



## GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE FONTAINE

### RANDONNEES AVEC COTATION PROGRAMME PRINTEMPS 2024 MOIS DE AVRIL ET MAI

#### ORGANISATION :

- Les sorties ont lieu le lundi après-midi, sauf indication contraire. Le transport se fait en car : départ à 12h30 parking du marché Mail Cachin, et retour vers 18h.
- Il est interdit :
  - o de marcher devant le responsable de la rando (l'assurance GV ne fonctionnerait pas en cas d'accident),
  - o de cueillir des fleurs et de ramasser des plantes.
- Il est obligatoire d'avoir des chaussures de marche, un poncho et des vêtements chauds, ainsi que de prévoir eau et encas (fruits, fruits secs, barre de céréales, etc. et, pour les sorties à la journée, pique-nique).

**Pour connaître, la cotation des circuits proposés (effort, technicité et risques) et en cas de doute sur le maintien ou l'annulation d'une sortie : consultez le site internet de la GV [www.gvfontaine38.fr](http://www.gvfontaine38.fr)**

DATE			IBP	E	T	R
08/04/24 R1 Géraldine/Didier	Voironnais	St Cassien -Charauze -Haut St Cassien-Reaumont Le Moulin- Le Bessey -Le Demay -St Cassien				
		Distance 10,68 km Dénivelé 183m				
08/04/24 R2 Daniel/Jacques	Voironnais	St Cassien -Charauze -Haut St Cassien Le Fays -Le Demay -St Cassien				
		Distance 8,32 km Dénivelé 99m				
29/04/24 R1 Daniel/Didier		Jarrie- Saut du moine- château Bon repos				
		Distance 9,06 km Denivele 168m				
29/04/24 R2 Geraldine/Jacques		Jarrie Reserve naturel del'etang -Les Blaches-Le temple -Les platres				
		Distance 10 km Denivele 100m				
06/05/24 R1 Géraldine/Didier	Matheysine	La MURE				
06/05/24 R2 Daniel/Jacques	Matheysine	La MURE				
13/05/24 R1 Géraldine/Didier	Trièves	Col du FAU				
13/05/24 R2 Daniel/Jacques	Trièves	Col du FAU				