

# ASSOCIATION D'ANIMATION DU QUARTIER DES ROCHES SPORT POUR TOUS

## SORTIES PEDESTRES AUTOMNE 2025

Les Jeudis

Départ

11-09-2025	<b>BELLEDONNE</b> Carte IGN- 3335ET	<b>CIRCUIT DES LACS DE « L'ETENDART » (2000 à 2700m) par le refuge de l'étendard (2500m), au pied du Pic de l'Etendard</b> Départ : col de la Croix de Fer(2064m) Dénivelé : 640m + 200m	7h30
18-09-2025	<b>VERCORS</b>	<b>Traversée de LANS en VERCORS à VILLARD de LANS GR91, sentier Gobert, cabane de Roybon, les Glovettes</b> Possibilité de faire le col vert et d'arriver par la combe Charbonnière Départ : Lans stade de neige (1266m) -arrivée croix des Glovettes (1240m) Dénivelé : à préciser Ou <b>LES CRETES D'AUTRANS-SOMMET DE CHARANDE (1709m)</b> Départ : Autrans (le Bouchet 1094m), par le pas de Bellecombe et le pas l'Ours. Retour : par le pas du Tracollet (1648m) et le refuge des Feney Dénivelée : 650 m- (2h : 20 de montée) - 12km Horaire global : 4h30-5h	8h
25-09-2025	<b>CHARTREUSE</b>	<b>COL DE BOVINANT (1646m) -LE PETIT SOM (1772m)</b> LE GRAND SOM (2026m) éventuellement Départ : La Ruchère (1042m) Route forestière, col de la Ruchère (1407m) par le pas du loup, le Habert de Bovinant, col de Bovinant. Retour par le col de Léchaud Dénivelé : 600m +150m + 400m - horaire global : 5h30	8h
02-10-2025	<b>BELLEDONNE</b>	<b>LE COL DE CLARAN5 (1 956m) et LE PETIT CHARNIER (2181m).</b> Départ : le super collet d'Allevard 1630m. Montée par le col de l'Occiput et la crête de Plagne Dénivelé : 500 m +250m Horaire global : 4h30 h à 5h30	8h
09-10-2025	<b>MATHESINE</b>	<b>SENEPY (1526m) Col de Sénépy- Pierres Plantées (boucle)</b> Départ : La Motte D'Aveillan, les Signareaux, remontées mécaniques Dénivelé : 620m	8h
16-10-2025	<b>BUGEY</b>	<b>HAUTEVILLE Au départ de La Praille (1081m) 2 boucles possible d'environ 10km et 17km en passant par la chapelle Notre Dame de Mazières et le Belvédère de Planachat et retour par le Balcon du Valromey. Dénivelé : 300m et 600m</b> ou Traversée Yenne Chanaz 17.4km 433m	8h

Transport : 21€ (tarif révisable)

**INSCRIPTIONS**    ⇒ jusqu'au mardi précédent avant 10h : par framadata sur internet  
                              ⇒ Jusqu'au mardi précédent avant 9h : par téléphone 04-74-96-60-59 (AAQR)

**Nombre d'inscriptions limitée à 59 personnes**

**DEPART**        ⇒ Villefontaine : parking AVIA aux horaires ci dessus  
                          ⇒ Heyrieux : parking Ecole Pasteur route de Bonce 20mn avant

**Retour** : entre 18h et 19h 30 selon les distances et les difficultés de randonnées

**- POSSIBILITE D'ANNULATION SI MAUVAIS TEMPS - DE CHANGEMENT DE LIEU OU D'HORAIRE - MESSAGE AU 04-74-96-60-59**

**LES PARTICIPANTS SONT CONSIDERES EN EXCURSION PERSONNELLE ET DOIVENT ETRE ASSURES INDIVIDUELLEMENT**  
**POUR PARTICIPER AUX SORTIES IL EST INDISPENSABLE D'AVOIR LA CARTE DE L'ASSOCIATION**