



www.coju.org

Dimanche 22 mai, vous allez participer à la randonnée dans les Monts d'Or organisée par le Comité de Jumelage.

Vous êtes inscrit pour le circuit n° 1 de 15 km

Afin de vous garantir un maximum de satisfaction, nous vous faisons part de quelques recommandations et des dernières informations que nous vous invitons à lire attentivement.

- ❖ Un seul point de rassemblement vous est proposé pour ce circuit (voir plan) :
 - **Espace Monts d'Or** :
 - coordonnées GPS : N45° 47.964' / E4° 46.619'
 - Sur ce lieu de rendez-vous, un bus vous prendra en charge pour vous emmener à la Croix Rampaud, point de départ de votre randonnée.
Vous serez accompagné par **René PEGON**.
- ❖ Durant votre randonnée, vous aurez l'occasion de visiter deux groupes de Cabornes : à Poleymieux, et au mont Thou.
- ❖ Pour des raisons logistiques, nous vous invitons à respecter scrupuleusement le timing suivant :
 - **7 h 05** maximum rendez-vous au point de rassemblement « Espace Monts d'Or » (*Vous serez accueilli par André MILIAT*)
 - **7 h 15** précises : départ en bus de l'Espace Monts d'Or
 - Le bus vous déposera à Poleymieux, sous la Croix Rampaud d'où démarre votre randonnée.
 - **7 h 45** : Départ de votre randonnée / visite des cabornes
 - Distance à parcourir : 15 km
 - Dénivelée positive : 529 m
 - Dénivelée négative : 681 m
 - Durée de la randonnée avec visite des cabornes : 4h30 / 4h45 (dont environ 1 heure pour admirer les cabornes)

Votre randonnée emprunte le « sentier des Cabornes » à Poleymieux (visite des cabornes de Poleymieux), rejoint les hauts de Saint Germain au Mont d'Or en passant par la Croix Vitaize, puis vous arrivez sur le chemin de Chenevier avec le « Clos de la Rosette » et les cabornes du





www.coju.org

Mont Thou que vous visitez au passage. Vous rejoignez ensuite Saint Fortunat avec sa chapelle du 15ème siècle et sa Maison des Carriers, puis vous rentrez sur Champagne à travers bois.

- **12 h 15 / 12 h 30** : Arrivée à l'Espace Mont d'Or.
- **12 h 30** : Accueil à l'Espace Monts d'Or.
- ❖ **Chaque randonneur marche sous sa seule responsabilité.**

En particulier, votre accompagnateur est un randonneur qui connaît bien les Monts d'Or et a accepté de vous guider, mais en aucun cas il ne pourrait être tenu pour responsable de quelque incident ou accident que ce soit.
- ❖ Nous vous invitons à respecter les règles élémentaires de sécurité, et en particulier :
 - Vous serez dans la nature, et marcherez essentiellement sur des sentiers de randonnées qui peuvent être parfois caillouteux ou un peu boueux : **soyez bien chaussés.**

En cas de pluie les jours qui précèdent ou le jour même, certains passages peuvent être très glissants. S'équiper de bâtons de marche peut s'avérer une sage précaution.
 - Nous avons évité au maximum les routes, mais sur de petites distances il est parfois nécessaire de les emprunter. Aussi, nous vous demandons un maximum de vigilance : restez en file indienne, sur le côté gauche, et empruntez les bas côtés ou les trottoirs lorsqu'ils existent. Pour traverser une route, s'il existe un passage piéton, il est nécessaire de l'emprunter.
 - Il est interdit de monter sur le toit des cabornes : cela peut être très dangereux.
- ❖ Suivant la météo, pensez à vous protéger du soleil, et à emporter un vêtement de pluie.
- ❖ Pour ceux qui aiment grignoter quelque chose en cours de route pour reprendre des forces, pensez à mettre le nécessaire dans votre sac à dos (*pas trop, gardez de la place pour la paëlla !*)
Et surtout, pensez à votre gourde : il est important de boire lorsque vous marchez (*pas de sangria !, c'est pour après !*).
- ❖ Pour toute question AVANT ou PENDANT la randonnée, vous pouvez contacter :
André MILIAT 06 45 81 29 44

Nous vous souhaitons une agréable journée dans les Monts d'Or, et à l'Espace Monts d'Or autour du repas espagnol et des activités qui vous seront proposées, et vous assurons que nous mettons tout en œuvre pour vous satisfaire.

Toute l'équipe du bureau du Comité de Jumelage à votre service.



www.coju.org

Rappel : notre timing nous contraint à être très ponctuel : soyez en avance, pas en retard !

Le bus n'attendra pas !

... et souvenez-vous : il n'y a pas de quart d'heure lyonnais pour la randonnée !

