

Rando Nature... Comment ça marche ?

Les prescriptions spécifiques suivantes renforcent les Conditions Générales d'Inscription de la MJC :

- 1- Les randonnées pédestres sont ouvertes à toute personne majeure en possession de sa **carte d'adhésion** de l'Association en cours de validité. Cette carte intègre l'assurance individuelle accident de l'adhérent pendant son activité. L'intéressé doit également fournir un **certificat médical** de non contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre de moins d'un an.
- 2- **Procédure d'inscription** : pour toute proposition de randonnées, il vous appartient de réserver au maximum trois sorties selon votre niveau de marche ; deux options en sus sont toujours possibles. Dans un 1^{er} temps, vous devez vous préinscrire en formulant vos souhaits par mail : randonature@mjc-confluence.fr. Puis, passer à l'accueil de la MJC pour confirmer votre inscription et procéder au règlement. **Les inscriptions ne sont définitives qu'après le versement total du montant de la/des sorties retenues.**
- 3- Toute annulation inférieure à 5 jours ou toute randonnée non effectuée du fait de l'adhérent ne donne lieu à aucun remboursement.
- 4- Faute de participants en nombre suffisant ou pour des raisons de prévisions météorologiques défavorables, l'Association se réserve le droit d'annuler une randonnée pédestre. Les sommes perçues constituent alors un avoir pour une autre randonnée ou sont entièrement reversées à l'adhérent.
- 5- Pour des raisons de sécurité, notamment dues à un changement brutal de conditions météorologiques, l'accompagnateur se réserve le droit de modifier l'itinéraire d'une randonnée ou de l'interrompre en optant pour un retour anticipé. Ce cas de force majeure ne donne lieu à aucun remboursement.
- 6- La difficulté des randonnées est mentionnée sur l'ensemble des propositions de randonnées et s'échelonne sur 3 niveaux : **Facile (vert) - Moyen (bleu) - Difficile (rouge)**
- 7- Les randonnées pédestres organisées par la MJC sont programmées à la journée ou à la demi-journée et limitées à 8 ou 17 participants selon leur niveau de difficulté. Les randonnées itinérantes feront l'objet de propositions exceptionnelles.
- 8- Equipement basique du randonneur pour la journée : Carte d'Identité et Carte Vitale ; moyens de paiement ; sac à dos ; chaussures de marche à tige haute ou basse selon la difficulté du parcours ; vêtements chauds ; vêtement de pluie ; couvre-chef ; lunettes de soleil ; gourde remplie d'eau ; nourriture pour le midi et en-cas énergétiques ; petit sac poubelle ; papier toilette... Un téléphone mobile chargé peut également être bien utile.

Table d'orientation...



« Marcher dans la nature, c'est comme se trouver dans une immense bibliothèque où chaque livre ne contiendrait que des phrases essentielles. »

Christian Bobin

Accompagnement :

Animateur : **Pierre Bobineau**

Accompagnateur Fédéral
Randonnée Pédestre



Tél : **06 75 19 29 68**

E-mail : randonature@mjc-confluence.fr

Tarifs :

- Adhésion MJC : **Individuelle : 15 € & Couple : 20 €**
- Cotisation annuelle : **20 €**
- Participations selon les sorties...

Informations et inscriptions :

