



Les **Balcons**  
du **Dauphiné**

# RANDONNÉES ET COURSES 2026

*À pied, à VTT, à cheval...*



AG  
EN  
DA

[www.balconsdudauphine-tourisme.com](http://www.balconsdudauphine-tourisme.com)  
#BalconsduDauphiné



## RANDONNÉES ET COURSES

*À pied, en VTT, à cheval...*

Du 3/02/26 au 31/12/26

### SAMEDI 21 FÉVRIER

#### Saint-Sorlin-de-Morestel

##### Randonnée nocturne des Aripes à Saint-Sorlin de Morestel

Saint-Sorlin en fête vous invite à participer à la 2<sup>e</sup> édition de la randonnée nocturne des Aripes. Une balade conviviale, accessible à tous, à partager en famille ou entre amis. Inscriptions possibles avant le 19 février inclu. Réservation obligatoire

🕒 17h45 Départ à 18h30 📍 Salle des fêtes Route de Vezeronce

💶 Gratuit pour les moins de 12 ans. Tarif unique : 5 €

☎ 07 84 00 32 80

stsorlinenfete@gmail.com

### DIMANCHE 8 MARS

#### Villemoirieu

##### Course des foyesses - 38<sup>e</sup> édition 🏃

Que vous couriez de temps en temps ou que vous souhaitiez passer un bon moment en famille, entre amis, que ce soit pour le défi sportif ou l'attrait gourmand des foyesses, l'association Courir à Villemoirieu vous souhaite la bienvenue ! Réservation obligatoire

🕒 9h15 - 9h15 départs simultanés : 18,970 km et 10,550 km - 11h : 1,340 km - 11h15 : 0,700 km 📍 Place de la mairie Rue Lamartine

💶 Plein tarif : 3 / 20 € +1€ de frais d'inscription - Détails des tarifs : - 700 mètres réservée aux enfants : 3 euros ; - 1,3 km réservée aux adolescents : 5 euros ; - 10 km, trail : 13 euros ; - 19 km, trail : 20 euros.

bureau.cav@gmail.com

### DIMANCHE 12 AVRIL

#### Montcarra

##### Randonnée pédestre des fleurs à Montcarra 🏃

L'association nature et patrimoine de Montcarra propose une randonnée dont l'objectif est financer les projets d'entretien du patrimoine local et du fleurissement de la commune. Inscriptions possibles en amont de l'événement et sur place le jour de la manifestation.

🕒 Animations à l'arrivée. 📍 Stade Jean Guicherd  
Gratuit pour les moins de 12 ans. Tarif unique : À venir. Gratuit pour les moins de 12 ans. Paiement sur place le jour même.

☎ 06 80 89 17 23

fleurissement.montcarra@gmail.com

<https://nature.patrimoine.montcarra.fr/patrimoine/>

### DIMANCHE 26 AVRIL

#### Saint-Chef

##### Trail et randonnée des 3 clochers de Saint-Chef 🏃

Le trail et randonnée des 3 clochers revient pour la 3<sup>e</sup> édition avec 2 formules afin que chacun puisse trouver participer dans un même objectif : le plaisir de parcourir le sentier de Notre Dame des Vignes.

🕒 7h30-14h - départ du trail de 18 km à 8h45 ; - départ du trail de 11 km à 9h30 ; - départ des courses enfants à 11h ; - départ au choix pour la randonnée pédestre de 8h30 à 10h. 📍 Salle polyvalente 5 route de Trieux

💶 Plein tarif : 3 / 20 € - trail de 11 km : 13 euros ; trail de 18 km : 20 euros ; randonnées : 8 euros pour les personnes de plus de 12 ans, et 3 euros pour les personnes de moins de 12 ans ; course enfants : gratuit. 🧑 À partir de 6 ans

☎ 06 81 15 33 48

lievres.tortues38890@gmail.com

[www.lievres-tortues.fr/](http://www.lievres-tortues.fr/)

### VENDREDI 1 MAI

#### Arandon-Passins

##### Le challenge : Jaro Race Backyard

Le Jaro Race Backyard met les participants au défi de courir 6,5 km en une heure, à renouveler chaque heure jusqu'à ne plus pouvoir continuer, dans une limite de 24 heures maximum.

🕒 12h-12h Le 1<sup>er</sup> mai à partir de 12h jusqu'au 2 mai à 12h.

📍 Crossfit Darkmonkey Chemin de Clapezine

💶 Gratuit.

☎ 07 82 11 48 37

coach.darkmonkey@gmail.com

[www.instagram.com/crossfitdarkmonkey?igsh=bnl00GFIZW42b3lu](https://www.instagram.com/crossfitdarkmonkey?igsh=bnl00GFIZW42b3lu)

### SAMEDI 2 MAI

#### Arandon-Passins

##### Le challenge : Jaro Race Backyard

Le Jaro Race Backyard met les participants au défi de courir 6,5 km en une heure, à renouveler chaque heure jusqu'à ne plus pouvoir continuer, dans une limite de 24 heures maximum.

