

Samedi	Détente	40 Km	Cognin,Monge,Barberaz,Myans,lac St André,Chapareillan,Francin,Murs,Les Marches,
01-mars			lac St André,Ch du lac des Pères,Ch de En Bellier,Chacuzard, Cognin.
	Rando 1	50 Km	Cognin,La Digue,Charrière Neuve,Piste Cyclable,Villarcher,Technolac,Les Mottets,Bord du
			Lac,Aix,(Gd Port),Montée de Brison,St Innocent,Baie de Grésine,à gauche bord du Lac,Aix,
			Les Mottets, Le Bourget du Lac ,Avenue Verte,Cognin...
	Rando 2	52 Km	- ou variante + 2 Kms, Le Bourget du Lac , Montée de St Jean,La Matassine,La Serraz,
			La Motte Servolex,Cognin...
Mercredi	Détente	40 Km	Cognin,La Digue,Avenue Verte,Technolac,Les Mottets,bord du Lac,Aix les Bains,à droite
05-mars			Marlioz,à droite le Golf,Le Viviers du Lac,Le Bourget du Lac,Avenue Verte,Super U,La Motte
			Servolex,Croix de Bissy,Cognin...
	Rando 1	55 Km	Cognin,La Croix de Bissy,La Motte Servolex,La Serraz,Bourdeau,Les Mottets,Aix les Bains,
			Les Thermes,Drumettaz Clarafon,tout droit route des Chênes,à gauche Méry,Sonnaz le Bas,
			SPA ,Côte Rousse,Le Piochet,Rotonde SNCF,Galerie Leclerc,Cognin...
	Rando 2	57 Km	- ou variante + 2 Kms SPA , Col de St Saturnin,Bassens,St Alban Leysse,Currial,Cognin...
Samedi	Détente	36 km	Cognin,Croix de Bissy,lotissement des Moulins,La Tessonnière,centre de La Motte Servolex,
08-mars		D 380m	Avenue Verte,Le Bourget du Lac,Les Mottets,le Jardin des Plantes,Piste Cyclable,Cognin...
	Rando 1	58 Km	Cognin,Monge,Piste C,Lac St André,Chapareillan,Barraux,La Gache,Pontcharra,
			Laissaud, Les Mollettes ,Alpespace,Montmélian,Francin,Seloge,Myans,Ch du Lac des Pères,
			Ch de En Bellier,Chacuzard,St Baldoph,Monge,Cognin...
	Rando 2	60 Km	- ou variante, Les Mollettes , St Hélène du Lac,Le Pognient,à droite Le Pichat,D204a, la
			Remarde,à droite La Chavanne,Montmélian,Francin,Chacuzard,Cognin...
Mercredi	Détente	35 Km	Cognin,Barberaz-Apremont-lac St André-Les Marches-Francin-traversée de la D1006,
12-mars			Thorméry-La Boisserette-Challes les Eaux-Barby-Cognin.
	Rando 1	45 Km	Cognin,Currial,à droite Les Charmettes,Barberaz,La Villette,St Baldoph,Apremont,Côte
			St André,le Lac, Chapareillan ,direction Francin,à gauche Murs,Les Marches,Lac St André,
			Myans,Chacuzard,St Baldoph,Monge,Cognin...
	Rando 2	47 km	- ou variante, Chapareillan , Francin,Thorméry,La Boisserette,Challes les Eaux,St Alban
			Leysse,Monge,Cognin...
Samedi	Détente	39 km	Cognin,Monge,Casabio,Piste Cyclable,La Trousse,St Alban Leysse,Bassens,Col de St Saturnin,
15-mars		D 500m	Méry,Drumettaz,Le Viviers du Lac,le Jardin des Plantes,Avenue Verte,la coopérative du
			Tremblay -Super U La Motte- Cognin.
	Rando 1	65 Km	Cognin,La Motte Servolex,La Serraz, galerie du Chat,Billième,Jongieux,à G direction Yenne,
			Lagnieux,Gd Lagnieux,Bas Somont, Billième , galerie du Chat,Bourdeau,Avenue Verte,
			Cognin...
	Rando 2	68 Km	- ou variante + 3 Kms, Billième , Monthoux,Col du Chat,Bourdeau,Avenue Verte, Cognin...
Mercredi	Détente	38 Km	Cognin,Monge,Casabio,St Alban Leysse,Challes les Eaux,La Boisserette,Torméry,Francin,
19-mars		D 480m	Les Marches Bovet,Chacuzard,Monge,Cognin...
	Rando 1	49 Km	Cognin,Croix de Bissy,Bonzaï,Avenue Verte,Technolac,Les Mottets,Tresserve,Aix les Bains,
			à droite Marlioz,Le Viviers du Lac, Le Bourget du Lac ,Fruitière du Tremblay,Montarlet,Unico,
			La Motte Servolex,Cognin...
	Rando 2	55 Km	- ou variante + 6 Kms, Le Bourget du Lac ,Bourdeau,La Serraz,La Motte Servolex,Cognin...

Samedi	Détente	47 km	Cognin, La Digue, Piste Cyclable-rejoindre Carrefour-St Ombre-Candy-Voglans, Le Viviers du Lac, Drumettaz-les hauts d'Aix-Grésy-rond point Corsuet-Aix, Les Mottets, Le Bourget du Lac, Le Tremblay (coop)-Montarlet-Cognin.
22-mars			
	Rando 1	68 Km	Cognin, La Digue, Charrière Neuve, Villarcher, Technolac, Les Mottets, Aix, Grésy sur Aix, Droise, St Girod , Albens, La Croix du Sable, La Biolle, Savigny, Grésy sur Aix, Corsuet, Aix les Bains, Pont Rouge, Les Mottets, Avenue Verte, Cognin... ou variante + 6 Kms, Girod , St Félix, Braille, Lépau, La Croix du Sable, La Biolle, Savigny, Grésy sur Aix, Corsuet, Aix, Pont Rouge, Les Mottets, Avenue Verte, Cognin...
	Rando 2	74 Km	
		600 m	
Mercredi	Détente	40 Km	Cognin, La Thiollière, Haut de Chamoux, La Tessonnière, le Collège, Super U, Piste Cyclable, Les Mottets, montée de Tresserve, en haut de suite à Droite, en bas de la descente à Droite, Chemin derrière le Golf, Le Viviers du Lac, Voglans, Jardin des Plantes, Piste Cyclable retour Cognin.
26-mars			
	Rando 1	58 Km	Cognin, Monge, Myans, Les Marches Bovet, Montmélian , bords de l'Isère, Alpespace, St Hélène du Lac, Les Mollettes, Laissaud, Pontcharra, Barraux, Chapareillan, lac St André, Myans, Piste C, Monge, Cognin... ou variante + 7 Kms, Montmélian , La Chavanne, St Hélène, Les Mollettes, La Chapelle Blanche, Pontcharra, Barraux, Lac St André, Myans, Cognin...
	Rando 2	65 Km	
Samedi	Détente	40 km	Cognin, La Serraz, Bourdeau, Bois des amours, Les Mottets, Voglans, Château de Candy, St Ombre, retour Cognin. ou "Randonnée de Printemps" Cyclos de Bissy, départ 12h30 de la mairie de Cognin pour un départ vers 13h00 de "Salle du clos Chamoux" ou parcours CVT à déterminer, départ 13h30. (mairie de Cognin)
29-mars			
	Rando 1-2		