

# TABLEAU RÉCAPITULATIF – AU DÉPART DE LYON

Les falaises sont classées en fonction du temps total de trajet depuis Lyon. Ce « temps total », très théorique, est l'addition du meilleur temps possible en train, du temps à vélo et du temps de marche d'approche.

Pour plus d'informations sur chacune de ces falaises, référez-vous au [topo PDF](#). Pour savoir comment lire ce tableau, [c'est ici](#).

				Zone	Temps total depuis Lyon
<b>Limas</b>	21' (D) Villefranche	A : 35' – R : 15' 3,8 km, 150 D+, 10 D-	M.A. : 0' Cot. : 3+ à 6+ Expo. : ONO	Entre Lyon et Dijon	56'
<b>Virieu le Grand</b>	50' (D/1C) Virieu le G.	A : 5' – R : 5' 0,9 km, 8 D+, 12 D- Accessible à pied	M.A. : A : 5' – R : 3' Cot. : 4 à 7+ Expo. : SE et N	Bugey Sud	1h
<b>Neuville sur Ain</b>	Op 1 44' (1C) Pont d'Ain	A : 30' – R : 30' 7 km, 60 D+, 30 D-	M.A. : 1' Cot. : 4 à 7 Expo. : S, SSE	Bugey Sud	1h15
	Op 2 26' (D) Ambérieu	A : 1h15 – R : 1h15 20,2 km, 90 D+, 75 D-		Bugey Sud	
<b>Vertrieu</b>	26' (D) Ambérieu	A : 50' – R : 50' 13 km, 55 D+, 90 D-	M.A. : 2' Cot. : 4 à 6 Expo. : NO	Bugey Sud	1h18
<b>La roche de Narse</b>	39' (D) Tenay	A : 20' – R : 15' 3 km, 70 D+, 30 D- Accessible à pied	M.A. : A : 20' ; R : 10' Cot. : 4 à 7 7 GV Expo. : S, E	Bugey Sud	1h19
<b>Ambérieu - Salèze</b>	26' (D) Ambérieu	A : 35' – R : 15' 3,8 km, 150 D+, 10 D-	M.A. : A : 20' – R : 15' Cot. : 6 à 7 Expo. : S	Bugey Sud	1h21
<b>Solutré</b>	46' (D) Mâcon	A : 50' – R : 50' 13 km, 55 D+, 90 D-	M.A. : 5' Cot. : 5 à 7- Expo. : SO - S - SE	Entre Lyon et Dijon	1h41
<b>Le pâté</b>	39' (D) Tenay	A : 1h – R : 20' 6 km, 320 D+, 15D-	M.A. : A : 2' ; R : 2' Cot. : 5+ à 7 Expo. : S, SO	Bugey Sud	1h41
<b>Essieu - Contrevoz</b>	50' (D/1C) Virieu le G.	A : 50' – R : 40' 10,9 km, 175 D+, 65 D-	M.A. : A : 5' – R : 3' Cot. : 5+ à 7+ Expo. : S	Bugey Sud	1h45
<b>Hières-sur-Amby</b>	Op 1 26' (D) Ambérieu	A : 1h20 – R : 1h25 23,7 km ; 90 D+, 120 D-	M.A. : A : 5' – R : 5' Cot. : 5 à 7- Expo. : S, SE	Bugey Sud	1h51
	Op 2 33' (D) Meyzieu ZI	A : 1h45 – R : 1h45 28 km, 150 D+, 150 D-		Bugey Sud	
<b>Vergisson</b>	46' (D) Mâcon	A : 1h05 – R : 40' 10,9 km, 260 D+, 60 D-	M.A. : 5' Cot. : 4 à 7+ Expo. : O – SO - S	Entre Lyon et Dijon	1h56
<b>Roche Corbière</b>	1h08 (D/1C) Saint Etienne Bellevue	A : 50' – R : 30' 7,8 km, 230 D+, 50 D-	M.A. : A : 0' – R : 0' Cot. : 3 à 8- Expo. : toutes	Autour du Pilat	1h58
<b>Chindrieux</b>	Op 1 1h21 (1C) Chindrieux	A : 40' – R : 10' 3,8 km, 230 D+, 10 D-	M.A. : 10 à 25' Cot. : 6-7-8 Expo. : surtout O, parfois SO ou ONO	Lac du Bourget	2h15