🕒 12h-12h Le 1<sup>er</sup> mai à partir de 12h jusqu'au 2 mai à 12h.

📍 Crossfit Darkmonkey Chemin de Clapezine

💶 Gratuit.

☎ 07 82 11 48 37

coach.darkmonkey@gmail.com

[www.instagram.com/crossfitdarkmonkey?igsh=bnl00GFIZW42b3lu](https://www.instagram.com/crossfitdarkmonkey?igsh=bnl00GFIZW42b3lu)

## Morestel

### La course des Balcons - 4e édition 🏃

La course des Balcons semi nocturne revient pour sa 4e édition: relevez le défi sous la lune et venez profiter d'une ambiance unique au pied de la tour médiévale.

Buvette, restauration et musique sur place.

Places limitées.

🕒 19h Départs : - course 19.3km à 19h - course 11.6 km à 19h30  
- course 8.7 km à 20h 📍 Salle de l'Amitié 389 Rue François Perrin

💶 Plein tarif : 6 / 18 € - - randonnée : 6 euros - course de 8.7 km : 8 euros - course de 11.6 km : 10 euros - course de 19.3 km : 18 euros

clubuac@gmail.com

<https://uacmorestel.fr/>

## SAMEDI 9 MAI

### Vézeronce-Curtin

### Randonnée pédestre : La Vézerontine 🏃

Partez à la découverte de la commune de Vézeronce-Curtin en participant à la randonnée de village "la Vézerontine".

Plusieurs parcours vous seront proposés.

Programme à venir.

Inscriptions sur place possibles.

🕒 7h30 📍 Salle Diamantelle 121, Rue des Diamantaires

💶 Tarifs non communiqués.

☎ 06 88 98 31 70

[randonnee@frvezeronce-curtin.org](mailto:randonnee@frvezeronce-curtin.org)

[www.famillesrurales.org/vezeronce-curtin](http://www.famillesrurales.org/vezeronce-curtin)

## DIMANCHE 31 MAI

### Arandon-Passins

### Sortie Lo Parvi : balade ornithologique sur la Via Rhôna 🏃

Vous aimez observer les oiseaux mais aussi faire du vélo ? Samuel Monnet et Jean-Jacques Thomas-Billo vous proposent une sortie Vél'Ornitho en empruntant en partie la ViaRhôna, mais aussi des courts passages en chemin.

Parcours envisagé : 30 km

Les lieux et heures de rendez-vous vous seront communiqués lors de votre inscription. Ceux-ci, ainsi que les dates, peuvent être changés selon les nécessités, notamment météorologiques. Réservation obligatoire

🕒 8h-12h 📍 ViaRhôna - adresse précise communiquée lors de l'inscription

💶 Gratuit. 🧑 À partir de 10 ans

☎ 04 74 92 48 62

[contact@loparvi.fr](mailto:contact@loparvi.fr)

<http://loparvi.fr>

## SAMEDI 6 JUIN

### Vénérieu

### API RACE Cross Triathlon

La X-RACE avec déjà 4 éditions au compteur effectue sa mutation et devient API RACE Cross Triathlon.

Inscriptions sur place possibles (dans la limite des places disponibles avec une majoration moyenne de 10€). Réservation obligatoire

🕒 - Cross triathlon format M à partir de 18 ans en relais ou solo De 13h à 13h45 : Dépose du matériel dans l'aire 13h45 : Briefing 14h : Départ - Cross triathlon format S à partir de 16 ans en solo uniquement De 13h à 13h45 : Dépose du matériel dans l'aire de transition 13h45 : Briefing 14h30 : Départ - Course jeunes 8-11 ans De 17h30 à 18h15 : Dépose matériel dans l'aire de transition 18h15 : Briefing 18h30 : Départ - Cross triathlon format triple XS à partir de 12 ans en relais ou 18 ans en solo 18h30 à 19h15 : Dépose matériel dans l'aire de transition 19h15 : Briefing 19h30 : Départ - Cross triathlon format XS à partir de 12 ans en solo 18h30 à 19h15 : Dépose matériel dans l'aire de transition 19h15 : Briefing 19h30 : Départ Buvette-restauration

A partir de 14h00 jusqu'à minuit 📍 Lac de baignade de Vénérieu 151 chemin du lac

💶 Tarif unique : 10 / 51 € tarif selon la course et les modalités choisies. - - JEUNES 8-11 ans : 10 euros - CROSS TRI format XS Solo : 20 euros - CROSS TRI FORMAT S : 32 euros - CROSS TRI format M : 40 euros - CROSS TRI FORMAT M - RELAIS : 51 euros

🧑 À partir de 8 ans

☎ 06 09 89 22 65 - 06 19 04 02 83

[apitriathlon@gmail.com](mailto:apitriathlon@gmail.com)

<http://apitri.fr>

## DIMANCHE 14 JUIN

### Le Bouchage

### Marche solidaire du comité des fêtes du Bouchage

La marche solidaire organisée par le comité des fêtes du Bouchage revient cette année. Une belle occasion de découvrir ou redécouvrir la commune tout en faisant une action caritative.

