

### Programme Randonnées Avril à Septembre 2018

| Date                         | RDV   | WE/<br>Trek | Type               | Nom de la randonnée   | Cov<br>(km) | Longueur<br>(km) | Dénivelé<br>(m) | Durée<br>(h) | Niv    | Animateur                           |
|------------------------------|-------|-------------|--------------------|---|-------------|------------------|-----------------|--------------|--------|-------------------------------------|
| sam. 7 avr.                  | 06:45 |             | Montagne           | Cabane d'Estiouère depuis Montauban de Luchon (31)                                | 140         |                  | 500             | 6            | 4      | Nicole Seunes                       |
| dim. 8 avr.                  | 07:00 |             | Plaines et Vallons | Cirque Nibousou (82 St Antonin)   | 150         | 18               | 550             | 6            | 3      | Louis Garres <i>Anouk P. L...</i>   |
| sam. 14 avr.                 | 08:45 |             | Plaines et Vallons | Sur les traces des Remparts depuis Fleurance (32)                                 | 65          | 16               | 115             | 4            | 2      | Michel Garéton                      |
| dim. 15 avr.                 | 06:45 |             | Montagne           | Etang d'Artax (option Pla de Madame) depuis Gourbit                               | 126         | 9                | 850             | 4            | 4      | Valérie Le Dilosquer                |
| sam. 21 avr.                 | 07:00 |             | Plaines et Vallons | Lagarde/Viaur (81)  | 126         | 16               | 495             | 5            | 3      | Annie et Jean-Marie Bessac          |
| dim. 22 avr.                 | 07:00 |             | Montagne           | Montségur vers le Taoula  | 130         |                  | 800             | 4            | 4      | Dominique Bernardon                 |
| sam. 28 avr.                 | 06:45 |             | Montagne           | Rando raquette à définir selon enneigement  | 140         | 10               | 1000            | 5            | 5      | Sylvie Nadal                        |
| sam. 28 avr.<br>dim. 29 avr. | 06:45 | WE          | Plaines et Vallons | Cabrerets (46)  | 160         |                  |                 |              | 3      | Maguy Breuils/Alain Verdier         |
| sam. 5 mai                   | 07:15 |             | Plaines et Vallons | Chemin des Vignerons (11 Belvèze du Razès)  | 110         | 18               | 375             | 5            | 3      | Penny Gouret                        |
| dim. 6 mai                   | 06:45 |             | Montagne           | Ardengost (65) Cap Nestès par cols de Sonères et de l'Alouet                      | 150         | 12               | 850             | 5            | 4      | Guy Verdin                          |
| lun. 7 mai<br>mar. 8 mai     | 06:45 | WE          | Plaines et Vallons | Presqu'île d'Ambialet le long du Tarn GR36  | 120         | 50               | 250             | 6            | 3      | Christophe Pesquet                  |
| sam. 12 mai                  | 07:45 |             | Plaines et Vallons | Bounahount et Trois Croix depuis BONNEFONT (65)                                   | 95          | 15               | 330             | 4            | 3      | Michel Garéton <i>Anouk P. L...</i> |
| dim. 13 mai                  | 06:45 |             | Montagne           | Les lacs de Liscorn (2277m) depuis Canejan (Espagne)                              | 146         | 13               | 1250            | 6            | 5      | Marc Virilli <i>terry</i>           |
| sam. 19 mai                  | 06:45 |             | Montagne           | Saint Barthélémy par l'Etang d'Appy   | 140         | 15               | 1550            | 7            | 5      | Sylvie Nadal                        |
| dim. 20 mai                  |       |             |                    |   |             |                  |                 |              |        |                                     |
| sam. 26 mai<br>dim. 27 mai   | 06:45 | WE          | Plaines et Vallons | Week end animateurs formation orientation   | 170         |                  |                 |              | 2      | Nicole Seunes                       |
| sam. 2 juin                  | 07:45 |             | Plaines et Vallons | Le Sentier du Causse depuis Souel - Cordes-sur-Ciel (81)                          | 100         | 15               | 350             | 4            | 2      | Michel Garéton                      |
