

ASSOCIATION D'ANIMATION DU QUARTIER DES ROCHES

SPORT POUR TOUS

PROJET DE SORTIES PEDESTRES AUTOMNE 2026

Les Jeudis

Départ

10-09-2026	BUGEY	LE GRAND COLOMBIER (1 530m) - Sentier des Crêtes Départ : Foyer de fond Sur-Lyand (1 240m) - par Seyssel Boucle de 12,9km . Dénivelé : 600m Horaire global : 5h ou les PLANS D'HOTONNES	8h
17-09-2026	VERCORS	LES CRETES D'AUTRANS-SOMMET DE CHARANDE (1 709m) Départ : Autrans (le Bouchet 1 094m), par le pas de Bellecombe et le pas de l'Ours. Retour : par le pas du Tracollet (1 648m) et le refuge des Feneys Dénivelé : 650 m- (2h20 de montée) - 12km Horaire global : 4h30-5h	8h
24-09-2026	BAUGES	LE PLAN DE LA LIMACE (1 722m) - Plan Molart (1 836m) par La Croix d'Allant (1 580m) - boucle par le Coudray et retour par Précherel ou en aller-retour Départ : Jarsy (900m) Dénivelé : 680m ; 820m - horaire global : 5h	8h
01-10-2026	CHARTREUSE	COL DE BOVINANT (1 646m) -LE PETIT SOM (1 772m) LE GRAND SOM (2 026m) éventuellement Départ : La Ruchère (1 042m) 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
08-10-2026	CHARTREUSE	Départ de Perquelin (970m) ; 2 itinéraires -CABANE de BELLEFOND + COL déniv : 750 à 1000m, COL DES AYES (1 538m), PRAVOUTA (1 760m) déniv : 500 à 700m	8h
15-10-2026	CERDON ou BEAUJOLAIS	2 Boucles autour du Cerdon 12km ou 16km de 530m ou 650m de dénivelé. Départ du Cerdon	8h
Autres possibilités	BUGEY	HAUTEVILLE Au départ de La Praille (1 081m) 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	8h
	LA PESSE		

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