positif en m				
130	370	450	500	680
Coût entre 5 et 10 €				

## JUIN

## DIMANCHE 1ER JUIN

### Saint Laurent de Chamousset (B4)

**39ème randonnée des Baskets**  
Organisée par Comité d'animation Saint  
Laurentais  
RV: de 7h30 à 15h - 23, Place du Marché -  
Halle du Marché aux Veaux  
Accès transport en commun: cars du Rhône ligne  
142 Avezize  
Contact: Guy CHANAVAT ou Brigitte PONCET  
06 49 51 98 45 ou 06 72 22 80 77  
Ravitaillements sur tous les circuits et à l'arrivée.  
Apportez votre gobelet.

Circuits en km					
6,5	9	14	19	24	30
Dénivelé positif en m					
80	180	250	350	560	700
Coût entre 5 et 9 €					

## DIMANCHE 8 JUIN

### Poule les Echarmeaux (B2)

**Randonnée pédestre**  
Organisée par le Comité des fêtes  
RV: de 6h30 à 15h à la salle des fêtes  
Accès transport en commun: car SNCF  
Contact: Colette FLÈCHE - 06 82 86 40 27  
Ravitaillements sur les circuits, collation à  
l'arrivée. Apporter son gobelet.

Circuits en km				
8	15	24	30	40
Dénivelé positif en m				
200	450	630	870	1300
Coût entre 6 et 10 €				

## LUNDI 9 JUIN

### Vaux en Beaujolais (B2) Par Monts et par Vaux

Organisée par l'association Les Cloch'Pieds  
RV: de 8h à 14h à la salle des fêtes Saint Martin  
Contact: Anne-Marie COLIN ou Michel  
DEVERMONT 06 76 74 80 35 ou 06 86 32 70 80  
Les circuits sont ravitaillés. Repas à l'arrivée.

Circuits en km			
7	12	17	26
Dénivelé positif en m			
300	400	500	900
Coût entre 6 et 9 €			



**FFRandonnée**  
les chemins, une richesse partagée  
Rhône-Métropole de Lyon

# 4 PARCOURS DE RANDONNÉES

## RANDO PATRIMOINE A CHAZAY D'AZERGUES

### 22 MAI 2025

➤ 6 km Pratique Santé

➤ 12 km Marche Nordique

➤ 12 km environ Randonnée

➤ 17 km environ Randonnée

**Départ dès 8h30**  
Rendez-vous  
salle Maurice  
Baquet

**Inscription  
pour la journée**  
**11€**  
(repas inclus -  
Apporter votre gobelet  
et votre gobelet)

**En partenariat avec la commune  
de Chazay d'Azergues,  
le club Chazay Randonnée  
et l'association Les Amis  
du Vieux Chazay**

**Rendez-vous sur [www.rhone.ffrandonnee.fr](http://www.rhone.ffrandonnee.fr)**

Nom :	Prénom :
Adresse :	
Code Postal :	Ville :
Téléphone :	
Email :	
Nombre de participants :	
6 km : _____ Pers.	12 km M. Nordique : _____ Pers.
12 km : _____ Pers.	17 km : _____ Pers.
Je joins un chèque de _____ € à l'ordre de CDRP69	
<input type="checkbox"/> Je n'autorise pas la reproduction et l'exploitation de mon image au profit de l'organisateur	
FFRandonnée Rhône - Métropole de Lyon, 39 rue Germain - 69006 LYON Inscription 11€ (inscription à retourner avant le mardi 13 mai 2025)	

## SAMEDI 14 JUIN

### St Martin en Haut (B)

#### La Transhumance de l'Humour

Organisée par l'association Le Plancher des Monts

**RV:** 14h à la salle des Arcades

Inscription et réservation sur le site :

[www.la-taniere-du-pere-bleu.fr](http://www.la-taniere-du-pere-bleu.fr)

**Accès transport en commun :** bus 2EX

**Contact:** Thierry ANDRILLAT - 06 17 19 16 98

Balade familiale avec des ânes pour porter les enfants. 2 arrêts ravitaillage avec spectacle d'une demi-heure.

Circuits en km				
8				
Dénivelé positif en m				
200				
Coût entre 8 et 12 €				

### Saint Denis sur Coise (Loire)

#### Randonnée « Un élan pour Lucas »

Organisée par l'association « Un élan pour Lucas »

**RV:** de 7h30 à 15h30 à la salle des sports

**Accès transport en commun :** bus 2EX

(arrêt ZI Grange Eglise St Symphorien sur Coise, puis 2 km à pied)

**Contact:** Bernard DUBOIS - 06 11 34 17 05

Relais copieux et repas à l'arrivée : saucisson chaud - patates. Démarrage à 7h30.

Circuits en km				
3	8	12	19	25
Dénivelé positif en m				
80	200	300	520	700
Coût entre 6 et 9 €				

## DIMANCHE 15 JUIN

### Polemieux au Mont d'Or (C4)

#### Randonnée des Cabornes

Organisée par Polemieux solidarité

**RV:** de 8h30 à 11h30 - Tour Rissler (haut de Polemieux)

**Contact:** Elisabeth FEVRE ou Marie FROQUET

06 88 29 28 23 ou 06 41 11 39 11

Dans le cadre des Monts d'Or. Collation au départ, ravitaillments sur les circuits, goûter à l'arrivée. Apporter votre gobelet ou consigné 2€.

Circuits en km		
8	14	20
Dénivelé positif en m		
300	450	610
Coût entre 4 € (enfants) et 8 € (adultes)		



Col de Crie vue vers Monsols © Johannes Braun

## DIMANCHE 29 JUIN

### Ranchal (A2)

#### La Ranchalaise

Organisée par le comité des Fêtes Ranchalaises

**RV:** de 7h30 à 14h à la salle des fêtes

**Contact:** Gérard GARDIN - 06 33 14 06 11

[laranchalaise@gmail.com](mailto:laranchalaise@gmail.com)

Moyenne montagne, beaux panoramas, accueil chaleureux. Café au départ et collation à l'arrivée. Ravitaillments multiples (prévoir gobelet et couverts).

Participation à la manifestation sous décharge de responsabilité de la structure organisatrice et acceptation des risques inhérents à la pratique de la randonnée pédestre.

Circuits en km				
8	13	18	23	28
Dénivelé positif en m				
200	310	490	450	520
Coût entre 6 et 10 €				

## JUILLET

## SAMEDI 5 ET DIMANCHE 6 JUILLET

### Denicé (B3)

#### Les Chemins des Arts

Organisée par le Comité d'actions culturelles du Comité d'Animation

**RV:** de 10h à 16h à la salle des fêtes. Parcours à effectuer le samedi ou le dimanche avec possibilité de fractionner sur les 2 jours.

**Contact:** Béatrice GAIDON ou Jean-Marie LORGERÉ - 06 89 70 88 14 ou 06 74 77 34 27

Randonnée artistique reliant dans une boucle d'environ 10km (avec 230 m de dénivelé environ) différents sites (chapelle et domaines) où des artistes exposent leurs œuvres.

Fête des musiciens le samedi soir à l'arrivée.

