

# Randonnées Pédestres

Le Couvent des chèvres

AVRIL  
MAI  
JUIN  
2025

3 sorties par semaine

- ✓ Mercredi après midi
- ✓ Jeudi après midi
- ✓ Dimanche en journée

Randonnées  
animées par des  
bénévoles



04 75 62 08 17  
6, bis rue Olivier de Serres

accueil@mjc3rivieres.fr  
www.mjc3rivieres.fr



# Randonnées du Mercredi

**Départ de Beauchastel 13h30** (parking de l'école élémentaire) 6 bis rue Olivier de Serres. Attention : Pour certaines sorties nous vous proposons un regroupement au parking de co-voiturage Charmes-St Georges, ou au tennis de St Georges, bien vérifier le lieu le jour du départ.

## Mercredi 02 avril 2025

### Coux - Le tour des Bros

Distance 9,4kms - Dénivelé 380m

Durée 3h45

Charly et René 06 06 85 10 13

## Mercredi 09 avril

### Mornas

Distance 12,2kms - Dénivelé 450m

Durée 4h10 - Attention départ 13h, retour 19h-19h30

Géraldine 06 63 17 47 98

## Mercredi 16 avril

### Couvent des chèvres - Le Pouzin

Distance 9kms - Dénivelé 310m

Guy 06 20 09 44 50

## Mercredi 23 avril

### Saint Montan - La grotte de la St Baume

Distance 6,6kms - Dénivelé 269m

Durée 2h25

Hélène 06 51 64 41 45

## Mercredi 30 avril

### Saint Romain de Lerps - Les corniches du Rhône

Distance 9kms - Dénivelé 300m

Durée 3h

Christine 06 75 04 78 02

## Mercredi 07 mai

### Beauregard Baret - La Grotte des Ussets

Distance 8,2 kms - Dénivelé 367m

Durée 3h30

Hélène 06 51 64 41 45

## Mercredi 14 mai

- **Sortie journée**, prévoir pique nique

Départ 8h, retour 17h30 - **La Chaudière**

Distance 11,6 kms - Dénivelé 700m

Durée 5h5 - Géraldine 06 63 17 47 98

## Mercredi 21 mai

### Saint Symphorien sous Chomérac

Distance 12 kms - Dénivelé 250m

Durée 3h30

Maryline 06 46 46 76 55

## Mercredi 28 mai

### Pont de Chervil - Chalancon

Distance 10,5 kms - Dénivelé 390m

Durée 3h30

Christiane 06 10 60 47 38

## Mercredi 04 juin

### Les Ollières - Vanelles (La Roseraie)- Le Chambon de Bavas

Distance 9,3 kms - Dénivelé 450m

Durée 3h30 - Regroupement 13h30 Les Ollières Mairie

Evelyne 06 84 41 58 49

## Mercredi 11 juin

### Veyras - Bois Laville

Distance 9,400 kms - Dénivelé 320m

Durée 3h30

Béatrice 06 81 21 34 34

## Mercredi 18 juin

### Marsanne - Le chemin des fileuses

Distance 9,42kms - Dénivelé 304m

Durée 3h35

Martine Charles 06 74 65 68 77

## Mercredi 25 juin

### Vaunaveys La Rochette - La Cresta

Distance 8kms - Peu de dénivelé

Durée 2h30

Hélène 06 51 64 41 45



# Randonnées "Sénateurs" du Jeudi

Référents Christine Terras - Philippe Renard

Toutes les randonnées sont prévues l'après midi, un point de rendez vous à 13h30 au parking situé derrière la poste de Beauchastel. Bâtons conseillés. Si mauvais temps prévu par la météo, la randonnée pourra être avancée au mercredi ou remise au vendredi. Un message informatif préalable sera adressé aux adhérents.

## Jeudi 03 avril 2025

### Alissas - La Cascade

Distance 8 kms Dénivelé 270 m

Durée 3h

Jean Marc Chazot 06 33 27 56 77

## Jeudi 10 avril

### Saint Lager Bressac - Le tour

Distance 6,5 kms Dénivelé 153 m

Durée 3h

Julia Marinelli 07 60 66 16 41

## Jeudi 17 avril

### Col de la Mure et Grosjeanne

Distance 6,5 kms Dénivelé 180 m

Durée 2h30

Françoise Picq 06 28 18 76 15

## Jeudi 24 avril (vacances printemps)

- **Sortie journée**, prévoir pique nique - Rdv 9h

### Estables - Les Gorges de la Daronne

Distance 7,5 kms Dénivelé 400 m

Durée 3h

Jean Marc Chazot 06 33 27 56 77

## Jeudi 01 mai (fête du travail)

### Saint Pierre la Roche

Distance 7,6 kms Dénivelé 150 m

Durée 2h30

Julia Marinelli 07 60 66 16 41

## Jeudi 08 mai (fête de la victoire)

*Il s'agit d'une nouveauté qui consiste à jalonner un circuit de randonnée de points d'étape à découvrir, où il conviendra de répondre à une question sur un thème donné (expl: histoire du village) Cette formule testée ce jeudi, pourra en fonction de son succès, être renouvelée.*