| dim. 3 juin                  | 06:45 |             | Montagne           | Mail de La Pique par Baren  | 135         | 8                | 900             | 4.5          | 4      | Marie-Michelle Blin                 |
| sam. 9 juin                  | 06:45 |             | Montagne           | Lac d'Aumar depuis Orédon   | 180         |                  | 400             | 5            | 4      | Christophe Pesquet                  |
| sam. 9 juin<br>dim. 10 juin  | 06:45 | WE          | Montagne           | Sainte Marie de Campans   | 210         | 18               | 600             | 5            | 3      | Louis Garres                        |
| sam. 16 juin                 | 06:45 |             | Montagne           | Cirque de Cagatelle   | 130         | 17               | 1050            | 6            | 5      | Sylvie Nadal                        |
| sam. 16 juin<br>dim. 17 juin | 06:45 | WE          | Plaines et Vallons | Jour 1 : Tour du Donezan (Mijanes - 09) / Jour 2 : Forêt enchantée de Nébias (11) | 177         | 17.5             | 550             | 6            | 3      | Chantal et Jean-Paul Beaux          |
| dim. 17 juin                 | 06:45 |             | Montagne           | Pic des 3 Seigneurs par étang d'Arbu  | 153         | 11               | 900             | 4.5          | 4      | Marie-Michelle Blin                 |
| sam. 23 juin                 | 06:45 |             | Montagne           | Pic de Crabère par Labach   | 150         | 19               | 1700            | 8            | 5      | Jean-Pierre Vozel                   |
| sam. 23 juin                 | 09:00 |             |                    | Rando fête de Léguevin : pique-nique  |             |                  |                 |              |        |                                     |
| dim 24 juin                  | 07:45 |             | Plaines et Vallons | Autour de Loubers (81)  | 100         | 20               | 235             | 5            | 3      | Annie et Jean-Marie Bessac          |
| dim. 24 juin                 | 08:30 |             |                    | Course et rando ELA Brax  |             |                  |                 |              |        |                                     |
| merc 27 juin                 | 20:00 |             |                    | Préparation programme octobre à mars  |             |                  |                 |              |        |                                     |
| sam 30 juin<br>dim. 1 juil.  | 06:45 | WE          | Plaines et Vallons | Balade dans le Rouergue   | 130         |                  |                 |              | 3      | Régis Fraysse                       |
| dim. 1 juil.                 | 06:45 |             | Montagne           | Pic de Bèze (2380m) depuis Siguer (09)  | 136         | 16               | 1450            | 6            | 5      | Marc Virilli                        |
| sam. 7 juil.                 | 07:45 |             | Plaines et Vallons | Le Puech d'Enblanc depuis Aussillon-Village (81)                                  | 100         | 16               | 515             | 4            | 3      | Michel Garéton                      |
| sam. 7 juil.<br>dim. 8 juil. | 06:15 | WE          | Montagne           | Tour des lacs du Carlit et Vallée Eyne / Col de Nuria                             | 206         | 12               | 700 / 1200      | 5            | 4 ou 5 | Daniel Laborde/Nicole Seunes        |



|                                |       |      |                    |  |     |      |      |     |   |                                   |
|--------------------------------|-------|------|--------------------|--|-----|------|------|-----|---|-----------------------------------|
| sam. 14 juil.                  | 06:45 |      | Plaines et Vallons | Lacrouzette (81) Le Sidobre et ses rochers remarquables  | 115 | 19   | 350  | 5   | 3 | Guy Verdin                        |
| sam. 14 juil.<br>dim. 15 juil. | 06:45 | WE   | Montagne           | Week-end Encantats depuis Espot (Espagne)  | 216 | 20   | 1300 | 8   | 5 | Marc Virilli                      |
| sam. 21 juil.                  | 06:45 |      | Plaines et Vallons | Circuit Pinsapos Capendu (11)  | 140 | 15   | 600  | 5   | 3 | Dominique Bernardon               |
| sam. 21 juil.<br>dim. 22 juil. | 12:00 | WE   | Montagne           | Refuge du Pinet pic du Port de Sullo 3073m ( 09)   | 140 |      | 1900 |     | 5 | Nicole Seunes                     |