Pas de ravitaillments, mais présence d'un foodtruck le samedi soir et restaurant éphémère à la salle des fêtes, à midi.

Accès gratuit.

## AOÛT

## DIMANCHE 31 AOÛT

### Villechenève (A4)

#### Randonnée de la Milotte

Organisée par les Randonneurs de la Milotte

**RV:** de 7h30 à 13h à la salle polyvalente

**Contact:** Béatrice MAZUY ou Flavien MARTINEZ - 06 59 59 60 88 ou 06 98 36 12 41

Viennoiserie et café au départ, jusqu'à 10h.

Ravitaillement sur tous les circuits, apporter son gobelet.

Circuits en km			
6,8	12	18,5	25
Dénivelé positif en m			
180	394	650	820
Coût entre 6 et 10 €			



### Chauffailles (Saône et Loire)

#### Marche des Noisettes

Organisée par le groupe de marche « les Passe-Partout »

**RV:** de 7h à 14h à la salle de la Caille

**Accès transport en commun :** train ou car

**Contact:** Marianne PESSIN - 06 51 00 51 63

Ravitaillements variés, sur tous les circuits.

Apporter son verre.

Circuits en km			
7	12	18	23
Dénivelé positif en m			
173	275	550	670
Coût entre 5 et 8 €			

# LA VIE DES SENTIERS DANS LE RHÔNE ET LA MÉTROPOLE DE LYON

Les actions de la **Commission Sentiers et Itinéraires** s'inscrivent dans celles de la FFRandonnée qui visent à la mise en valeur du territoire avec la création, la sauvegarde, l'entretien et l'amélioration des GR® et GR® de Pays.

Elle propose aussi son expertise et ses compétences aux collectivités désireuses d'étudier, de mettre en place des réseaux de randonnées attractives, et de faire découvrir les richesses de leur territoire par le biais de la balade, de la marche, de la randonnée.

Elle s'engage depuis peu dans la prise en compte de la marche dans la ville, au titre de la promotion des mobilités actives au sein des cités.

La commission s'appuie sur environ 80 bénévoles, aménageurs, baliseurs et gestionnaires numériques. Ses actions recouvrent :

- ◆ La veille et l'entretien du balisage (900 km de GR® et GR® de Pays)

- ◆ La remontée d'informations concernant les anomalies rencontrées avec des échanges réguliers avec le Département du Rhône et la Métropole de Lyon.

- ◆ La création et l'homologation de nouveaux GR® et GR® de Pays (ex : les 2 boucles « Vignobles du Beaujolais » et « Monts du Beaujolais », créées en 2024, et valorisées dans le topoguide « Vignobles et Monts du Beaujolais ... à pied® », sorti en juin 2024)

- ◆ L'amélioration des circuits existants afin de les rendre plus attractifs (ex : la redynamisation du GR®7)

- ◆ La réalisation d'expertises et conseils aux collectivités locales pour la création ou l'amélioration des circuits Promenade et Randonnée avec possibilité de labelliser ces circuits en vue d'une meilleure visibilité sur les cartes IGN.

- ◆ La réalisation de publications sous forme papier ou numérique (topoguide,



© Johannes Braun

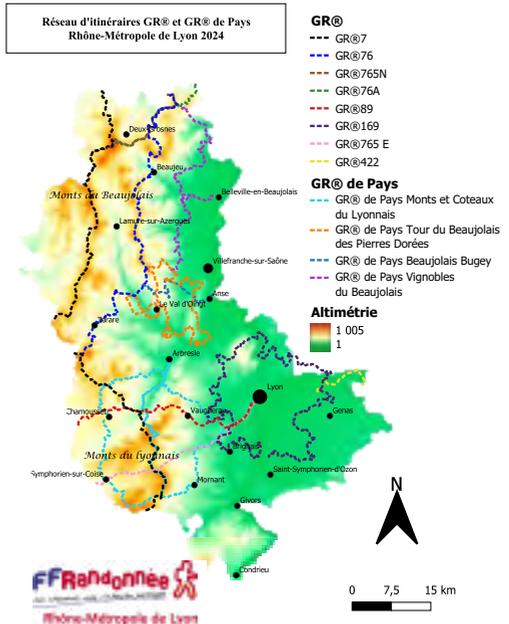
rando-fiches). Notamment, en 2024 :  
 • outre le topoguide « Vignobles et Monts du Beaujolais ... à pied® », la commission a publié « Quartiers et histoires de Lyon ... à pied® »,  
 • elle a créé 7 sentiers givordins à la demande de la Ville de Givros

- ◆ L'alimentation et la gestion des circuits du Rhône dans l'application de la FFRandonnée Ma Rando®.

**Si vous êtes intéressés par la vie des sentiers, la création d'itinéraires, l'entretien et la maintenance du balisage des GR® et GR® de Pays, un travail en équipe faisant largement appel aux outils informatiques, VENEZ NOUS REJOINDRE.**

Gérard LEFEBVRE

Commission Sentiers et itinéraires



## SEPTEMBRE

### DIMANCHE 7 SEPTEMBRE

#### Marcy (B3)

#### 23<sup>ème</sup> Randonnée du Télégraphe

Organisée par « Côté Tour »  
**RV:** de 8 à 15h à la salle d'animation

Renseignements sur site internet :

[www.cotetour.fr](http://www.cotetour.fr)

Parcours entre bois et vignobles. Stationnement assuré. Au départ, café offert et sachet ravitaillement. 1 ravitaillement sur les circuits de 11 et 16 km. 2 ravitaillements sur le circuit de 21 km. À l'arrivée, collation. Offerte, visite commentée du télégraphe Chappe rénové.

Circuits en km			
6	11	16	21
Dénivelé positif en m			
156	192	285	357
Coût entre 5 et 8 €			

#### Saint Laurent d'Agny (B5)

#### La Marche pour les petits guerriers

Organisée par l'association CASSANDRA  
**RV:** de 7h30 à 15h à la salle d'animation

**Accès transport en commun:** cars du Rhône

**Contact:** Agnès GORGELIN - 06 07 37 09 56

Il n'y a pas de repas prévu à la fin de la randonnée. Petits ravitaillements (collations) proposés sur les 10, 14 et 19 km.

Le circuit de 3 km est un jeu de piste.

Circuits en km				
3	7	10	14	19
Dénivelé positif en m				
/	133	159	181	273
Coût entre 4 et 8 €				

#### Saint Loup (B3)

#### Randonnée pédestre des Pas Loupés

Organisée par le Comité des Fêtes

**RV:** de 7h à 16h à la salle Aldo Megiolaro

**Contact:** Raphaël JACQUEMOT -

06 11 90 14 49

Randonnée entre fleurs et sous-bois. Relais le long des circuits, et omelette offerte à l'arrivée.

Circuits en km					
5	9	12	18	20	30
Dénivelé positif cumulé en m					
120	323	425	450	636	1082
Coût entre 5 et 9 €					

### DIMANCHE 14 SEPTEMBRE

#### Amplepuis (A3)

#### Marche solidaire

Organisée par Osons

**RV:** de 7h30 à 15h, à la salle Georges Bourbon

- Complexe sportif et culturel - Chemin de

Bogatelle

**Accès transport en commun:** train

**Contact:** Henry BURNICHON ou Claude

MEUNIER - 06 14 01 35 72 ou 07 83 13 14 20

Boisson offerte au départ. Salade de coquillettes-cervelas à l'arrivée.

