



ça roule  chez les CTA

Parcours Semaine

**28**

METEO PREVUE

8/7/2024

au :

14/7/2024

Rando Club Exterieur

Les départs ont lieu place Léontine Vibert

**Zen :**

par : **Francoise Estival**

**lundi 08 /07**

Départ: **08:30 heures**

**78 kms D+ 1267**

Ugine, St Ferreol, Col du Marais, retour par Col de Tamié, Cléry, St Vital, Frontenex, V62 :

**mercredi 10 /07**

Départ: **08:30 heures**

**40 kms D+ 1100**

St Etienne-de-Cuines, Lacets de Montvernier, Col de Chaussy, La Chambre, St Etienne -de-Cuines :  
départ de St Etienne-de-Cuines. RDV place Vibert pour co-voiturage (à préciser horaire)

**samedi 13 /07**

Départ: **08:30 heures**

**50 kms D+ 1100**

Césarches, col Montessuit, col Forclaz, Thénésol, col Vorger, Allondaz, Mercury, Verrens, Frontenex :

**Randocool :**

par : **Christine Fleurance**

**lundi 08 /07**

Départ: **08:30 heures**

**75km/1500m**

Albertville, Héry/Ugine, Flumet, col des Aravis, Flumet, gorges de l'Arly

**mercredi 10 /07**

Départ: **10:00 heures**

**65km/1300m**

Albertville, col de Tamié, les Caillets, Seythenex, La Sambuy station, grottes et cascades, Pont du Villaret, St  
Ruph, Faverges

**samedi 13 /07**

Départ: **08:30 heures**

**80km/ 1200m**

Albertville, Talloires, col de la Forclaz, Vesonnes, Faverges, col de Tamié, collet de Tamié

**Randonneurs**

par : **Agnès Lesur**

**lundi 08 /07**

Départ: **08:00 heures**

**Dis: 117 km - D+: 2100 m**

Albertville, Moutiers, Aime, Bourg St Maurice, Le Cornet de Roselend, Beaufort, Albertville

<https://www.openrunner.com/route-details/17330996>

**mercredi 10 /07**

Départ: **13:00 heures**

**Dis: 114 km - D+: 1450 m**

Montmélian par V62, Myans, Apremont, Le Granier, Chapareillan, Montmélian, Coise

<https://www.openrunner.com/route-details/16217320>

**samedi 13 /07**

Départ: **08:00 heures**

**Dis: 113 km - D+: 2600 m**

Ugine, Les Essérieux, col du Marais, col de la Croix Fry, col des Aravis, Flumet, col des Saisies (ou  
Héry)

<https://www.openrunner.com/route-details/19356254>



**Costauds :** par : **Christian Deville**

**lundi 08 /07**

Départ: **08:30 heures**

**Dis: 74 km - D+: 1360 m**

Albertville, La Bathie, Petit Cœur, Grand Naves, Villargerel, La Léchère, Albertville

**mercredi 10 /07**

Départ: **08:30 heures**

**Dis : 90km, 1400mD+**

Albertville, Gilly-sur-Isère, Grésy-sur-Isère, St Pierre d'Albigny, Bougneuf, Boucle de Montgilbert, Aiguebelle, Randens, Fort d'Aiton, Aiton, Albertville.

**samedi 13 /07**

Départ: **08:30 heures**

**Dis: 111 km - D+: 2150 m**

Albertville, Aiton, La Chambre, Montgellafrey, col de la Madeleine, Albertville

<https://www.openrunner.com/route-details/16210952>

**VTT : Contacter Michel Grange**

<mailto:micgrange@orange.fr>

Tel: 06 86 52 71 60

Programme de la saison VTT sur le site des CTA :

<https://www.cyclosalbertvillois.com/en-savoir-plus/programme-des-sorties-hebdomadaires-136276>

## Randonneurs

**Attention : départs à 8h pour lundi 8 et samedi 13 et départ à 13h pour mercredi 10**