| sam. 28 juil.                  | 07:45 |      | Plaines et Vallons | Sur les pas de d'Artagnan (Lupiac - 32)  | 103 | 18.5 | 300  | 5   | 3 | Chantal et Jean-Paul Beaux        |
| sam. 28 juil.<br>dim. 29 juil. | 06:45 | WE   | Montagne           | Bivouac Etang de Peyregrand + étang de Neych ou refuge de Bastan   | 120 | 17   | 1400 |     | 5 | Sylvie Nadal et Jean Pierre Vozel |
| sam. 4 août                    | 06:45 |      | Montagne           | Portet de Luchon Pic du Lion   | 150 | 14   | 1000 | 6   | 4 | Guy Verdin                        |
| sam. 4 août<br>dim. 5 août     | 06:45 | WE   | Montagne           | Pic de Maupas (3109m)  | 140 |      | 2100 |     | 5 | Jean Pierre Vozel                 |
| sam. 11 août                   | 06:45 |      | Montagne           | Boucle Venasque Picade + Sauvegarde  | 120 | 17   | 1300 | 7   | 5 | Sylvie Nadal                      |
| dim. 12 août                   | 06:45 |      | Montagne           | Pic de Canabatous Aulus (09)   | 130 | 10   | 670  | 4   | 3 | Chantal Jean Paul                 |
| sam. 18 août                   |       |      |                    |  |     |      |      |     |   |                                   |
| dim. 19 août                   | 06:45 |      | Montagne           | Crête de la Serre des Cabales (Luchon Vallée du Lys)   | 150 | 13   | 1100 | 5.5 | 4 | Marie-Michelle Blin               |
| sam. 25 août                   |       |      |                    |  |     |      |      |     |   |                                   |
| dim. 26 août                   | 06:30 |      | Montagne           | Pic de Bésineilles (2632m) depuis l'Hospitalet (09)  | 170 | 21   | 1300 | 8   | 5 | Marc Virilli                      |
| sam. 1 sept.                   | 06:45 |      | Montagne           | Pic du Lustou  | 160 | 13   | 1650 | 8   | 5 | Sylvie Nadal                      |
| dim. 2 sept.                   | 07:00 |      | Plaines et Vallons | Arifat (81)  | 128 | 18   | 425  | 5   | 3 | Annie et Jean-Marie Bessac        |
| ven. 7 sept.                   |       |      |                    | Repas des 15 ans   |     |      |      |     |   |                                   |
| sam. 8 sept.                   |       |      |                    | Forum des associations   |     |      |      |     |   | Maguy Breuils/Alain Verdier       |
| dim. 9 sept.                   | 06:45 |      | Montagne           | Pic de la Montagnette (2558m) par le cirque de la Glère  | 160 | 16   | 1300 | 7   | 5 | Vozel Jean Pierre                 |
| mar. 11 sept.                  | 07:00 | Trek | Plaines et Vallons | Lot 46 GR46/652/36 soit Cahors/Vers/Labastide Murat/Gourdon/Cazals/Puy l'Evêque/Luzech/Cahors puis visite guidée | 120 | 200  | 3500 | 10j | 3 | Jean-Pierre Cubaynes              |
| sam. 15 sept.                  | 06:30 |      | Montagne           | Pic d'Estos (2803m) depuis le col d'Azet (65)  | 168 | 15   | 1400 | 7   | 5 | Marc Virilli                      |
| sam. 15 sept.                  | 07:45 |      | Plaines et Vallons | Circuit du Pacte des Loups depuis Esparros (65)  | 150 | 12   | 650  | 4   | 3 | Michel Garéton                    |
| dim. 16 sept.                  | 06:45 |      | Montagne           | Cabane du Clot du Lac au départ Parking La Pucelle de Lascoux  | 130 |      | 1000 | 5   | 5 | Christophe Pesquet                |
| sam. 22 sept.                  | 06:45 |      | Plaines et Vallons | Tour du Quié d'Urs (09 Albiès)   | 130 | 13   | 475  | 5   | 3 | Penny Gouret                      |
| sam. 22 sept.                  | 06:15 |      | Montagne           | Néouvielle 3091m   | 190 |      | 1000 | 7   | 5 | Nicole Seunes                     |
| dim. 23 sept.                  |       |      |                    |  |     |      |      |     |   |                                   |
| sam. 29 sept.                  | 06:45 | WE   | Plaines et Vallons | Beynac et Carsac en Périgord noir  | 195 | 15   | 165  | 6   | 3 | Daniel Laborde                    |
| dim. 30 sept.                  |       |      |                    |  |     |      |      |     |   |                                   |
| sam. 29 sept.<br>dim. 30 sept. | 06:45 | WE   | Montagne           | Le Balaitous ( 3144m) par la grande diagonale  | 200 |      | 1750 | 10  | 5 | Nicole Seunes                     |
| sam 6 oct                      | 06:45 |      | Montagne           | Pique Rouge de Bassies   | 150 | 17   | 1350 | 8   | 5 | Sylvie Nadal                      |
| sam 13 oct                     |       | WE   |                    | Week-end animateurs  |     |      |      |     |   |                                   |