Ravitaillements sur les parcours : produits locaux.

Apporter son gobelet.

Les organisateurs se réservent le droit de modifier

l'organisation, en fonction des conditions

sanitaires.

Circuits en km				
5	8	13	18	25
Dénivelé positif en m				
60	220	420	560	860
Coût entre 5 et 10 €				

#### Chessey les Mines (B3)

#### Randonnée pédestre des vendanges

Organisée par le comité d'entraide au 3ème âge

**RV:** entre 7h30 et 11h à la salle des fêtes du

village

**Accès transport en commun:** train jusqu'à

Lozanne puis bus

**Contact:** Yves MÉCHIN ou Gilbert PIRAT

06 19 59 30 91 ou 06 13 94 51 54

Boissons chaudes offertes au départ. Relais et

ravitaillements selon les circuits, une collation

offerte à tous les randonneurs à l'arrivée.

Apporter son gobelet.

Circuits en km			
8	12	15	21
Dénivelé positif en m			
190	246	308	432
Coût entre 4,5 et 8 €			



#### Sainte-Agathe en Donzy (Loire) Marche des Belettes

Organisée par Groupe de marche Les Belettes

Au profit de l'enfance inadaptée et de la sclérose

en plaque

**RV:** de 8h à 15h à la salle des fêtes

**Contact:** Marinette MAILLAVIN

04 74 63 94 61 ou 06 30 90 29 27

Beaux panoramas, sentiers non revêtus en

majorité. Ravitaillements avec produits du

terroir, pâte aux pommes à l'arrivée.

Les circuits 2,5 et 4 km sont accessibles aux

fauteuils roulants.

Circuits en km						
2,5	4	7	10	14	19	27
Dénivelé positif cumulé en m						
50	70	180	280	366	548	616
Coût entre 5 et 9 €						

## PARTENARIAT USEP 69 (Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré)

### DEPUIS 2018, CE PARTENARIAT N'A CESSÉ DE SE RENFORCER.

#### 1-RAPPEL DE LA FINALITÉ DU PARTENARIAT :

promouvoir une EPS (éducation Physique et Sportive) qui favorise le développement corporel, psychologique et social de l'élève. L'école primaire est le lieu où tous les élèves, sous la responsabilité de leurs maître et maîtresse, peuvent développer les compétences qui leur ouvrent l'accès à la pratique de la randonnée pédestre. Les actions proposées dans le cadre du partenariat s'expriment lors de rencontres occasionnelles entre deux ou plusieurs classes de proximité, ou s'intègrent dans des rencontres organisées par l'USEP 69 et le CDRP 69, telles que « Les chemins de la mémoire » ou « Les chemins de l'Europe », promues par l'USEP 69.

#### 2- LES « TRAVAUX PRATIQUES » SUR LE TERRAIN :

#### → Les « Chemins de la mémoire » et les « Chemins de l'Europe » : rencontres sportives et citoyennes de l'USEP 69

Tout au long de ces rencontres, une demi-douzaine de membres bénévoles du CDRP 69 animent des ateliers sur le thème de la randonnée ; en outre, ils complètent le dispositif d'encadrement des élèves lors des parcours de liaison entre leur établissement scolaire et les points de rassemblement thématique. Ils apportent ainsi leur expertise en matière d'animation, de mise en sécurité des participant(e)s et de prévention des risques lors des randonnées.

Normalement programmés tous les deux ans au mois de mai, les « Chemins de la mémoire » ont pâti ces dernières années des aléas sanitaires et/ou climatiques qui ont contrarié leur ordonnancement biennuel. Ainsi, après trois saisons « blanches », l'édition 2023 fut la dernière à avoir lieu. L'objectif de ces journées est d'inciter les enfants à pratiquer l'activité de randonnée pédestre comme mode de déplacement écoresponsable, et de surcroît qui soit utile pour l'entretien de leur capital-santé. L'année 2024 se situant au milieu du cycle biennuel, elle n'a pas donné lieu à l'organisation d'une édition des « Chemins de la mémoire »

En 2025, les « Chemins de la mémoire » marqueront les 80 ans de la libération.

#### → La fête des familles de l'USEP

Cette manifestation festive organisée chaque année vers la fin de l'année scolaire, se déroule alternativement au Parc de Parilly pour les élèves de la métropole de Lyon, et au Lac des Sapins ou à Arnas pour les élèves du nord du Département du Rhône. Après Arnas en 2023, c'était normalement au tour du Parc de Parilly d'héberger les participants de ce rassemblement le samedi 8 juin 2024. La finalité de cette « fête » est de permettre aux familles (parent(s) et enfants) de s'adonner ensemble à quatre sports qu'elles ont préalablement choisis, à raison de deux le matin et deux l'après-midi. Pour ce qui concerne l'implication du CDRP 69 dans cette fête, elle ne consiste pas à accompagner des élèves en randonnée comme on peut le faire par ailleurs, mais à faire découvrir à des enfants accompagnés de leurs parents, les charmes de la marche en milieu champêtre. Pour cela, les référent(e)s du CDRP 69 préparent un circuit de 2 à 3 kilomètres environ sur lequel ils positionnent une vingtaine de balises sur lesquelles chaque cellule familiale doit pointer sa feuille de route. En outre, pendant son parcours chaque équipe doit répondre à des questions sur la nature en général, l'écologie, la compréhension des symboles ou des couleurs sur les cartes IGN, la pratique de la randonnée, etc... Tout était prêt pour le jour « J » ! Hélas, une quinzaine de jours avant l'évènement et face au nombre insuffisant de familles inscrites, l'USEP a annulé l'édition 2024.

**En 2024, les trois partenaires historiques du partenariat (ia-dsden 69- usep 69 et cdrp 69) ont décidé de remettre leur ouvrage sur le métier et d'actualiser la convention originelle afin de donner une autre orientation au partenariat en cours.**

Michel BITOUZÉ  
USEP





## SAMEDI 20 SEPTEMBRE



### Haute Rivoire (A5)

#### Marche des Noisettes

Organisée par Les Noisettes  
**RV:** de 7h30 à 15h à la salle Pierre Delage  
**Contact:** Denise ROCHET ou Elisabeth PIRAT  
 04 74 26 38 77 ou 04 74 70 62 02  
 Café au départ, relais le long des parcours avec produits locaux, repas à l'arrivée.  
 Une partie des bénéfices est reversée à une association caritative différente chaque année.

Circuits en km				
5,5	9	13	19	25
Dénivelé positif en m				
135	310	465	750	930
Coût entre 6 et 8,5 €				

## DIMANCHE 21 SEPTEMBRE

### Blacé (B2)

#### Balade automnale

Organisée par le CCAS  
**RV:** de 8h à 13h30 à la mairie de Blacé  
**Contact:** Mairie de Blacé  
 04 74 67 53 95 ou 06 84 40 47 51  
 Ravitaillements sur les circuits, collation à l'arrivée.  
 Pensez à votre gobelet. Pas de paiement en CB.