M.J.C. Presqu'île Confluence

28 Quai Rambaud
69002 LYON

☎ : **04-78-38-49-69**

E-mail : contact@mjc-confluence.fr

Site : www.mjc-confluence.fr

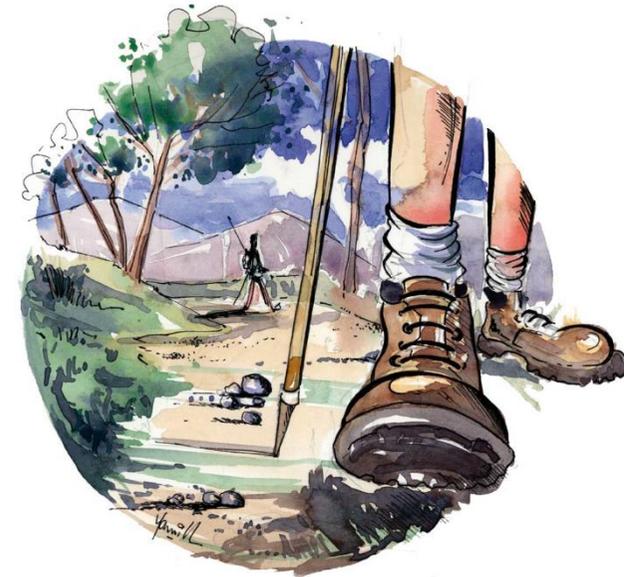
 facebook.com/mjcconfluence

Automne 2018

Rando Nature

Le Fil d'Ariane

Marcher pour se retrouver



Agréée Jeunesse et Education Populaire

M.J.C. Presqu'île Confluence – Lyon



| Date | Randonnées | Caractéristiques | Mémento |
|---|---|---|---|
| 1 - Dimanche 16 septembre de 8h à 17h | <p>Bugey : <i>Le vignoble de Poncin</i></p> <p>Au départ du confluent de l'Ain et du Veyron, ce périple, à travers le vignoble du Cerdon, est parsemé de hameaux et agrémenté de panoramas cerdonnais.</p> <p>Situation : Poncin - 70 km de Lyon - Tps : 1h</p> <p>Départ : Le foyer rural</p> |  <p>Niveau : Difficile (<i>distance</i>)</p> <p>Distance : 15 km</p> <p>Temps de marche : 5h</p> <p>Dénivelé : 400 mètres</p> <p>Altitude max. : 510 mètres</p> | <p>Inscript^o MJC avant le 12/09/18</p> <p>Places limitées à 17 pers.</p> <p>Transport : minibus MJC</p> <p>Part. except^o : 8 €</p> <p>Déjeuner : pique-nique tiré du sac</p> <p>Équipement : Basique... 3 couches</p> <p>RDV : MJC (au Jardin Gilibert) à 8h</p> |
| 2 - Dimanche 30 septembre de 8h à 17h30 |  <p>Massif central : <i>A la conquête des volcans d'Auvergne</i></p> <p>Un circuit incontournable sur les crêtes des volcans de Jumes et de la Coquille juste au milieu de l'alignement de la Chaîne des Puys.</p> <p>Situation : Beauregard (63) - 181 km de Lyon - Tps : 2h10</p> <p>Départ : Esplanade de Beauregard</p> | <p>Niveau : Moyen</p> <p>Distance : 11 km</p> <p>Temps de marche : 3h45</p> <p>Dénivelé : 287 mètres</p> <p>Altitude max. : 1 160 mètres</p> | <p>Inscript^o MJC avant le 16/09/18</p> <p>Places limitées à 17 pers.</p> <p>Transport : minibus MJC</p> <p>Part. except^o : 15 €</p> <p>Déjeuner : pique-nique tiré du sac</p> <p>Équipement : Basique... 3 couches</p> <p>RDV : MJC (au Jardin Gilibert) à 8h</p> |
| 3 - Dimanche 14 octobre de 8h30 à 16h30 | <p>Ardèche : <i>La roche des Vents</i></p> <p>A cheval entre les vallées de la Cance et de l'Ay, au cœur du massif du suc de Vent, marcher dans la solitude de la forêt aux couleurs de l'automne.</p> <p>Situation : Vocance - 84 km de Lyon - Tps : 1h15</p> <p>Départ : Parking des Usclats</p> |  <p>Niveau : Moyen</p> <p>Distance : 13 km</p> <p>Temps de marche : 3h30</p> <p>Dénivelé : 310 mètres</p> <p>Altitude max. : 1 030 m</p> | <p>Inscript^o MJC avant le 30/09/18</p> <p>Places limitées à 17 pers.</p> <p>Transport : minibus MJC</p> <p>Part. except^o : 9 €</p> <p>Déjeuner : pique-nique tiré du sac</p> <p>Équipement : Basique... 3 couches</p> <p>RDV : MJC (au Jardin Gilibert) à 8h30</p> |
| 4 - Dimanche 18 novembre de 9h à 17h |  <p>Drôme : <i>Les Roches qui dansent</i></p> <p>Cette grande boucle offre de splendides panoramas sur la vallée du Rhône et les montagnes de l'Ardèche ainsi que la découverte du site classé des Roches qui dansent.</p> <p>Situation : Ponsas - 74 km de Lyon - Tps : 1h</p> <p>Départ : Centre du village</p> | <p>Niveau : Moyen</p> <p>Distance : 14.5 km</p> <p>Temps de marche : 4h</p> <p>Dénivelé : 565 mètres</p> <p>Altitude max. : 357 mètres</p> | <p>Inscript^o MJC avant le 04/11/18</p> <p>Places limitées à 17 pers.</p> <p>Transport : minibus MJC</p> <p>Part. except^o : 8 €</p> <p>Déjeuner : pique-nique tiré du sac</p> <p>Équipement : Basique... 3 couches</p> <p>RDV : MJC (au Jardin Gilibert) à 9h</p> |
| 5 - Dimanche 9 décembre de 9h à 16h | <p>Monts du Beaujolais : <i>Circuit du Mont Chevrier</i></p> <p>Dans un cadre calme, champêtre et boisé, cette randonnée nous conduit au site marial de Notre-Dame-de-la-Roche et à celui de Notre-Dame-de-Bel-Air, avec une vue sur les monts du Forez.</p> <p>Situation : Tarare - 43 km de Lyon - Tps : 40 mn</p> <p>Départ : Place du château</p> |  <p>Niveau : Moyen</p> <p>Distance : 11 km</p> <p>Temps de marche : 3h30</p> <p>Dénivelé : 420 mètres</p> <p>Altitude max. : 766 m</p> | <p>Inscript^o MJC avant le 25/11/18</p> <p>Places limitées à 17 pers.</p> <p>Transport : minibus MJC</p> <p>Part. except^o : 5 €</p> <p>Déjeuner : pique-nique tiré du sac</p> <p>Équipement : Basique... 3 couches</p> <p>RDV : MJC (au Jardin Gilibert) à 9h</p> |