



Parcours Semaine

**37**

ENVOI

9/9/2024

au :

15/9/2024

Rando Club Exterieur **dimanche 15 septembre 2024**

**LA NIVOLET ROUTE VTT MARCHE 2024 SALLE DES FETES 312  
IMPASSE DU REPOS 73230 SAINT-ALBAN-LEYSSE**

[plus de renseignements](#)

**Les départs ont lieu place Léontine Vibert**

**Zen :** par : **Pascal Estival**

**lundi 9 septembre** Départ: **10:00 heures** n° 180 **Dis: 70 km - D+: 800 m**  
Moutiers - Champoulet - Brides - Champoulet

**mercredi 11 septembre** Départ: **10:00 heures** n° 66 **Dis: 61 km - D+: 1189 m**  
Venthon, Beaufort, Les Curtilletts, Les Granges, Hauteluce, La Pierre.

**samedi 14 septembre** Départ: **10:00 heures** n° 234 **Dis: 77 km - D+: 400 m**  
Albertville, Aiton, Maltaverne, Coise, Montmélian, retour V62

**Randocool :** par : **Dominique Piron**

**lundi 9 septembre** Départ: **08:00 heures** n° 235 **Dis: 80 km - D+: 900 m**  
Albertville/Aiton/Randens/Epierre/St Georges d'Hurtières/Aiguebelle/La Croix d'Aiguebelle/Aiton/Albertville

**mercredi 11 septembre** Départ: **07:30 heures** n° 100 **Dis: 102 km - D+: 2000 m**  
Albertville/Moutiers/Saint Marcel/Notre-Dame-du-Pré/col de Tra/Aime/Centron/côte de Montgirod/Hautecour/Moutiers/Albertville  
<https://www.openrunner.com/route-details/16223232>

**samedi 14 septembre** Départ: **09:00 heures** n° 237 **Dis: 46 km - D+: 1187 m**  
Pique nique Queige ; Albertville, Queige, Marcôt, Beaufort, Le Mont, Les Choseaux, Arêches, Beaufort plan d'eau Queige  
<https://www.openrunner.com/route-details/19840070>

<b>Randonneurs</b>	par : <b>Nicolas Planaz</b>
<b>lundi 9 septembre</b>	Départ: <b>10:00 heures</b> n° 125 <b>Dis: 121 km - D+: 1730 m</b> Albertville, Chamoux, La Rochette, Allevard, super collet d'Allevard, La Rochette, Betton Bettonet, Albertville <a href="https://www.openrunner.com/route-details/18556776">https://www.openrunner.com/route-details/18556776</a>
<b>mercredi 11 septembre</b>	Départ: <b>13:00 heures</b> n° 232 <b>Dis: 82 km - D+: 1620 m</b> Albertville, Tamié, Sambuy, Marlens, Epine, Serraval, Ugine, Albertville <a href="https://www.openrunner.com/route-details/19795097">https://www.openrunner.com/route-details/19795097</a>
<b>samedi 14 septembre</b>	Départ: <b>09:00 heures</b> n° 237 <b>Dis: 46 km - D+: 1187 m</b> Pique nique Queige ; Albertville, Queige, Marcôt, Beaufort, Le Mont, Les Choseaux, Arêches, Beaufort plan d'eau Queige <a href="https://www.openrunner.com/route-details/19840070">https://www.openrunner.com/route-details/19840070</a>
<b>Costauds :</b>	par : <b>Christian Allairat</b>
<b>lundi 9 septembre</b>	Départ: <b>13:00 heures</b> n° 236 <b>Dis: 104 km - D+: 1081 m</b> Aiton, La Croix d'Aiguebelle, Les Hurtières, Le Solliat, St Rémy, La Chambre, La Chapelle, Épierre, Argentine, Fort d'Aiton, Albertville <a href="https://www.openrunner.com/route-details/19839935">https://www.openrunner.com/route-details/19839935</a>
<b>mercredi 11 septembre</b>	Départ: <b>13:00 heures</b> n° 163 <b>Dis: 110 km - D+: 1300 m</b> Albertville, Grignon, Ste Hélène, Coise, Montmélian, Francin, Chapareillan, Pontcharra, Vieux St Maximin, Le Moutaret, La Chapelle du Bard, Arvillard, Presle, Le Verneil, Étable, Les Fugains, Chamoux, Aiton, Albertville <a href="https://www.openrunner.com/route-details/19264526">https://www.openrunner.com/route-details/19264526</a>
<b>samedi 14 septembre</b>	Départ: <b>09:00 heures</b> n° 238 <b>Dis: 67 km - D+: 1727 m</b> Albertville, Queige, Marcôt, Beaufort, Le Mont, Les Choseaux, Arêches, Beaufort, Les Villes, Hauteluce, Lac de Queige <a href="#">Le parcours est sur les itinéraires de mon compte Strava</a>

**VTT : Contacter Michel Grange**

[mailto: micgrange@orange.fr](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>

<b>Randonneurs :</b>	<b><u>Samedi 14 septembre: pique-nique du club au plan d'eau de Queige.</u></b>
<b>Zen :</b>	<b><u>Samedi 14/09 : pique-nique CTA au plan d'eau de Queige.</u></b>
<b>Randocool :</b>	<b><u>Mercerdi sortie Journée prévoir Casse-croute Samedi 14 septembre: pique-nique du club au plan d'eau de Queige. Celles et ceux souhaitant s'y rendre à vélo s'arrangeront entre eux pour fixer un itinéraire et une heure de départ.</u></b>
<b>Costauds :</b>	

**Samedi 14/09 : Albertville, Queige, Marcôt, Beaufort, Le Mont, Les Choseaux, Arêches, Beaufort, Les Villes, Hauteluce, Lac de Queige - 67 km, 1727 mD+ puis pique-nique club**