Circuits en km				
5	10	16	20	25
Dénivelé positif en m				
149	102	542	694	608
Coût entre 4 et 8 €				

### Chasselay (C3)

#### 9<sup>ème</sup> Randonnée pédestre des Monts d'Or

Organisée par Lions Club Lyon Val d'Azergues  
**RV:** de 8h30 à 11h30 à la salle des fêtes  
**Contact:** Martin DIDIER ou Francis SINGER  
 06 08 90 35 99 ou 06 23 49 32 13  
 Balade botanique familiale avec départ à 10h sur réservation, sous l'égide d'un botaniste amateur.  
 Relais sur le 13 km et nouveau ravitaillement sur le 17 km.  
 Boisson énergisante offerte à l'arrivée, buvette et animation musicale.

Circuits en km		
7	13	17
Dénivelé positif en m		
215	480	685
Tarif unique : 10 €		

### Lentilly (B4)

#### Randonnée de Mercruy

Organisée par le Comité des fêtes  
**RV:** de 8h à 13h au centre d'animation, place de l'Europe  
 Accès transport en commun : train  
**Contact:** Martine DIMINO ou Thierry FONTAINE - 07 82 21 81 69  
 Relais et fromage blanc à l'arrivée. Apportez votre gobelet. Circuit 5 km poussettes/PMR.

Circuits en km				
5	8,5	16	19	24
Dénivelé positif en m				
75	231	482	600	808
Coût entre 5 et 8 €, enfant < de 12 ans, 3 euros				

### Liergues (B3)

#### Randonnée du patrimoine

Organisée par l'amicale classe en 2  
**RV:** entre 8h et 14h à la salle La Doréenne  
**Contact:** Claudie GREFFO ou Boris BAIVÉRON  
 07 84 08 33 85 ou 06 08 26 91 39  
 1 ravitaillement sur le 13 km et 2 sur le 20 km.  
 Collation offerte à l'arrivée

Circuits en km		
6	13	20
Dénivelé positif en m		
135	329	581
Coût entre 6 et 10 €		

### Violay (A4 Loire)

#### Marche de la JAV

Organisée par l'association Jeanne d'Arc  
**RV:** de 7h30 à 14h30 à la salle de ping-pong, rue Célestin Linder  
**Contact:** Chantal DENIS  
 06 31 27 88 47 ou 04 74 63 94 01  
 Ravitaillements sur tous les parcours et saucisson patates à l'arrivée.

Circuits en km				
8	12	14	20	25
Dénivelé positif en m				
196	303	324	418	722
Coût entre 6 et 9 €				

## DIMANCHE 28 SEPTEMBRE

### Frontenas (B3)

#### Virades du Beaujolais

Organisée par Vaincre la mucoviscidose  
**RV:** de 8h30 à 15h à la salle d'animation rurale  
**Accès transport en commun:** ligne 217 les cars du Rhône arrêt Frontenas-les Mouilles à 800 m de marche du lieu de la manifestation  
**Contact:** Thibaut GONNET - 06 30 29 20 43  
 Au profit de l'association Vaincre la Mucoviscidose  
 Présence de ravitaillements. Repas possible à l'arrivée, ce dernier est non inclus dans le prix de l'inscription. Le parcours de 3,5 km est accessible aux poussettes.



Circuits en km			
3,5	10	15	23
Dénivelé positif en m			
73	232	374	640
Don de 15 € minimum (déductible d'impôt)			

### Saint Symphorien sur Coise (A5)

#### Randonnée « La Pelauze »

Organisée par le Comité des Fêtes  
**RV:** de 8h à 14h à la salle Albert Maurice, bld du stade  
**Accès transport en commun:** bus 2EX Lyon gère de loup ou Bus C1 St Etienne  
**Contact:** Annick GRANGE ou Joël VILLARD  
 06 88 86 82 92 ou 06 32 54 52 32  
 1 à 3 relais suivant le parcours. À l'arrivée, saucisson chaud/pommes de terre et fromage.

Circuits en km			
8	15	20	25
Dénivelé positif en m			
180	400	600	750
Coût entre 7 et 9 €			

### Saint Vincent de Reins (A2)

#### Marche des cèpes

Organisée par le Comité des Fêtes  
**RV:** de 7h30 à 14h au comité des fêtes - le bourg, rue des écoles  
**Contact:** Olivier DESLOGES ou Stéphane BALDO  
 07 60 24 18 50 ou 06 21 75 41 51  
 1 à 5 relais selon les parcours.  
 Les produits proviennent de nos commerçants.

Circuits en km				
8	13	16	20	25
Dénivelé positif en m				
298	405	591	645	870
Coût entre 4 et 9 €				

## OCTOBRE

## SAMEDI 4 OCTOBRE

### Lachassagne (B3)

#### La Marche des Confitures

Organisée par l'interclasse en 3 de Anse, Ambérieux, Lachassagne  
**RV:** de 8h à 14h dans la cour de l'école - 500, route des Crêtes  
 Inscriptions en ligne du 1<sup>er</sup> septembre au 3 octobre 2025 à 19 h sur :  
<https://www.helloasso.com/associations/interclasse-en-3/evenements/marche-des-confitures-2025>  
**Contact:** Liliane BLAISE 06 50 10 74 02 ou [marchedesconfitures@gmail.com](mailto:marchedesconfitures@gmail.com)  
**Facebook:** classeen3ANSEAMBERIEUXLACHASSAGNE  
 Aspect ludique de notre randonnée : à chacun des ravitaillements, trouvez les 2 ingrédients

qui composent les confitures. À l'arrivée, crêpe offerte. Pensez à votre gobelet ou consigne à 1€.

Circuits en km		
8	14	22
Dénivelé positif en m		
192	436	606
Coût 7€ internet et 8€ sur place 4€ pour les 3 à 10 ans		

### Montbrison (Loire)

#### 39<sup>ème</sup> randonnée de la fourme

Organisée par Les Randonneurs Montbrisonnais  
**RV:** de 8h à 13h pour les circuits en boucle (12 et 18) départ gymnase des Iris, chemin des Grands Champs.  
 Pour les circuits en ligne (25 et 43), inscriptions à l'avance sur le site [randonneurs-montbrisonnais.com](http://randonneurs-montbrisonnais.com) - onglet « Rando fourme 2025 » départ parking des Jacquins, avenue Charles de Gaulle.  
**Accès transport en commun:** train  
**Contact:** Alain BEAL ou Jean GAREL  
 06 03 89 20 14 ou 06 71 09 60 93  
 Marche FFRandonnée et label qualité.  
 Ravitaillements avec produits du terroir (fourme de Montbrison, saucisson de pays, pâté aux pommes et vin du Forez).  
 Plus d'infos sur le site [randonneurs-montbrisonnais.com](http://randonneurs-montbrisonnais.com) - onglet « Rando fourme 2025 ».

