



# LES AMIS DE LA MONTAGNE

MAISON DES ASSOCIATIONS

33bis rue Gabriel Péri - 69210 L'ARBRESLE

☎ : 06.37.07.60.43

Site : <http://www.les-ama.fr> - Mail : [contact@les-ama.fr](mailto:contact@les-ama.fr)

## PROGRAMME HIVER 2025-2026

<b>SAMEDI 13 DECEMBRE</b>	<b>SAINT CLEMENT LES PLACES Rhône</b> <b>Cat.2</b> 23.4km -555 m de dénivelé Rdv à 8h30-parking Collège des 4 Vents à l'Arbresle <b>Benoit et Pascale LEFEVRE : 06 37 07 60 43</b>
<b>DIMANCHE 18 janvier</b>	<b>BOUCLE DE SAINT ROMAIN en passant par Poleymieux et Curis au Mont d'r Or Rhône cat2</b> 15 km 780m de dénivelé R.V à 8 h 30 - Parking Collège Les 4 Vents à l'Arbresle <b>Emma SEGHAIER 06 51 58 80 73.</b>
<b>Du 30-31janvier et 1<sup>er</sup> février</b>	<b>Week end Raquette Haute Maurienne Cat.2 /3</b> 2 jours de raquette en étoile avec accompagnateur R.V à 13 h 00 - Parking Collège Les 4 Vents à l'Arbresle <b>Nicole et Patrick MEJEAN : 06.24.12.73.28</b>
<b>DIMANCHE 08 février</b>	<b>Circuit de l'Aqueduc du GIER au départ de Chaponost Rhône Cat.1/2</b> 17km - 300 m de dénivelé R.V à 8 h 30 - Parking Collège Les 4 Vents à l'Arbresle <b>Sylvaine BLOT 06 13 10 00 66</b>
<b>SAMEDI 21 FEVRIER</b>	<b>VERRIERE EN FOREZ LOIRE Cat.1/ 2</b> 17KM- 650 m de dénivelé R.V à 8h parking Collège Les 4 Vents à l'Arbresle <b>Nicole et Patrick MEJEAN 06 24 12 73 28</b>
<b>DIMANCHE 8 MARS</b>	<b>SAINT ETIENNE LA VARENNE Rhône Cat.1/2</b> 18 km -600m de dénivelé R.V à 8 h 30- Parking Collège Les 4 Vents à l'Arbresle <b>Marie Agnès BONNET 06 71 25 12 10</b>
<b>Samedi 21 MARS</b>	<b>RONTALON au Signal de St André la côte Rhône CAT 1/2</b> 16km – 550 de dénivelé R.V à 8h30 Parking Collège Les 4 Vents à l'Arbresle <b>Marie Hélène PORTE 06 52 85 33 42</b>
<b>Samedi 28 mars</b>	<b>LE PILAT depuis Rochetaillé le pas de RIOT , le gouffre d'enfer Loire CAT 1/2</b> -19 km Dénivelé 500 m R.V à 8 h 30 - Parking Collège Les 4 Vents à l'Arbresle <b>Agnès COLAS : 06.73.95.19.52</b>
<b>DIMANCHE 12 AVRIL</b>	<b>SAINT VINCENT DE REINS Rhône Cat. 2</b> 20 km-dénivelé 780m R.V à 8 h00 - Parking Collège Les 4 Vents à l'Arbresle <b>Nicole et Patrick MEJEAN 06 24 12 73 28</b>
<b>DIMANCHE 26 AVRIL</b>	<b>LES CANYONS autour d'ARTEMARE Ain Cat 1/2</b> 16KM- 400m de dénivelé R.V à 8 h 00 Parking Collège Les 4 Vents à l'Arbresle <b>Sylvaine BLOT : 06.13.10.00.66</b>
<b>8 -9 -10 MAI</b>	<b>PREPARATION D'UN WEEK END</b> <b>Pascale et Benoit LEFEVRE : 06.37.07.60.43</b>



# LES AMIS DE LA MONTAGNE

MAISON DES ASSOCIATIONS

33bis rue Gabriel Péri - 69210 L'ARBRESLE

☎ : 06 37 07 60 43

Site : [http://www.les\\_ama.fr](http://www.les_ama.fr) - Mail : [contact@les\\_ama.fr](mailto:contact@les_ama.fr)

<b>SAMEDI 30 MAI</b>	<b>SAINT LAURENT DU PAPE</b> Château de Pierre Gourde Ardèche <b>Cat.2</b> <b>20 Km Dénivelé 700 m</b> <b>R.V à 8H00 Parking Collège des 4 Vents à l'Arbresle</b> <b>Emma SEGHAIER 06 51 58 80 73</b>

**Les week-ends et les séjours :** Tout participant doit avoir pris sa carte d'adhésion et compléter la fiche d'adhésion. Les tarifs seront indiqués dans la fiche réalisée par les organisateurs.

**Le lieu de départ :** Le lieu de départ des randonnées a lieu au parking du collège des 4 vents de l'Arbresle. Si ce n'est pas le cas, il sera indiqué dans la fiche détaillée que vous recevez pour chaque randonnée.

**Infos :** Pour les séjours et les week-ends le prix indiqué est hors taxe de séjour si cela n'est pas indiqué et hors frais de co-voiturage. Une date limite de demande d'inscriptions est fixée à l'avance pour la réservation du gîte. Une annulation sera acceptée que pour raison majeure.

**Inscriptions :** S'inscrire auprès de l'organisateur de la randonnée. Pour une sortie le samedi : la date limite d'inscription est le jeudi soir. Pour une sortie le dimanche : la date limite d'inscription est le vendredi soir.

Si vous n'arrivez pas à joindre le responsable de la sortie, adressez-vous à un membre du bureau :

Benoit LEFEVRE, le Président au 06 37 0760 43 ou

Sylvaine BLOT, la secrétaire : 06 13 10 00 66 71 ou

Marie- Hélène PORTE, la secrétaire adjointe 06 52 85 33 42

## **Catégories :**

Cat. 1 : accessible à tout marcheur bien chaussé (12 ans et +).

Cat. 2 : petites difficultés, et/ou parcours un peu long nécessitant une marche soutenue (14 ans et +)

Cat. 3 : marcheur confirmé et endurant, quelques difficultés techniques et /ou passages vertigineux et/ou dénivelé important(>1000m), névés, etc. (16 ans et +)

**Pour les sorties (raquettes notamment) :** Le club dispose de matériel : 5 paires de raquettes à neige (fournies avec bâtons) prix de la location : Raquettes : adhérent 5 € - non adhérent (invité) 8 € - Merci de réserver auprès du responsable de la sortie ou auprès d'un membre du bureau