### Charmes/Rhône - Randonnée, jeu de piste

Distance 6 kms Dénivelé 105 m - Durée 3h

Manuelle Delattre 06 88 65 22 39

## Jeudi 15 mai

### Col de la mure - La Serre du Branchet - Col de la Croix

Distance 7 kms Dénivelé 200 m

Durée 2h30

Françoise Picq 06 28 18 76 15

## Jeudi 22 mai

- **Sortie journée**, prévoir pique nique - Rdv 8h

### Le Mont Mezenc (Haute Loire)

Distance 6,5 kms Dénivelé 261m

Durée 3h

Julia Marinelli 07 60 66 16 41

## Jeudi 29 mai (Fête de l'ascension)

### Baix

Distance 6,5kms Dénivelé 150 m - Durée 3h

Jean Luc Magnet 06 70 16 61 78

## Jeudi 05 juin

### St Michel de Chabrilanoux - Les Greniers à eau

Distance 7,1 kms Dénivelé 320 m

Durée 3h

Roselyne Gonzalvez 06 08 95 75 06

## Jeudi 12 juin

- **Sortie journée**, prévoir pique nique - Rdv 8h30

*Le tour du lac fait 3,8kms, il est envisagé de prolonger sans excéder 9km.*

### Devesset - Tour du Lac

-En cours de reconnaissance pas de dénivelé - Durée 3h30

Jackie Gaillard 06 32 20 71 93

## Jeudi 19 juin

### St Barthelemy le Plain - Les Cuves du Dozon

Distance 8,5 kms Dénivelé 260 m

Durée 3h30

Jean Marc Chazot 06 33 27 56 77

## Jeudi 26 juin

- **Sortie journée**, prévoir pique nique - Rdv 8h

### La Tête de la Dame - Vercors

Distance 11,6kms Dénivelé 336 m

Durée 4h30/5h

Julia Marinelli 07 60 66 16 41



# Randonnées du Dimanche

## Référente - Hélène Bernaldez

Départ pour la journée, co voiturage à partir du parking devant la cours de l'école élémentaire de Beauchastel. Randonnées plus ou moins longues et avec plus ou moins de dénivelé sont proposées suivant la saison. le niveau est mentionné par des \* jusqu'à \*\*\* ou pas du tout si accessible à tous.

*Les sorties du dimanche ne sont pas toutes préparées par nos bénévoles, vous pouvez selon votre souhait proposer une sortie sur les dates libres : contacter Hélène référente*

## Dimanche 06 avril \*\*\*

### La Chaudière - Montagne de Couspeau

Distance 13 kms - Dénivelé 700 m - Durée 6h

Départ 8h, regroupement Crest rond point des serres 8h30

Jean François 07 66 07 29 22

## Dimanche 13 avril \*\*

### Barbières

Distance 14 kms - Dénivelé 600 m - Durée 4h30

Départ 8h30, regroupement covoiturage de la fusée

Chabeuil 9h

Hélène 06 64 88 88 58

## Dimanche 19 avril

### A définir

## Dimanche 20 avril (Pâques)

### A définir

## Lundi 21 avril (Février)

### A définir

## Dimanche 27 avril

Le pas du Touet - Pierre Chauve Pas de Vincent

Distance 15 kms - Dénivelé 900 m - Durée 5h30

Départ 8h, regroupement covoiturage de la fusée

Chabeuil 8h30

Hélène 06 64 88 88 58

## Jeudi 01 mai \*\*

### Dieulefit - Le trou du furet

Distance 16 kms - Dénivelé 600 m - Durée 5h30

Départ 7h30, regroupement médiathèque Livron 8h

Nicole & Monique 06 24 90 09 38

## Dimanche 04 mai \*

### Labeaume

Distance 15 kms - Dénivelé 350 m - Durée 4h

Départ 8h, regroupement parking du Triolet

Chomérac 8h20

Jean François 07 66 07 29 22

### **Dimanche 11 mai \*\*\***

#### **L'Estellon - Serre de Crema (26)**

Distance 10 kms - Dénivelé 730 m - Durée 4h30  
Départ 8h, regroupement parking des serres 8h30  
Jean François 07 66 07 29 22