Circuits en km			
12	18	25	43
Dénivelé positif en m			
341	489	512	845
Coût entre 7 et 13 € + transports circuits en ligne			

## DIMANCHE 5 OCTOBRE

### Echalas (C6)

#### L'amitié en marche pour la recherche

Organisée par les Amis de Michelle et René  
**RV:** de 8h à 13h30, à la salle du Montelier  
**Contact:** Jean Claude VIGOUROUX ou Maïté ROMAN - 06 84 10 91 65 ou 06 89 44 95 38  
 Ravitaillements sur les circuits, collation à l'arrivée. N'oubliez pas de venir avec vos gobelets, sinon mise à disposition sur place (avec consigne 1€).

Circuits en km		
10	15	22
Dénivelé positif en m		
250	350	550
Coût 10 €		

### Fleurieux sur l'Arbresle (B4)

#### La balade d'ISAHE

Organisée par ISAHE  
**RV:** entre 8h et 14h selon les parcours à l'espace François Baraduc  
**Accès transport en commun:** Tram-train  
**Contact:** Anne BERTHET ou Dominique BERTHET - 06 16 10 86 91 ou 06 19 65 19 64  
 Ravitaillements sur les 2 grands parcours.  
 Omelette offerte à l'arrivée.  
 Tarif réduit 6 à 10 ans et gratuit moins de 5 ans.

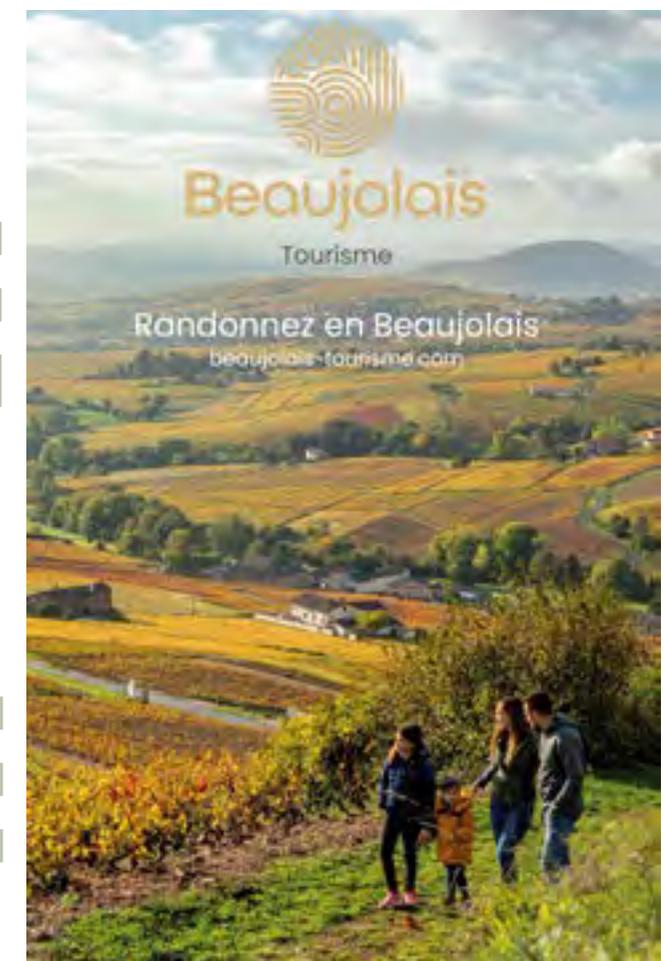
Circuits en km		
8	16	21
Dénivelé positif en m		
116	330	550
Coût entre 6 et 10 €		

### Genay (C3)

#### La Ganathaine

Organisée par la Rando Ganathaine  
**RV:** de 8h30 à 14h30 au Hall du Franc Lyonnais (en face de la mairie)  
**Accès transport en commun:** Bus TCL 43 - arrêt Genay Lavoir ou Genay  
**Contact:** Nadine PIN ou Jean-Pierre BERNALIN  
 06 28 96 58 00 ou 06 95 66 95 81  
 Boissons chaudes offertes au départ. 1 à 3 ravitaillements suivant les parcours.  
 À l'arrivée, pâtisseries "maison" offertes et vente de bière. Apporter son gobelet.  
 Pas de préinscription.

Circuits en km			
7	12	18	24
Dénivelé positif en m			
80	200	260	340
Coût entre 2 et 8 €			



## Messimy (B5)

### Rando Messimoise

Organisée par la Rando Messimoise au profit du téléthon  
**RV:** de 8h à 14h à la salle du Yourlat  
**Accès transport en commun:** Bus TCL  
**Contact:** Jean-Claude BOUTEILLE - 06 08 24 94 02  
 Boisson chaude offerte à l'inscription.  
 Ravitaillements sur les 3 circuits sauf sur le 7 km.  
 Plat chaud à l'arrivée. Possibilité de repas sans randonner pour 8 €.

Circuits en km				
7	12	16	20	
Dénivelé positif en m				
210	390	580	780	
Coût entre 8 et 12 €				

## Saint Julien sur Bibost (B4)

### Randonnée St Juliénoise

Organisée par le comité inter-sociétés  
**RV:** de 8h à 15h à la salle polyvalente  
**Contact:** Julien DESAINTEJEAN - 06 77 23 39 38  
 Café offert au départ. Ravitaillements tous les 6 km, soupe à l'oignon et dessert à l'arrivée.  
 Centres d'intérêt sur chaque parcours (jeu, patrimoine, vues, sportif...) tous âges.

Circuits en km				
6	12	18	24	30
Dénivelé positif en m				
180	480	650	930	1180
Coût entre 5 et 10 €				

## Grammond (Loire)

### Tour pédestre de l'EPI de Grammond

Organisée par l'EPI de Grammond  
**RV:** de 8h à 15h30 à la salle d'œuvre  
**Contact:** Régis RAGEYS  
 04 77 20 88 47 ou 07 86 09 21 50  
 Ravitaillements sur tous les circuits.  
 Crêpe et fromage blanc à l'arrivée.

Circuits en km				
5	8	12	18	24
30				
Dénivelé positif en m				
171	235	333	543	794
Coût entre 6 et 10 €				

## Saint Cyr de Valorges (Loire)

### 40<sup>ème</sup> Randonnée des Crêtes

Organisée par les Randonneurs de Valorges  
**RV:** de 7h30 à 14h selon les parcours, à la salle des fêtes en haut du village  
**Contact:** Brigitte BOHNY - 06 80 15 05 20  
 Ravitaillements en fonction du kilométrage.  
 Produits fermiers et locaux.

Circuits en km				
7	13	17	21	25
Dénivelé positif en m				
190	360	428	468	530
Coût entre 6 et 9 €				

## DIMANCHE 12 OCTOBRE

### Beaujeu (B2)

#### La Marche du Paradis

Organisée par l'amicale laïque de Beaujeu  
**RV:** de 7h30 et 14h30 à la salle du Parc, place de la mairie  
**Contact:** Bénédicte POITEVIN ou Sylvie BERTHELON - 06 58 72 47 93 ou 06 41 44 66 80  
 Ravitaillements sur les 3 parcours avec dégustation de paradis et saucisson au gène offert, à l'arrivée.

