

JUIN 2024

MARCHES DU MARDI DEMI-JOURNÉE

Les rendez-vous ont lieu à 9h45 au square Dr Martin sans inscription sauf exceptions pour lesquelles il faut s'inscrire le lundi matin précédent la randonnée.

COULEURS ET DENIVELÉS DES RANDONNÉES

JAUNE : 100 à 200 m - VERTE : 200 à 300 m - BLEUE : 300 à 400 m - ORANGE : 400 à 500 m-ROUGE :
+ de 500m

Les distances et dénivelés sont donnés à titre indicatif

à compter du 1er juillet, n'oubliez pas votre adhésion à l'ASTA et à la MAM.

Documents obligatoires : certificat médical de moins de 3 ans et 2 chèques : 50,00 € pour l'ASTA et 13,00 € pour la MAM. Ne pas oublier votre nom, numéro d'adhérent et votre mail ainsi que la saison et le type d'adhésion, au dos des chèques.

MARDI 4 JUIN

JAUNE	Danielle	La Détourbe Montbonnot ↗180m-9km-4h RV place de Verdun à 9h45	Bus T80
VERTE	Monique	Péage de Vizille Pont de Loula Vizille ↗300m-11km-4h RV à 9h40 Bibliothèque Universitaire à 9h40	Bus 23
BLEUE	Bernard	Herbeys 4 Seigneurs Tavernolles Eybens ↗350m-11,5km-4h RV terminus du C4 au Verderet à 9h50(bus à 10h05)	Bus C4 Bus 67
ROUGE	Philippe	Lans en Vercors Villard de Lans par Irs Billières ↗520m-14km-5h RV gare routière à 7h40 (bus à 7h50) S'inscrire au 06 71 49 56 94	Bus T65 2 tickets ABC

OBLIGATOIRES : CARTE ASTA- CHAUSSURES AVEC SEMELLES ADAPTÉES AU TERRAIN DE MONTAGNE

Les bâtons de marche sont recommandés y compris dans les marches JAUNES

MARDI 11 JUIN

JAUNE	Danielle	Eybens Golf de Bresson Eybens ↗200m-9km-4h	Bus C4
VERTE	Viviane	Domène Les Arnauds La Monta ↗280m-12,5km-4h	Bus 15
BLEUE	Jean-Claude	Les Garlettes Voie du Tram Les Visons Fontaine ↗280m-11km-4h	Tram C Bus 21
ROUGE	Mireille	Gières Pressembois St Martin d'Uriage Le Sonnant ↗750m-13km-5h RV Verdun Préfecture à 9h40 (bus à 9h46)	Bus 15

MARDI 18 JUIN

JAUNE	Maria	Les Saillants du Gua Vif Varcès ↗120m-8km-3h30	Bus 25
VERTE	Jean-Claude	Fontaine Karl Marx PréFaure Ferme Broussard Fontaine La Poya ↗300m-10km-4h	Tram A
ROUGE	Philippe	De Clelles à Trézanne ↗520m-13km-5h RV gare SNCF à 8h muni de son billet pour train à 8h10 retour gare de Clelles à 14h42 s'inscrire au 06 71 49 56 94	Train

MARDI 25 JUIN

JAUNE	Maria	Rocher de Comboire Pont-Rouge ↗150m-8km-3h30 RV au Prisme à 10h15	Bus 21
VERTE	Bernard	Domène Le Japin Champ Duret Gières ↗250m-10,5km-3h30/4h	Bus 15
BLEUE	Monique	Vizille Eybens par le Mont Rolland ↗400m-13km-4h	Bus X03
ROUGE	Mireille	Le Lac de Près par la Cabanne Roybon à Villard de Lans ↗530m-13km-5h RV gare routière à 10h (bus à 10h10) s'inscrire au 06 60 98 03 04	Bus T64 2 tickets ABC