

## 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<sup>er</sup> temps, vous devez vous préinscrire en formulant vos souhaits par mail : [randonature@mjc-confluence.fr](mailto: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](mailto: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](mailto:contact@mjc-confluence.fr)

Site : [www.mjc-confluence.fr](http://www.mjc-confluence.fr)

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

## Printemps 2019

### 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 2019



Date	Randonnées	Caractéristiques	Mémento
1 - <b>Dimanche 5 mai</b> de 8h30 à 16h30	 <p><b>Jura : La ronde des Etangs Marrons</b> Le plateau de Brénod et ses combes alentours forment un ensemble remarquable de zones humides parmi lesquelles de nombreuses tourbières abritent un riche patrimoine biologique. <b>Situation :</b> Brénod - 97 km de Lyon - Tps : 1h10 <b>Départ :</b> Place de l'église</p>	<p>Niveau : <b>Facile</b> Distance : <b>12 km</b> Temps de marche : <b>3h30</b> Dénivelé : <b>110 mètres</b> Altitude max. : <b>958 mètres</b></p>	<p>Inscript° MJC avant le <b>19/04/19</b> Places limitées à <b>17</b> pers. <b>Transport :</b> minibus MJC <b>Part. except° :</b> <b>10 €</b> <b>Déjeuner :</b> <b>pique-nique tiré du sac</b> <b>Equipement :</b> Basique... 3 couches <b>RDV :</b> MJC (au Jardin Gilibert) à <b>8h30</b></p>
2 - <b>Dimanche 12 mai</b> de 8h30 à 16h30	 <p><b>Pilat : Crêt de Chaussitre</b> Un tour dans la lande à bruyères et myrtilles avec panorama exceptionnel sur les sommets du Massif Central aux formes variées : suc, crêt, lande sommitale, butte boisée... <b>Situation :</b> Prélager - 77 km de Lyon <b>Départ :</b> Aire de pique-nique</p>	<p>Niveau : <b>Moyen</b> Distance : <b>11 km</b> Temps de marche : <b>3h30</b> Dénivelé : <b>360 mètres</b> Altitude max. : <b>1 240 m</b></p>	<p>Inscript° MJC avant le <b>26/04/19</b> Places limitées à <b>17</b> pers. <b>Transport :</b> minibus MJC <b>Part. except° :</b> <b>8 €</b> <b>Déjeuner :</b> <b>pique-nique tiré du sac</b> <b>Equipement :</b> Basique... 3 couches <b>RDV :</b> MJC (au Jardin Gilibert) à <b>8h30</b></p>
3 - <b>Dimanche 26 mai</b> de 8h à 17h	 <p><b>Chartreuse : Les trois cols</b> Ce parcours conduit au cœur du massif de Chartreuse et nous offre ses panoramas et richesses naturelles : forêts et pâturages... <b>Situation :</b> La Ruchère - 115 km de Lyon - Tps : 1h40 <b>Départ :</b> Les Riondettes</p>	 <p>Niveau : <b>Moyen</b> Distance : <b>9 km</b> Temps de marche : <b>3h30</b> Dénivelé : <b>440 mètres</b> Altitude max. : <b>1 489 mètres</b></p>	<p>Inscript° MJC avant le <b>10/05/19</b> Places limitées à <b>17</b> pers. <b>Transport :</b> minibus MJC <b>Part. except° :</b> <b>11 €</b> <b>Déjeuner :</b> <b>pique-nique tiré du sac</b> <b>Equipement :</b> Basique... 3 couches <b>RDV :</b> MJC (au Jardin Gilibert) à <b>8h</b></p>
4 - <b>Dimanche 16 juin</b> de 8h à 17h	 <p><b>Savoie : Le sentier des Buis</b> Des coteaux ensoleillés où est élevé un vignoble réputé, le sentier vous mènera à un belvédère impressionnant, dominant Montmélian et sa citadelle, ainsi que toute la Combe de Savoie. <b>Situation :</b> Montmélian - 118 km de Lyon - Tps : 1h30 <b>Départ :</b> Parking cimetière</p>	<p>Niveau : <b>Difficile</b> Distance : <b>11 km</b> Temps de marche : <b>5h30</b> Dénivelé : <b>936 mètres</b> Altitude max. : <b>1 087 mètres</b></p>	<p>Inscript° MJC avant le <b>03/06/19</b> Places limitées à <b>17</b> pers. <b>Transport :</b> minibus MJC <b>Part. except° :</b> <b>11 €</b> <b>Déjeuner :</b> <b>pique-nique tiré du sac</b> <b>Equipement :</b> Basique... 3 couches <b>RDV :</b> MJC (au Jardin Gilibert) à <b>8h</b></p>
5 - <b>Dimanche 30 juin</b> de 7h30 à 17h30	 <p><b>Salève : Les Pitons par l'alpage de Chavanne</b> Depuis Archamps, une ascension vers le <b>Grand Piton</b> - 1380 m, point culminant du Salève - à travers prairies et sous-bois. Des alpages du sommet, vous aurez un panorama à 360° ! <b>Situation :</b> Archamps - 150 km de Lyon - Tps : 1h50 <b>Départ :</b> Entre les hameaux de Blécheins et des Pommeraies</p>	<p>Niveau : <b>Moyen</b> Distance : <b>12 km</b> Temps de marche : <b>4h</b> Dénivelé : <b>700 mètres</b> Altitude max. : <b>1 340 mètres</b></p>	<p>Inscript° MJC avant le <b>14/06/19</b> Places limitées à <b>17</b> pers. <b>Transport :</b> minibus MJC <b>Part. except° :</b> <b>14 €</b> <b>Déjeuner :</b> <b>pique-nique tiré du sac</b> <b>Equipement :</b> Basique... 3 couches <b>RDV :</b> MJC (au Jardin Gilibert) à <b>7h30</b></p>