

Juin 2009

Samedi	13	8 ou 9 h	Cols du Jura 100 km Thônex – Mies – Gingins – Col de la Givrine – La Cure – Col de la Faucille – Gex – Collex – Thônex <i>prolongement après-midi</i> 140 km – La Cure – Prémanon – Morez – Longchamois – Lamoura – Lajoux – Mijoux – Col de la Faucille – Gex – Collex – Thônex
Samedi	20	8 ou 9 h	Plaine-Joux côté raide 90 km Thônex – Arpigny – St-Jeoire – Mieussy – Messy – Laitraz – Mégevette – Onnion – Plaine-Joux – Bogève – Ludran – St-André – La Bergue – Juvigny – Thônex
Samedi	27	8 ou 9 h	Pont et barrage sur le Rhône 115 à 135 km Thônex – La Muraz – Chez Fauraz – Groisy – Villy-le-Pelloux – Allonzier-la-Caille – Cercier – N506 – (Sallenoves – Chilly – Croix-Rouge – Desingy –) D992 – Bassy – Challonges – Pyrimont – (D991 – Génissiat –) Franciens – Clarafond – Valleiry – Chancy – Thônex

Juillet 2009

Samedi	4	8 ou 9 h	Les Lindarets c'est loin, mais tellement bien 145 km Thônex – Thonon – Montriond – Les Lindarets – Col de la Joux Verte – Morzine – Col des Gets – Taninges – Mieussy – Thônex
Samedi	11	8 ou 9 h	Un grand classique : La Colombière en souvenir de Jean-Charles disparu le 10 juillet 90 110 km Thônex – Gorges du Borne (avec recueillement) -- Grand-Bornand – Col de la Colombière -- Le Reposoir -- Scionzier -- Thônex <i>prolongement après-midi</i> 125 km – Le Reposoir -- Romme -- Cluse -- Marignier -- Bonneville -- Thônex
Samedi	18	8 ou 9 h	Le Jura, pourquoi pas 135 km Thônex – Nyon – Bassins – Combe des Amburnex – Le Brassus – La Cure – Col de la Faucille – Thônex <i>prolongement après-midi</i> 160 km – Le Brassus – Col du Mollendruz – L'Isle – Aubonne – route du Vignoble – Nyon – Thônex

Samedi	25	8 ou 9 h	A choix : célèbre grimpée ou presque à plat 130 km Thônex – Bonneville – Marignier – Col de Châtillon – Morillon – Samoëns – Col de Joux-Plane – Morzine – Col des Gets – Taninges – La Tour – Thônex <i>supplément pour les plus forts :</i> entre Morzine et Taninges, passer par le col de l'Encrenaz <i>alternative presque à plat depuis Samoëns</i> 120 km – Samoëns – Sixt – Le Fer-à-Cheval – Samoëns – Taninges – La Tour – Thônex
--------	----	----------	--

Août 2009

Samedi	1er	8 ou 9 h	Dans la Vallée Verte : 10 cols à la carte ce menu (g)astronomique peut être allégé par chacun en sortant de la route avant la fin des festivités 125 km Thônex – Saxel – Boège – St-André – Ludran – Bogève – Le Perret – Ajon – Plaine-Joux – Onnion – Jambaz – Terramont – Habère-Poche – Les Arces – Le Feu – Orcier – Les Moises – Cou – Fessy – Thônex
Samedi	8	8 ou 9 h	Jusqu'à 1'840 mètres 100 km Thônex – Bonneville – Marignier – Cluse – La Balme – Arâches – Châtillon – Taninges – St-Jeoire – Arpigny – Thônex <i>prolongement après-midi : le plus haut col de la région</i> 130 km – Arâches – Les Carroz – Col de Pierre-Carrée (Flaine) – Les Carroz – Arâches –
Samedi	15	8 ou 9 h	La Vattay et La Valserine 130 km Thônex – Divonne – Col de Combe – La Vattay – Mijoux – Chézery – Lancrans – Vanchy – Fort de l'Ecluse – Chancy – Thônex
Samedi	22	8 ou 9 h	Les Mémises et Le Corbier 125 km Thônex – Bons – Thonon – Féternes – Vinzier – La Solitude – Col du Corbier – Le Jotty – Vailly – Col de Terramont – Boège – Thônex <i>pour ceux qui n'ont pas eu assez de montées</i> 135 km – Col du Corbier – La Côte d'Arbroz – Col de l'Encrenaz – Taninges – Col de Châtillon – Thônex

Départs :

A 8 h pour les groupes "entraînement" et "randonnée".

A 9 h pour le groupe "excursion".