



PROGRAMME 2^{ème} Trimestre 2016

Sorties du 03 Avril au 04 Août 2016

	DATE	Départ	Durée	Difficulté Dénivelé	Distance	Km A/R	LIEU	RESPONSABLE
D	03 Avril						Rando Inter Club organisée par le Club Rando St Cômeois Le programme vous a été communiqué	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97
J	07 Avril	13h30	3h00	** 340m	10km	84	La Vallée de la Brienne Départ place de la Mairie à Luc	Guy Raynal - Jean Marie Rous 05 65 48 18 16 – 06 70 61 83 22
		13h30	2h30	* 300m	8km	32	La Voie Romaine Départ place de la Mairie de St Chély d'Aubrac	Michel Girardin 06 77 65 03 09
W E	11-12-13 Avril						Week-end « Les Rochers Cantaliens »	Denise Bélières 06 74 84 32 75
J	14 Avril	13h30	3h00	* 200m	12km	68	Le chemin des châtaigniers Départ place de l'Eglise à St Amans des Côts	Jean Pierre Le Folgoc 05 65 44 60 29 – 06 17 46 08 12
S	16 Avril	13h30	2h30	*	6km	56	Mini rando : Autour du lac des Galens Départ parking de la plage	Henriette Guiral 05 65 48 05 93 – 06 89 86 12 62
D	17 Avril	13h30	3h30	* 280m	14km	84	Le château de Planèze Départ place de la Mairie à Luc	Denise Bélières 06 74 84 32 75
J	21 Avril	8h30	4h30	* 300m	14km	146	Randonnée de la cerise sur les berges du Tarn de Betpaumes à Carbassas. Départ du parking à l'entrée du village de Paulhe près de l'abribus	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97
S	23 Avril						Encadrement sécurité et ravitaillements Ultra Trans Aubrac de 6h30 à 12h00	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97
J	28 Avril	13h30	3h30	** 320m	11km	68	La Vallée du Cruou Départ Eglise de Mondalazac	Michel et Yvette Bonal 05 65 48 01 78 – 06 80 56 52 74
		13h30	2h00	* 200m	7,5km	56	Gages : Entre caisse et vallée Départ salle d'animation Gages le Haut	Jean Marie Rous 05 65 48 18 16 – 06 70 61 83 22
D	1 ^{er} Mai						Rando Challenge au Vibal. 3 catégories : découverte, expert et expert pro. S'inscrire auprès de ➔	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97

	<i>DATE</i>	<i>Départ</i>	<i>Durée</i>	<i>Difficulté Dénivelé</i>	<i>Distance</i>	<i>Km A/R</i>	<i>LIEU</i>	<i>RESPONSABLE</i>
J	05 Mai	13h30	3h30	** 350m	12km	28	Autour de Cabrespines Départ du Monastère Cabrespines	Gérard et Marie Louise Lemouzy 05 65 44 15 40 - 06 21 88 86 67
J	12 Mai	9h30	5h30	* 450m	21km	28	Horizons et Clochers du Rouergue Départ de Banc de Bertholène	Michel et Yvette Bonal 05 65 48 01 78 - 06 80 56 52 74
		10h30	4h00	* 200m	13km	28	Horizons et Clochers du Rouergue Départ de Banc de Bertholène	Roger Bonal 05 65 48 23 64 - 06 76 42 25 10
S	14 Mai	13h30	3h00	* 120m	8km	54	Mini rando : Pigasse – La cascade des Oules Départ place du taureau à Laguiole	Henriette Guiral 05 65 48 05 93 - 06 89 86 12 62
D	15 Mai	8h00	6h00	** 500m	18km	134	Le Roc des Hourtous sur le causse Méjean Départ du village des Vignes dans les gorges du Tarn	André Berthomieu 05 65 44 14 02 - 06 88 73 54 97
J	19 Mai	9h00	2h30	* 100m	8km	80	<u>Le matin</u> : Chemin du Pic. Rendez-vous à la Sagne à Campagnac (à côté de la piscine). Départ de Bonneterre. <u>Repas pris au restaurant Rodier à la Gare de Campagnac vers 12h30. Menu : 22 € tout compris.</u>	Francis Ladet 05 65 61 27 41 - 06 82 52 67 82
			2h00	* 100m	7km ou 5km	80	<u>Inscription obligatoire avant le 12 mai.</u> <u>Après-midi</u> : Le chemin de la maison du peintre 7 km Possibilité de raccourcir	
J	26 Mai	13h30	2h30	* 80m	8km	64	Le plateau de Campuac Départ place de l'Eglise à Campuac	Roger Bonal 05 65 48 23 64 - 06 76 42 25 10
S E M	Semaine du 22 au 28 mai						Séjour à Palma de Majorque Espagne	André Berthomieu 05 65 44 14 02 - 06 88 73 54 97
J	02 Juin	13h30	3h30	* 100m	12km	46	Au cœur de Causse Comtal Départ salle des fêtes de Concours	Jean Marie Rous 05 65 48 18 16 - 06 70 61 83 22
		13h30	3h00	* 100m	10km	46	Au cœur de Causse Comtal Départ salle des fêtes de Concours	Roger Bonal 05 65 48 23 64 - 06 76 42 25 10
W E	Samedi 04 et dimanche 05 juin						Rando Occitane Salle des Fêtes de Villeneuve Voir programme sur dépliant « A chaque dimanche sa rando » Inscription préalable auprès de ➔	André Berthomieu 05 65 44 14 02 - 06 88 73 54 97
S	04 Juin						Le grand parcours. Départ de Chaudes Aigues. 12, 23 ou 33 km avec navette pour le retour. Accueil dès 7h30, départ entre 8h30 et 9h30. 5 ravitaillements en chemin dont un aligot-saucisse. Inscription le plus tôt possible 20€/personne à régler à l'inscription	Office de Tourisme Chaudes-Aigues 04 71 23 52 75
		13h30	3h00	*	6km		Rando culturelle autour de St Côme dans le cadre de l'Assemblée Générale des Clochers Tors. Visite des expositions	Michel Girardin 06 77 65 03 09
J	09 Juin	8h00			Au choix 7km 9km 10km 16km	40	Rando détente au buron des Enguilhems. Des balades pour tous les goûts autour de la clairière, cascade du devez, fosse au loup, etc... <u>Repas de midi aligot-saucisse offert par le club.</u> <u>Inscription obligatoire avant le 04 juin</u>	André Berthomieu 05 65 44 14 02 - 06 88 73 54 97 Jean Marie Rous 05 65 48 18 16 - 06 70 61 83 22