Circuits en km		
7,5	13	18
Dénivelé positif en m		
450	600	750
Coût entre 7 et 9 €		

### Cenves (B1)

#### Randonnée pédestre des 4 montagnes

Organisée par le comité des fêtes  
**RV:** de 8h à 14h à la salle des Fêtes  
**Contact:** Franck BOYAT - 06 15 57 66 43  
 Au départ, collation offerte. Sac repas avec fromage de Cenves. Ravitaillements sur les circuits. À l'arrivée, collation. Apporter son gobelet. Boucle optionnelle de 5km pour les circuits de 8, 13, 19 et 23 km.

Circuits en km				
8	13	15	19	23
Dénivelé positif en m				
258	624	640	714	802
Coût 9 € pour tous les circuits Gratuit < de 12 ans				

### Mornant (B5)

#### 28<sup>ème</sup> Rando des Fifres

Organisée par la Jeunesse Mornantaise gymnastique  
**RV:** de 8h à 13h30 au boulodrome  
**Contact:** Jean-Paul DECHERF 06 83 16 11 27 ou [jeunessemornantaise@gmail.com](mailto:jeunessemornantaise@gmail.com)  
 Préinscriptions conseillées sur notre site « jeunesse mornantaise ».  
 Parcours entre Monts et Coteaux du Lyonnais.  
 Rando patrimoine culturel en collaboration avec les Amis du Patrimoine Mornantais.  
 Ravitaillements : découverte de produits locaux chez les producteurs. Assiette campagnarde avec les produits UNIFERME à l'arrivée.

Circuits en km			
8	12	18	24
Dénivelé positif en m			
150	270	480	650
Coût entre 5 et 9 €			

## Saint Genis l'Argentière (B5)

### 41<sup>ème</sup> Randonnée des 7 collines

Organisée par l'ASSG  
**RV:** de 8h à 15h à la salle des fêtes  
**Contact:** Bernard DEBLOIS - 06 62 36 92 52  
 Au départ, café offert. Ravitaillements et omelette sur tous les parcours (sauf sur le 6 km). À l'arrivée, collation.

Circuits en km				
6	9	16	21	26
Dénivelé positif en m				
135	295	460	740	910
Coût entre 3 et 9 €				

## Sainte Paule (B3)

### Les Charrois en famille

Organisée par l'association des familles  
**RV:** de 8h à 15h à la salle des fêtes  
**Contact:** Marie-Pierre DUMAS ou Benoit REMY  
 06 73 96 78 86 ou 06 14 20 11 47  
 Ravitaillements sur tous les parcours.  
 Assiette de saucisson chaud au gène à l'arrivée.  
 Apporter son gobelet !

Circuits en km				
4	7	12	17	23
Dénivelé positif en m				
/	200	400	540	720
Coût entre 5 et 8 €				

## DIMANCHE 19 OCTOBRE

### Craponne (C4)

#### 12<sup>ème</sup> Randonnée du Téléthon de Craponne

Organisée par le collectif Craponnethon  
**RV:** de 8h à 13h à la salle des Enfants, angle rue Centrale/Avenue Jean Bergeron  
**Accès transport en commun:** en bus, C24 et 73  
**Contact:** Serge NAVARRO - 07 69 87 59 20  
 Ravitaillements sur le 11 et le 22 km. À l'arrivée, repas pour tous.

Circuits en km		
7	11	22
Dénivelé positif en m		
80	129	194
Coût 10 € - enfants 5 €		

## Duerne (B5)

### Randonnée des Chevreuils

Organisée par le comité d'animation duernois  
**RV:** de 8h à 14h à la salle des fêtes  
**Contact:** Christelle BARANGE ou Jean-Jacques OGIER - 06 15 22 06 99 ou 06 52 62 01 91  
 Soupe à l'oignon à l'arrivée. Marché de producteurs locaux.

Circuits en km				
5	10	15	20	25
Dénivelé positif en m				
100	250	420	700	850
Coût entre 5 et 9 €				

## Les Ardillats (B1)

### Marche des châtaignes

Organisée par le sou des écoles  
**RV:** de 8h à 15h salle des fêtes  
**Contact:** Cyrielle DUCRUIX - 06 50 26 60 56  
 Chaque circuit comporte au moins un ravitaillement de produits locaux, un cornet de châtaignes et une boisson à l'arrivée.

Circuits en km				
4	8	12,5	18,5	26
Dénivelé positif en m				
100	205	361	701	1035
Coût entre 5 et 8 €				

## Saint Maurice sur Dargoire -

### Chabanière (B5)

#### Les Rando de St Maurice sur Dargoire

Organisée par Entente sportive volley-ball St Maurice  
**RV:** de 7h30 à 12h à la salle Villette de St Maurice sur Dargoire, à Chabanière  
 Inscriptions [www.essm-volley.fr](http://www.essm-volley.fr)

**Contact:** Odile ORCEL - 06 84 94 56 61

2 ravitaillements sur les 16 et 20 km,  
 1 ravitaillement sur les 8 et 12 km. Repas chaud (saucisson, pommes de terre, fromage et fruit) à l'arrivée. Café offert au départ.

Circuits en km			
8	12	16	20
Dénivelé positif en m			
260	345	595	815
Coût entre 5 et 9 €			

## Thizy les Bourg (A2)

### Marche de Thizy les Bourgs

organisée par le comité des fêtes  
**RV:** de 7h45 à 13h - salle polyvalente de Marnand 2 rue du square  
**Contact:** Elisabeth PLAGNOL ou Josiane DUMONTET - 06 28 27 26 43 ou 06 99 54 27 26  
 Circuits de 6 à 26 km avec de 200 à 700 m de dénivelé (coût entre 5 et 10 €).  
 5 circuits dans la campagne.  
 Ravitaillement à chaque relais, collation à l'arrivée, 2 à 3 relais sur les 3 grandes marches.

## Villié-Morgon (B2)

### Marche des Cadoles

Organisée par « Chemins et Racines »  
**RV:** de 8h à 13h à la salle des fêtes  
**Contact:** Andrée CINQUIN ou Maryline LEROUGE - 04 74 69 10 41 ou 06 30 91 94 78  
 Ravitaillements et animations.

Circuits en km		
8	12	20
Dénivelé positif en m		
154	253	449
Coût : entre 9 et 12 €		

## DIMANCHE 26 OCTOBRE

### Lacenas (B3)

#### Couleurs d'Automne

Organisée par l'amicale des classes en 1  
**RV:** de 8h à 14h place de l'école  
**Contact:** Annie PONSARD - 06 86 81 98 59  
 Café au départ, 1 ravitaillement sur le 12 et 2 sur le 18 km. Soupe d'automne et compagnie pour tous à l'arrivée.

Circuits en km		
6	12	18
Dénivelé positif en m		
180	350	770
Coût : entre 6 et 9 €		



## Saint Martin en Haut (B5)

### Randonnée pédestre et VTT d'automne du CMSM

Organisée par le club Cyclos Marcheurs Saint Martinois  
**RV:** de 8h à 14h à la salle des fêtes place du Plon  
**Accès transport en commun:** Cars du Rhône 2EX  
**Contact:** Daniel FAHY - 07 82 77 34 16  
 Un circuit de Marche Nordique de 12 km.

