



ça roule  chez les CTA

Parcours Semaine

**30**

METEO

22/7/2024

au :

28/7/2024

### Rando Club Exterieur

**Les départs ont lieu place Léontine Vibert**

**Zen :**

par :

**Francoise Estival**

mis à jour le :18/07/2024

**lundi 22 /07**

Départ:

**08:30 heures**

**Dis: 73 km - D+: 110 m**

Albertville, V62, lac de Grésy, lac de Carouge, Cruet, Montmélian, retour V62 Albertville

**mercredi 24 /07**

Départ:

**08:30 heures**

**Dis: 50 km - D+: 1100 m**

Césarches, col Montessuit et Forclaz, Thénézol, col Vorger, Allondaz, Mercury, Verrens, Frontenex

**samedi 27 /07**

Départ:

**08:30 heures**

**Dis: 106 km - D+: 1000 m**

Albertville, V62, Cruet, col de Marocaz, lac de la Thuile, Chignin, Montmélian, retour V62

**Randocool :**

par :

**Bruno Laurent**

mis à jour le :18/07/2024

**lundi 22 /07**

Départ:

**08:30 heures**

**Dis: 73 km - D+: 1700 m**

Col des Saisies retour crest voland cohennoz

<https://www.openrunner.com/route-details/18411318>

**mercredi 24 /07**

Départ:

**08:30 heures**

**Dis: 72 km - D+: 1000 m**

Albertville, Moutiers, Hautecour plan d'eau, retour Albertville

<https://www.openrunner.com/route-details/16223138>

**samedi 27 /07**

Départ:

**08:30 heures**

**Dis: 73 km - D+: 1750 m**

Albertville, Col de Montessuit, Forclaz de Queige, Ugine, Marlens, col de l'Epine, Serraval,

<https://www.openrunner.com/route-details/16209588>

**Randonneurs**

par :

**Bruno Laurent**

mis à jour le :18/07/2024

**lundi 22 /07**

Départ:

**08:30 heures**

**Dis: 73 km - D+: 1700 m**

Col des Saisies retour crest voland cohennoz

<https://www.openrunner.com/route-details/18411318>

**mercredi 24 /07**

Départ:

**08:30 heures**

**Dis: 72 km - D+: 1000 m**

Albertville, Moutiers, Hautecour plan d'eau, retour Albertville

<https://www.openrunner.com/route-details/16223138>

**samedi 27 /07**

Départ:

**08:30 heures**

**Dis: 73 km - D+: 1750 m**

Albertville, Col de Montessuit, Forclaz de Queige, Ugine, Marlens, col de l'Epine, Serraval,

Faverges, Tamié, Albertville

<https://www.openrunner.com/route-details/16209588>



**Costauds :**

par : **Cécile Coffinier**

mis à jour le :19/07/2024

**lundi 22 /07**

Départ: **08:30 heures**

**0**

Parcours a déterminer sur place, ou communiquer sur Whatsapp

0

**mercredi 24 /07**

Départ: **08:30 heures**

**0**

Parcours a déterminer sur place, ou communiquer sur Whatsapp

0

**samedi 27 /07**

Départ: **08:30 heures**

**0**

Parcours a déterminer sur place, ou communiquer sur Whatsapp

0

**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>

**Randonneurs :**

**parcours communs Rando et Rando cool**

**Zen :**

**Randocool :**

**parcours communs Rando et Rando cool**

**Costauds :**