🕒 8h 📍 Halle du village route des Corbassières

💶 Tarifs non communiqués. Les fonds collectés iront à une association qui soutient la recherche et aide les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Renseignements auprès du comité des fêtes.

[lebouchagenfete@gmail.com](mailto:lebouchagenfete@gmail.com)

## SAMEDI 20 JUIN

### Montalieu-Vercieu

#### Green Triathlon des Balcons du Dauphiné - 4e édition

Le Green Triathlon des Balcons du Dauphiné revient avec un programme familial et sportif. Pendant cinq jours, petits et grands peuvent s'initier au triathlon. Venez assister également aux championnats de ligue Auvergne Rhône-Alpes et de France militaire.

Clôture des inscriptions la veille de chaque course à minuit. Inscriptions en ligne uniquement. Réservation obligatoire

📍 Base de loisirs de la Vallée Bleue

€ Plein tarif : 28 / 80 € - Tarifs sur le site internet. 🧑 À partir de 4 ans

📞 06 26 24 22 26

contact@fitdays.fr

www.greentourtriathlon.eu/fr/triathlon-balcons-du-dauphine-20-21-juin-2026.html

## DIMANCHE 21 JUIN

### Montalieu-Vercieu

#### Green Triathlon des Balcons du Dauphiné - 4e édition

Le Green Triathlon des Balcons du Dauphiné revient avec un programme familial et sportif. Pendant cinq jours, petits et grands peuvent s'initier au triathlon. Venez assister également aux championnats de ligue Auvergne Rhône-Alpes et de France militaire.

Clôture des inscriptions la veille de chaque course à minuit. Inscriptions en ligne uniquement. Réservation obligatoire

📍 Base de loisirs de la Vallée Bleue

€ Plein tarif : 28 / 80 € - Tarifs sur le site internet. 🧑 À partir de 4 ans

📞 06 26 24 22 26

contact@fitdays.fr

www.greentourtriathlon.eu/fr/triathlon-balcons-du-dauphine-20-21-juin-2026.html

## DIMANCHE 5 JUILLET

### Montalieu-Vercieu

#### Les 10 km de Montalieu-Vercieu

Les 10 km de Montalieu reviennent !

Au programme plusieurs parcours :

- 5 km
- 10 km
- Semi marathon (21 km)
- Courses enfants
- Marche (5 km)

Réservation obligatoire

🕒 8h Début des inscriptions le 10 janvier. 📍 Base de loisirs de la Vallée Bleue 9 rue de la Capitainerie

€ Tarifs non communiqués.

https://ebcsport-38.websselfsite.net/

## DIMANCHE 18 OCTOBRE

### Crémieu

#### Randonnée pédestre : Rando Crémieu - 12e édition

Découvrez la commune de Crémieu grâce à sa randonnée pédestre familiale annuelle. Quatre parcours de 4, 9, 12 et 17km vous sont proposés. Café d'accueil et boisson à l'arrivée jusqu'à 15h. Ravitaillement sur les parcours. Inscriptions sur place possibles.

🕒 8h-15h - départ de 8h à 11h pour les parcours de 4 et 9km ; - départ de 8h à 10h30 pour les parcours de 12 et 17km.

Fermeture des ravitaillements sur les parcours à 14h. Boisson à l'arrivée jusqu'à 15h. 📍 Stade de football 232 route du stade

€ Gratuit pour les moins de 12 ans. Tarif unique : 6 € 🧑 À partir de 8 ans

📞 06 73 56 07 97

larandonneecremolane@orange.fr

https://larandonneecremolane.com/randonnee-de-village/

## DIMANCHE 15 NOVEMBRE

### Annoisin-Chatelans

#### Trail des Caboués

Participez au trail des Caboués et venez découvrir la commune d'Annoisin-Chatelans. Deux parcours sont proposés et mettent en avant le petit patrimoine : 10 km (D+220m) et 23 km (D+660m).

Une course enfants gratuite est également proposée. Renseignements auprès de l'association. Réservation obligatoire

🕒 8h30 📍 Groupe scolaire des lauzes 354 chemin des Bois

€ Tarifs non communiqués.

cdf.annoisinchatelans@gmail.com