



PROGRAMME 3^{ème} Trimestre 2016

Sorties du 03 Juillet au 06 octobre 2016

	DATE	Départ	Durée	Difficulté Dénivelé	Distance	Km A/R	LIEU	RESPONSABLE
D	03 Juillet						Sortie Familiale en Autocar vers les Gorges de la Dourbie Visite de Noria à St Jean du Bruel. Repas au restaurant camping « La Dourbie » 2 randos prévues.	Jean Claude Amichaud 05 65 48 09 65 – 06 81 63 43 60
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
D	24 Juillet					21	Etape du GR 65 d'Aubrac à Saint Côme Inscriptions obligatoires auprès de → Prévoir le pique-nique	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
J	1er Septembre	10h00	4h00	* 300m	14km	180	Le sentier des sources Départ parking hôtel de ville Villefranche de Rgue	Jean Pierre Le Folgoc 05 65 44 60 29 – 06 17 46 08 12
		13h30	2h30	* 150m	9km	70	Le Montarguïé Départ station de ski du Bouyssou	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97
D	04 Septembre	7h30	6h30	*** 700m	25km	42	Aubrac- Bonneval Départ parking d'Aubrac (Rte de St Chély)	Laurent Neyrolles 05 65 66 15 08 – 06 07 52 03 02
J	08 Septembre	13h30	3h00	* 200m	10km	60	Le signal du Mailhe-Buau Départ de la croix de la Rode	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97
J	15 Septembre	10h30	5h30	*** 700m	22km	28	Trail du gourg d'enfer Départ place de l'église à Bozouls	Laurent Neyrolles 05 65 66 15 08 – 06 07 52 03 02
		13h30	2h30	* 150m	9km	84	Les sources de l'Aveyron Départ du camping de Sévérac le Château	Denise Bélières 06 74 84 32 75
S	17 Septembre						Assemblée Générale à 18h00 précises à la Salle des Fêtes de Saint Côme	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97
J	22 Septembre	10h00	5h00	** 500m	17km		Autour de la Boralde de St Chély Départ de la Rozières (près de St Côme)	Michel Girardin 06 77 65 03 09
S	24 Septembre	13h30	2h15	* 180m	7km	46	Mini rando : Autour des 2 clochers Départ de l'Eglise de Coussergues	Francis Ladet – Ch. Ténrières 05 65 61 27 41
J	29 Septembre	10h00	5h00	** 300m	19km	54	Laguiole Départ place du foirail à Laguiole	Michel et Yvette Bonal 05 65 48 01 78 – 06 80 56 52 74

	<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>
S	1 ^{er} Octobre	13h30	2h00	*	6,5km	74	Mini rando : Le chemin des lépreux Départ du cimetière de la Loubière	Denise Bélières 06 74 84 32 75
D	02 Octobre					Rando Santé Mutualité à St Just sur Viaur Inscriptions obligatoires		Tél : 05 34 44 33 10
J	06 Octobre	13h30	4h00	** 230m	13km	54	Le Roc des Cabres Départ place du foirail à Laguiole	Gérard et Marie Louise Lemouzy 05 65 44 15 40 - 06 21 88 86 67
		13h30	3h00	* 200m	10km	36	La mine de Bertholène Départ parking supérette à Bertholène	Guy Raynal - Jean Marie Rous 05 65 48 18 16 – 06 70 61 83 22
BONNES VACANCES ET BONNES BALADES À TOUS LES RANDONNEURS								

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

Niveau randonnées :

1/2 journée

Journée

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 - PROG67.DOC