	DATE	Départ	Durée	Difficulté Dénivelé	Distance	Km A/R	LIEU	RESPONSABLE
D	12 Juin						40^{ème} anniversaire du Brevet du randonneur caussenard. Départ de Mostuéjouls entre 7h00 et 14h30 4 circuits au choix : 32 km – 24 km- 15 km et 5 km	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97
J	16 Juin						Sortie avec les personnes à mobilité réduite de la MAS de St Côme Besoin de volontaires pour les joëlettes. Inscription auprès→ Le programme vous sera communiqué ultérieurement	Michel Girardin – J P Le Folgoc 06 77 65 03 09 -- 06 17 46 08 12
S	18 Juin	13h30	2h15	* 180m	7km	46	Mini rando : Autour des 2 clochers Départ de l'Eglise de Coussergues	Francis Ladet – Henriette Guiral 05 65 61 27 41 – 06 82 52 67 82
W E	20-21-22 Juin	Programme voir notice d'information					Sortie : « La Chaîne des Puys » département du Puy de Dôme	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97
S	25 Juin	13h30	2h30	* 100m	8km	42	Mini rando : le Château du Bousquet Départ de St Rémy de Montpeyroux	Henriette Guiral 05 65 48 05 93 – 06 89 86 12 62
J	30 Juin	9h00	6h00	* 200m	20km	62	Le Grand Déroc Départ place du foirail à Nasbinals	Gérard et Marie Louise Lemouzy 05 65 44 15 40 - 06 21 88 86 67
D	03 Juillet						Sortie Familiale en autocar dans les Gorges de la Dourbie Le programme vous sera communiqué prochainement Inscription obligatoire avant le 20 juin	Jean Claude Amichaud 05 65 48 09 65 – 06 81 63 43 60 Bertrand Bayles 06 76 80 21 00
J	21 Juillet	17h15	3h00	** 150m	10km	60	Sortie au crépuscule : La Quille des Goutals Départ parking de la station de ski de fond de St Urcize	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97
J	04 Août	17h15	3h00	* 100m	9km	62	Sortie au crépuscule : Notre Dame de la Sentinelle Départ place du foirail à Nasbinals	Roger Bonal 05 65 48 23 64 – 06 76 42 25 10

Classification Difficultés : * Facile ** Moyen *** Difficile

<u>Niveau randonnées :</u>	<u>½ journée</u>	<u>Journée</u>
1 Sportive :	12/14 km	20/25 km
2 Active :	9/11 km	12/15 km
3 Douce :	< 8km	

Départ aux heures précises Foirail de Saint Côme

Le Président : André Berthomieu

La secrétaire : Ginette Rous - PROG66.DOC