

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 ; hygiène... 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

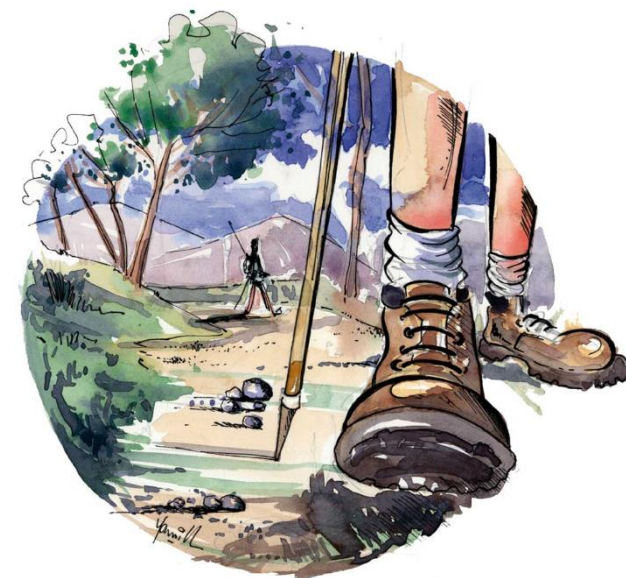
Facebook : [facebook.com/mjcconfluence](https://www.facebook.com/mjcconfluence)

Printemps/Été 2019
Bonus !

Rando Nature

Le Fil d'Ariane

Marcher pour se retrouver



Agréée Jeunesse et Education Populaire

M.J.C. Presqu'île Confluence – Lyon



Programme "Le Fil d'Ariane"



Printemps / Eté - Bonus 2019 !



Date	Randonnées	Caractéristiques	Mémento
1 - Dimanche 14 avril de 8h à 17h	<p>Bugey : Le vignoble de Poncin</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 : Moyen (distance)</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° MJC avant le 10/04/19</p> <p>Places limitées à 17 pers.</p> <p>Transport : minibus MJC</p> <p>Part. except° : 8 €</p> <p>Déjeuner : pique-nique tiré du sac</p> <p>Equipement : Basique... 3 couches</p> <p>RDV : MJC (au Jardin Gilibert) à 8h</p>
2 - Vendredi 7 juin de 21h à 0h30	<p>Monts d'Or : Rando de nuit !</p> <p>Souvent à flanc de coteau, cet itinéraire, de jour comme de de nuit, offre des panoramas sur les forêts, vallons, clairières et la Saône ; on y distingue des cabornes, le clocher carré de l'ancienne église, la tour Risler et de nombreuses constructions en pierre dorée...</p> <p>Situation : Poleymieux - 23 km de Lyon - Tps : 30 mn</p> <p>Départ : Parking Mairie</p>	<p>Niveau : Moyen</p> <p>Distance : 9 km</p> <p>Temps de marche : 2h30</p> <p>Dénivelé : 306 mètres</p> <p>Altitude max. : 532 mètres</p>	<p>Inscript° MJC avant le 24/05/19</p> <p>Places limitées à 17 pers.</p> <p>Transport : minibus MJC</p> <p>Part. except° : 5 €</p> <p>5^{ème} repas : Friandises tirées du sac !</p> <p>Equipement : Lampe frontale (chargée)</p> <p>RDV : MJC (au Jardin Gilibert) à 21h</p>
3 - Dimanche 7 juillet de 7h45 à 18h	<p>Isère : Les passerelles himalayennes du Monteynard</p> <p>Après une traversée en bateau de 30 mn, franchissez deux passerelles himalayennes vertigineuses surplombant les gorges du Drac et de l'Ebron.</p> <p>Attention ! personne sujette au vertige, s'abstenir !</p> <p>Situation : Treffort - 147 km de Lyon - Tps : 1h40</p> <p>Départ : Embarcadère « la Mira »</p>	<p>Niveau : Moyen</p> <p>Distance : 15.5 km</p> <p>Temps de marche : 5h30</p> <p>Dénivelé : 445 m</p> <p>Altitude max. : 690 m</p>	<p>Inscript° MJC avant le 21/06/19</p> <p>Places limitées à 17 pers.</p> <p>Transport : minibus MJC</p> <p>Part. except° : 20 €</p> <p>Déjeuner : pique-nique tiré du sac</p> <p>Equipement : Basique... 3 couches</p> <p>RDV : MJC (au Jardin Gilibert) à 7h45</p>

