

MJC Saint Marcel lès Valence

Activité de Randonnée

Responsable : Henri MENEGHETTI

Description

Pratique de la randonnée pédestre en moyenne montagne, principalement dans les régions de la Drôme (Vercors, Diois, Drôme Provençale) de l'Ardèche et de l'Isère.

Quand ?

Chaque mardi, sauf jours fériés, de septembre à fin juin.

Pour qui ?

Les randonnées proposées sont d'un niveau accessible à tout bon marcheur.

L'indication de la dénivelée cumulée, combinée avec la distance du parcours permet à chacun d'apprécier le niveau de difficulté et de choisir les sorties qui lui conviennent. Celles comportant des parcours plus engagés et/ou des passages délicats sont signalées par une note particulière sous les données du parcours.

En fonction de leur niveau d'entraînement, les enfants et les adolescents peuvent participer à ces sorties. Néanmoins, en-dessous de 16 ans, ils restent sous la responsabilité des parents.



Départs - horaires

Tous les départs se font du parking de la MJC rue de l'Étrau, sauf indication contraire sur le planning.

Attention aux horaires de départ qui varient en fonction des secteurs et des périodes de l'année : se reporter au planning ou aux notes particulières pour les sorties spéciales.

Les conditions climatiques et d'autres facteurs pouvant influencer sur la réalisation de la randonnée, le responsable se réserve le droit, soit de modifier, soit de remplacer, voire d'annuler la sortie.

L'annulation ou le remplacement d'une sortie ne modifie pas l'ordre chronologique du planning. Toute éventuelle modification sera communiquée aux participants habituels.

Compte tenu des aléas pouvant survenir au cours des sorties et par conséquent des retards possibles, les horaires de retour ne peuvent être garantis : sauf cas de force majeure, le parcours des randonnées n'en sera pas pour autant modifié. Par conséquent il est déconseillé aux participants de prendre des engagements précis au retour des sorties.

Transport

Il est demandé à chaque adhérent possédant un véhicule de bien vouloir assurer le transport à tour de rôle, dans le cadre d'une rotation régulière. Une participation aux frais de transport est perçue directement par le conducteur auprès de ses passagers lors de chaque sortie, sur la base suivante :

0,05 € par km parcourus (A/R) et par passager.

Équipement

- Les chaussures de marche sont obligatoires (pas de tennis).
- Le choix d'un bon sac à dos est recommandé ; il devra contenir, entre autres :
 - un vêtement chaud et un vêtement de pluie,
 - de l'eau en suffisance,
 - pour les sorties d'été, casquette ou chapeau, lunettes de soleil et crème solaire,
 - pour les sorties en saison froide, bonnet et gants.
- Choisissez des vêtements confortables, permettant d'éliminer facilement la transpiration.
- Vous pouvez éventuellement vous aider avec des bâtons télescopiques de marche.
- Le repas de midi est habituellement tiré du sac, sauf consigne particulière.
- Pour les sorties en raquettes, les participants utilisent leur équipement personnel.

Comme les années précédentes :

- Un rassemblement au bois de Thodure autour d'une table garnie sous forme de pique-nique permettra à chacun de revivre la saison écoulée : la date du **jeudi 8 juin 2017** est retenue .
- La saison se terminera par un séjour de deux jours les **24 et 25 juin 2017** dans le secteur de Buis les Baronnies et des Dentelles de Montmirail avec une nuit en gîte. Cette sortie fera l'objet d'une note d'information particulière.

Le staff d'encadrement vous souhaite d'excellentes randonnées

PÉRIODE DU 6 SEPTEMBRE 2016 AU 31 JANVIER 2017

Date	But Point de départ	Départ MJC	Durée ~	km ~	Z-/Z+ [m]	$\Sigma \Delta z+$ ~ [m]	Carte(s) IGN	Guide
06/09/16	Gorges du Bruyant Lans en Vercors (38250)	7h30	4h00	14	894 1074	600	3235 OT	JCM
13/09/16	Volcans des Chirouzes Pranles (07000)	7h30	5h30	14,5	345 733	690	2937 E	JG
20/09/16	La Montagnette Vallon de Combau – Treschenu C. (26410)	7h30	6h30	16	1313 1972	760	3237 OT	PS
27/09/16	Montagne du Buisseron-Col d'Ambonne Poët Sigillat (26110)	8h00	5h15	14	780 1299	720	3139 OT	DC
04/10/16	La Mollière Engins (38360)	8h00	5h30	16	861 1648	940	3235 OT	PS
11/10/16	Serre Chauvière Aurel (26340)	8h00	7h00	18	432 1232	830	3137 OT	JG
18/10/16	Canyon des Gueulards – Croix de Vellan Omblèze (26400)	8h00	5h00	16	563 1011	780	3136 OT 3136 E	FG
25/10/16	La Servelle Aucelon (26340)	8h00	6h30	16	731 1601	990	3138 OT	JCM
01/11/16	Férialé – pas de randonnée							
08/11/16	But Saint Genix Marignac en Diois (26150)	8h00	5h30	15	590 1447	1000	3137 OT	DC
15/11/16	Circuit des Châteaux Arlebosc (07410)	8h00	5h00	15	280 620	500	2935 E	RV
22/11/16	Bois de Claret Méaudre (28112)	8h00	5h00	15	974 1175	600	3225 OT	RV
29/11/16	Château de Gicon Chusclan (30200)	7h30	6h00	18	28 268	500	3040 OT	JCM
06/12/16	Repas de fin d'année. Le but de la rando et le restaurant seront précisés dans une note particulière.							
13/12/16	Le Chenavari Rochemaure (07400)	8h30	6h30	18	75 506	630	2938 E 3038 O	DC
20/12/16	Saint Romains de Lerps Cornas (07130)	8h30	6h00	19	130 641	910	3036 O	PS
27/12/16	Les Roches qui dansent Ponsas (26240)	8h30	4h00	15	138 357	565	3134 OT	FG
03/01/17	Balcon de la Bourne – Martin Pêcheur La Sône (38840)	8h30	5h00	15	175 472	320	3135 OT	FG
10/01/17	Les Ramières de Val de drôme Livron gendarmerie (26250)	8h30	5h30	18	112 240	180	3037 E 3037 O	DC
17/01/17	Saint pierre la Roche Saint Bauzille (07210 Chomérac)	8h30	5h00	16	325 658	480		PS
24/01/17	Le Pont Romain Saint Sylvestre (07440)	8h30	6h30	19	312 550	580	3036 OT	RV
31/01/17	La Montagne du Poët Le Poët Laval (26160)	8h30	5h00	13	353 885	780	3038 E	PS

Réserves

	Serre de Montourat Gilhoc-s/Ormèze (07270)		5h30	15	480 800	775	2935 E 3036 O	
	St Romain de Lerps Cornas (07130)		6h00	19	130 641	910	3036 O	
	Les Ramières du Val de Drôme Gendarmerie de Livron (26250)		5h30	18	240 112	180	3037 E 3037 W	
	Abbaye d'Aiguebelle: Rocher de la Vierge – Réauville (26230)		5h00	17,6	373 140	250	3039 E+W 3038 E+W	

*z+ = altitude du point le plus haut**z - = altitude du point le plus bas* *$\Sigma \Delta z+$ = dénivelée cumulée positive***Encadrement :***DC : Daniel Craipeau**HM : Henri Meneghetti**PS : Pierre Schmitt**FG : Françoise Gaillard**JCM : Jean-Claude Michel**JS : Jacques Séguéla**JG : Jacques Gandon**CM : Claude Morenas**RV : René Viougeas*