Circuits en km			
7	14	21	28
Dénivelé à définir			
De	150	à	900
Coût entre 6 et 9 €			



**ESPACE MONTAGNE**  
LYON.fr

## Sports d'eau

## Randonnée

## Trekking

## Bivouac

## Voyage

Ski

Snow

Escalade

Alpinisme

Running - Trail

04.78.34.59.55

[espacemontagne-lyon.fr](http://espacemontagne-lyon.fr)

FRANCHEVILLE

63, Avenue du Chater




## NOVEMBRE

### DIMANCHE 2 NOVEMBRE

#### Meys (A5)

##### 32<sup>ème</sup> Marche des Meysanges

Organisée par le sou des écoles  
**RV:** de 8h à 14h à la salle polyvalente  
**Contact:** Jérémie CLOYE - 06 78 58 30 49  
 Une boisson chaude offerte au départ.  
 Ravitaillements sur les parcours  
 (3 relais maximum).  
 Soupe à l'oignon ou de légumes à l'arrivée  
 compris dans le tarif d'inscription.

Circuits en km			
4	8	15	22
Dénivelé positif en m			
70	200	420	630
Coût entre 4€ et 8 €			

#### Violay (Loire)

##### 27<sup>ème</sup> Marche du Bol d'Air

Organisée par l'AEP de Violay  
**RV:** entre 7h45 et 14h30 salle Espace 1004  
 place Fouillat  
**Contact:** Magalie FARJOT - 06 32 08 83 46  
 Café offert au départ. Nombreux ravitaillements  
 avec produits locaux.  
 Saucisson lentilles offert à l'arrivée. Buvette et  
 vente de crêpes.

Circuits en km					
5	8	12	15	20	27
Dénivelé positif en m					
Entre 80 et 900 m					
Coût entre 6 et 9 €					

### DIMANCHE 9 NOVEMBRE

#### Denicé (B3)

##### Randonnée du saucisson au gène

Organisée par le Comité d'Animation  
**RV:** de 8h à 13h à la salle des fêtes  
**Contact:** Béatrice GAIDON - 06 89 70 88 14  
 1 relais sur le 10 km et 2 relais sur le 16 km.  
 Saucisson au gène à l'arrivée pour tout le monde.  
 Apporter son gobelet.

Circuits en km		
5	10	16
Dénivelé positif en m		
108	238	330
Coût entre 5 et 12 €		

#### Sainte Catherine (B5)

##### Randonnée autour de Sainte Catherine

Organisée par le Cyclotouriste de Lyon  
**RV:** de 7h45 à 13h à la salle des fêtes

30 km jusqu'à 10h - 20 km jusqu'à 11h -  
 15 et 10 km jusqu'à 13h

**Contact:** Yves COTIN ou le CTLYon  
 06 89 34 69 66 ou 04 78 42 44 08  
 Un ravitaillement sur les 10 et 15 km -  
 2 sur le 20 km - 3 sur le 30 km.  
 Un repas sera servi à l'arrivée. Aucun gobelet ne  
 sera distribué sur les ravitaillements.

Circuits en km				
5	10	15	20	30
Dénivelé positif en m				
160	300	500	650	950
Coût entre 6 et 10 €				

### MARDI 11 NOVEMBRE

#### Régny (Loire)

##### Marche du sou des écoles

Organisée par le sou des écoles  
**RV:** entre 7h et 15h à la salle des fêtes  
**Accès transport en commun:** train  
**Contact:** Lucas TERRIER - 06 87 30 73 37  
 Ravitaillements copieux aux relais, collation  
 chaude à l'arrivée.

Circuits en km					
4	8	11	18	23	VTT 40
Dénivelé positif en m					
50	160	235	500	625	900
Coût entre 4 et 8 €					

### DIMANCHE 16 NOVEMBRE

#### Ronno (A3)

##### Marche du Saucisson Chaud

Organisée par le Comité des Fêtes  
**RV:** de 7h30 à 14h à la salle des fêtes  
**Contact:** Sophie FELIX - 06 83 45 23 85

Circuits en km					
6	10	14	18	22	29
Coût entre 5 et 10 €					

#### Saint Martin en Haut (B5)

##### Marche du Téléthon

Organisée par le Téléthon 69850  
**RV:** de 8h à 14h à la salle des fêtes du Plon  
**Accès transport en commun:** Cars du Rhône  
 ligne 2EX  
**Contact:** Jules GUILLEMOT - 06 46 21 67 18  
 Café offert au départ et casse-croûte à l'arrivée.  
 1 ravitaillement sur le 14 km - 2 ravitaillements  
 sur le 23 km

Circuits en km		
7	14	23
Dénivelé positif en m		
170	400	550
Coût entre 7 et 8 €		

### SAMEDI 29 ET

### DIMANCHE 30 NOVEMBRE

#### Saint Etienne (Loire)

##### ASICS Saintélyon

Organisée par le Cyclotouriste de Lyon  
 Inscriptions à l'avance sur le site [www.saintelyon.fr](http://www.saintelyon.fr)  
**Accès transport en commun:** car organisé dans  
 le cadre de l'épreuve  
**Contact:** CTLYon 04 78 42 44 08

Circuits en km				
13	23	44	78	156
Dénivelé positif en m				
250	400	1000	2100	4400
Coût : entre 30 et 220 €				

### DIMANCHE 30 NOVEMBRE

#### Grézieu la Varenne (B4)

##### 25<sup>ème</sup> randonnée

##### du Téléthon Varennois

Organisée par le Téléthon Varennois  
**RV:** à partir de 7h30 - salle d'animation en face  
 de la mairie  
**Accès transport en commun:** bus C24  
**Contact:** Gilbert BERTRAND ou Lionel GUIDET  
 06 45 43 98 35 ou 06 80 67 51 74  
 1 relais sur le 15 km et 2 relais sur le 22 km - repas  
 lyonnais à l'arrivée. Apporter son gobelet

Circuits en km		
7	15	22
Dénivelé positif en m		
130	420	680
Coût unique 10 €		

## DÉCEMBRE

### SAMEDI 6 DÉCEMBRE

#### Thiers (Loire)

##### Marche nocturne Thiers - Roanne

Organisée par le Groupe Montagnard Roannais  
 Inscriptions le samedi 07/12 entre 17h et 23h30  
**Lieu de départ:** Riorges le Scarabée rue Marclat  
 42153 Riorges  
**Accès transport en commun:** oui, bus organisation.  
**Contact:** Philippe ROCHARD ou Patrick  
 PARDON - 06 12 55 35 51 ou 06 67 75 81 72  
 Marche nocturne, 100<sup>ème</sup> anniversaire

Circuits en km	
25	57
Dénivelé positif en m	
800	1505
Coût entre 15 et 25 €	

### DIMANCHE 14 DÉCEMBRE

#### Chambost Allières (B2)

##### Randonnée du Père Noël

Organisée par le Comité des fêtes  
**RV:** de 7h30 à 12h à la salle des fêtes  
**Contact:** Marie-Pierre AUBONNET ou Annie  
 GOUTARD - 06 79 76 85 18 ou 06 86 99 73 32  
 En-cas au départ, repas chaud à l'arrivée.