	Op 2 56' (D) Culoz	A : 1h20 – R : 50' 12,8 km, 330 D+, 110 D-			
	Op 3 1h10 (D/1C) Aix-les-Bains	A : 1h – R : 55' 13,1 km, 160 D+, 130 D-			
<b>La Balme (de Yenne)</b>	Op 1 56' (D) Culoz	A : 1h40 – R : 1h40 28,2 km, 100 D+, 115 D-	M.A. : A : 2' ; R : 2'. Cot. : 7 à 8 Expo. : N (ombre, abrité pluie)	Avant pays Savoyard	2h17
	Op 2 50' (D/1C) Virieu le G.	A : 1h25 – R : 1h30 21,8 km, 165 D+, 210 D-			
<b>Hostiaz – La guinguette</b>	39' (D) Tenay	A : 1h40 – R : 45' 12,2 km, 490 D+, 80 D- Accessible à pied	M.A. : A : 3' ; R : 3' Cot. : 5+ à 7+ Expo. : S, SO	Bugey Sud	2h22
<b>Parves</b>	Op 1 56' (D) Culoz	A : 1h50 – R : 1h25 24,2 km, 300 D+, 105 D-	M.A. : A : 6' ; R : 10'. Cot. : 6 à 7 Expo. : N	Avant pays Savoyard	2h31
	Op 2 50' (D/1C) Virieu le G.	A : 1h35 – R : 1h15 18 km, 340 D+, 170 D-			
<b>Virignin</b>	Op 1 56' (D) Culoz	A : 1h45 – R : 1h45 26,7 km, 220 D+, 190 D-	M.A. : A : 12' ; R : 8'. Cot. : 6+ à 8 Expo. : O (ombre, abrité pluie)	Avant pays Savoyard	2h32
	Op 2 50' (D/1C) Virieu le G.	A : 1h30 – R : 1h30 20,3 km, 230 D+, 225 D-			
<b>Crept</b>	26' (D) Ambérieu	A : 2h15 – R : 2h 33,6 km, 270 D+, 160 D-	M.A. : A : 10' – R : 6' Cot. : 5 à 8- Expo. : S, SE, SO	Bugey Sud	2h51
<b>Cessens</b>	Op 1 1h21 (1C) Chindrieux	A : 1h55 – R : 35' 11 km, 680 D+, 10 D-	M.A. : 1 à 30' Cot. : 5-6-7-8 Expo. : surtout O, parfois SO	Lac du Bourget	3h
	Op 2 56' (D) Culoz	A : 2h15 – R : 1h 17 km, 710 D+, 50 D-			
	Op 3 1h10 (D/1C) Aix-les-Bains	A : 2h – R : 1h 16 km, 600 D+, 30 D-			
	Op 4 1h26 (D/1C) Albens	A : 1h30 – R : 35' 10 km, 500 D+, 70 D-			
<b>Saoû</b>	Op 1 1h53 (1C) Crest	A : 1h20 – R : 1h05 14,6 km, 310 D+, 170 D-	M.A. : très variable (0 à 50'). Cot. : 4- à 8+ Expo. : toutes, mais surtout S Une vingtaine de GV	Vallée de la Drôme & Diois	3h13
	Op 2 1h21 (D/1C) Livron sur Drôme	A : 2h30 – R : 2h 30,9 km, 460 D+, 235 D-			
	Op 3 1h27 (D/1C) Montélimar	A : 2h20 – R : 1h50 31,6 km, 360 D+, 115 D-			
<b>Pont de Barret - Eson</b>	Op 1 1h27 (D/1C) Montélimar	A : 1h40 – R : 1h15 24 km, 220 D+, 45 D-	M.A. : A : 25' – R : 15' Cot. : 5+ à 7+ Expo. : S, O	Vallée de la Drôme & Diois	3h32
	Op 2 1h53 (1C) Crest	A : 1h35 – R : 1h25 18,3 km, 320 D+, 245 D-			
<b>Autridge</b>	1h47 (D/1C) Pierrelatte	A : 2h – R : 1h35 25,6 km, 390 D+, 160 D-	M.A. : A : 30' – R : 40' Cot. : 7 à 8+ Expo. : S Une douzaine de GV	Ardèche	4h07
<b>Curis au Mont d'Or</b>	FALAISE INTERDITE DEPUIS LE 15/03/2024				
<b>Jardin – Tour de Montléans</b>	FALAISE INTERDITE DEPUIS FÉVRIER 2023				