### **Dimanche 18 mai \*\*\***

#### **Alissas - Le Pouzin**

Distance 17 kms - Dénivelé 620 m - Durée 5h  
Départ 8h30, navette voitures à prévoir à Le Pouzin  
Jean François 07 66 07 29 22

### **Dimanche 25 mai \***

#### **Allan - Les villages perchés (26)**

Distance 20kms - Dénivelé 200 m - Durée 6h  
Départ 8h30  
Thierry 06 87 17 37 53

### **Dimanche 08 juin \*\*\*\***

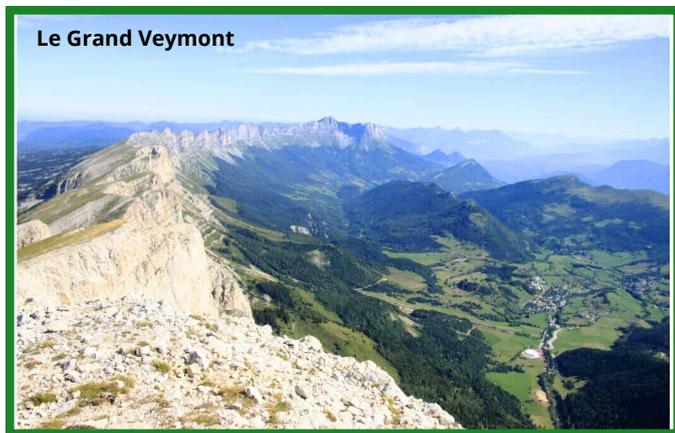
#### **Le Grand Veymont**

Distance 21kms - Dénivelé 1000m - Durée 7h  
Départ 7h30, regroupement Crest 7h30  
Hélène 06 64 88 88 58

### **Dimanche 15 juin \*\*\***

#### **Le Vallon de Combeau**

Distance 14kms - Dénivelé 730m - Durée 6h  
Départ 7h30, regroupement rond point des serres 8h  
Hélène 06 64 88 88 58



### **Dimanche 22 juin \*\*\***

#### **Genestelle - St Joseph des Bans - Grimpeloup**

Distance 18kms - Dénivelé 800m - Durée 6h30  
Départ 7h30, regroupement parking avant l'Escrinet, ferme Grange madame, juste avant la route du Mont Gerbier -Claire et Christian 06 32 53 94 37

### **Dimanche 29 juin**

#### **Saint Apollinaire de Rias - Les Sources de la Dunière**

Distance 16,5kms - Dénivelé 580 m - Durée 6h  
Départ 8h30, regroupement parking église  
St Apollinaire 9h10 - Evelyne 06 84 41 58 49

Les randonnées sont proposées par des bénévoles qui s'en tiendront à l'itinéraire prévu. Cependant il est possible que le lieu ou la date d'une randonnée, soit modifiés(e)s en fonction des conditions météorologiques ou de la disponibilité des bénévoles. Tout randonneur est libre de proposer une sortie au groupe.

Au moment de l'établissement du programme, les randonnées n'ont pas encore été reconnues et peuvent donc faire l'objet de modifications qui seront précisées en temps opportun.

Chaque randonneur choisit la sortie en fonction de ses capacités et demeure responsable de son choix et de sa conduite, mais il se doit d'entendre les consignes du responsable de la dite sortie.

Si vous avez un doute, les renseignements sont à demander au responsable de la sortie au préalable avant de s'engager. Les animaux ne sont pas admis dans nos sorties.

Nous privilégions le co-voiturage avec nos voitures particulières, une participation de 0.10cts/kms est à organiser entre les randonneurs.

le certificat médical n'est pas obligatoire pour votre inscription, mais si toutefois vous aviez un problème de santé au cours de la saison et que vous devez interrompre pour un certain temps les marches, merci de fournir au secrétariat un certificat médical de reprise pour cette activité.

Il est important de lire et d'accepter la Charte du Randonneur remis au secrétariat. A l'inscription bien spécifier le groupe principal celui avec qui vous marchez le plus souvent MERCREDI / JEUDI ou DIMANCHE.

La MJC CS remercie les bénévoles qui participent & organisent les sorties, sans eux l'activité randonnée ne fonctionnerait pas, ainsi que les adhérents qui leurs font confiance.

Nous vous souhaitons de réaliser de belles sorties sur les chemins de randonnée

**Adhésion MJC CS 3 rivières - 13€**

**Cotisations saison 2024-2025**

**Habitants 3 rivières 23€ - habitants extérieurs 28€**