Circuits en km		
11	14	20
Dénivelé positif en m		
260	450	1018
Coût 9 €		

## 2026

### DIMANCHE 11 JANVIER

#### Saint Jean la Bussière (A3)

##### Randonnée des Mouchérons

**DIMANCHE 18 JANVIER (A3)**

#### Valsonne

##### Marche des Ecreuils

### DIMANCHE 25 JANVIER

#### Lozanne (B4)

##### Randonnée du saucisson chaud

#### Feurs (Loire)

##### 65<sup>ème</sup> Marche de la soupe aux choux



VOS MAGASINS SPÉCIALISTES DE LA RANDONNÉE !



### GENAY

662 Rue des Jonchères  
 Actipark de la Richassière  
 69730 GENAY  
 04.51.23.66.49

NOUVEAU



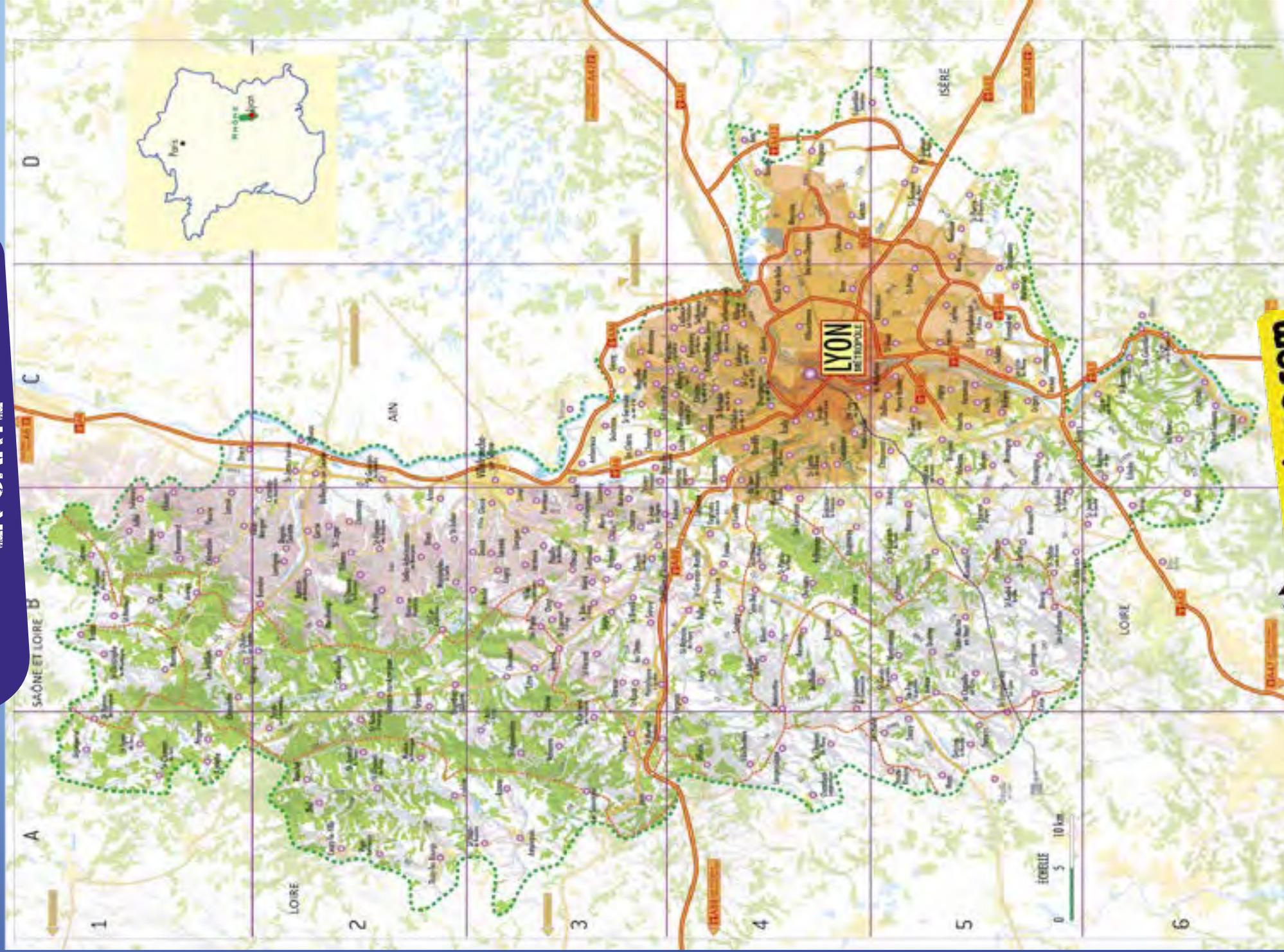
### LYON CROIX-ROUSSE

81 Grande Rue de la Croix-Rousse  
 69004 LYON  
 04.72.98.00.31

CHAUSSURES, TEXTILE, SACS À DOS,  
 BIVOUAC, ACCESSOIRES...

[www.terrederando.com](http://www.terrederando.com)

LE RHÔNE ET LA MÉTROPOLIE DE LYON  
EN CARTE



rhonetourisme.com

# DÉCOUVREZ NOS TOPOGUIDES



**NOUVEAUX!**



**CE CALENDRIER  
2025  
EST DISPONIBLE**

## CALENDRIER DES RANDONNÉES PÉDESTRE RHÔNE 2025

Reproduction interdite.  
Crédit photos : Adobestock - ©Dominique De Verneuil.  
FFRandonnée Rhône - Métropole Lyon  
Conception graphique : Caroline GIROUD  
Impression : Imprimerie des Monts du Lyonnais  
• Décembre 2024  
Merci à Marie Renneveau ainsi qu'aux bénévoles du CDRP pour leur collaboration

### • FFRandonnée Rhône - Métropole de Lyon

39 rue Germain - 69006 Lyon  
Tél : 04 72 75 09 02

aux heures de permanences :  
les mardis et jeudis de 14h à 17h

### • sur le site internet :

[www.rhone.ffrandonnee.fr](http://www.rhone.ffrandonnee.fr)

### • dans les points touristiques :

offices du tourisme et syndicats d'initiative

### • par courrier :

en renvoyant ce bulletin,  
accompagné de 3 timbres tarif lettre pour recevoir  
la brochure : FFRandonnée Rhône - Métropole de  
Lyon - 39 rue Germain - 69006 LYON

### • par mail :

[rhone@ffrandonnee.fr](mailto:rhone@ffrandonnee.fr)

## BULLETIN À RETOURNER À PARTIR DE DÉCEMBRE 2025 POUR RECEVOIR LE CALENDRIER 2026

M - MME .....

RUE .....

.....

LA FFRANDONNÉE RHÔNE - MÉTROPOLE DE LYON REMERCIE SES PARTENAIRES POUR LEUR FIDÈLE SOUTIEN.

