

## Programme des randonnées : Septembre - Octobre - Novembre - Décembre 2017

Aurillac : Alain 09.51.70.77.85 ; André R. 06.87.52.84.71 ; André & Monique F. 04.71.62.39.24 ; Andrée T. 04.71.63.48.27 ; Bernard 04.71.64.78.23 ; Christiane 04.71.47.21.10 ; Claude 04.71.63.43.43 ; Françoise 04.71.48.70.52 ; Gérard 04.71.43.82.11 ; Ginette 04 71 64 11 96 ; Jeanine 04.71.63.61.57 ; J.François 06.43.77.80.79 ; J.Louis 04.71.62.62.11 ; J.Pierre 04.71.48.52.06 ; Line 06.30.83.92.46 ; Michel G. 04.71.63.78.24 ; Michel M. 06.09.59.92.92 ; Odile 04.71.64.24.38 ; Patrick 06.88.99.03.89 ; Paulette 06.81.49.00.94 ; Pierrette 06.83.93.05.34 ; Solange 04.71.64.50.42 ; Suzanne 04.71.47.13.91 ; Yvette 07.89.45.15.98 - Sud Cantal : Yvette & Tintin 06.56.72.14.93/06.56.82.50.95/04.71.49.92.50 ; Patrick 06.74.80.34.68/04.71.62.54.04 ; Nicole 04.71.64.78.97 ; Jacques 09.67.15.53.99/06.13.09.17.67 - Vallée de l'Authre : Dominique 06.78.75.97.43 ; Gérard 04.71.46.63.75 ; François 04.71.47.28.22 ; Alex 06.75.75.64.04 ; Antoine 04.71.46.62.11 - Montsalvy : Robert 06.76.46.32.74 ; Georges 06.70.40.92.72 ; Lulu 06.32.83.88.75 ; Raymonde 06.85.24.12.87 ; Christine 06.70.74.88.24 ; J.Pierre 06.33.23.57.18 ; Dominique 06.72.74.10.60 - Ytrac : Sylvain 07.87.79.02.37 ; Marcelle 06.79.73.67.08 ; Huguette 06.77.78.53.55 ; Ginette 06.32.58.51.83 ; Jacques 04.71.45.13.55 ; J.Pierre F. 06.87.08.45.83 ; Etienne 06.77.85.41.23 ; Alfred & M.Claude 06.32.97.83.74 ; Evelyne 06.10.56.00.40 ; Monique 06.07.57.67.06 ; J.Louis 06.52.80.36.73 ; J.Pierre D. 07.77.07.58.73 ; Nadine 06.33.69.38.94 ; Hervé 06.41.11.84.45 ; Pascal 06.32.59.73.74

Lundi randonnée – Aurillac 2h30 à 3h environ - Départ 13h15 de la Ponétie			Lundi mini randonnée – Aurillac 1h30 à 2h environ - Départ 13h30 Bd du Valenc			Lundi randonnée – Sud Cantal 3h minimum - Départ 13h30 sauf journée (*)		
Date	Destination	Responsables	Destination	Responsables	Destination	Lieu RDV		
11/09	Loubéjac (Carlat)	Yvette - Patrick	Badailhac	Jean-Louis - Françoise	Roumégoux	Place de l'Eglise		
18/09	A.G. : Pas de randos				Mourjou (petit circuit)	Place de la Mairie		
25/09	Polminhac	Alain - Christiane	Sources de la Jordanne (Mandailles) (Dép. 10h avec pique-nique)	André R. - Patrick	St Simon - Dép. 9h30 *	Détail feuille d'activités		
02/10	Saint-Martin-Cantalès	Michel M. - Line	Monloubou	Andrée - Monique	St Antoine	Parking du village		
09/10	Murat	Jean-Louis - Gérard	Lascelle	André R. - Patrick	Cayrols	Place du village		
16/10	Le Perthus l'Usclade (Mandailles)	Odile - Paulette	Couffins	Monique - Françoise	Le Fel - Dép. 9h30 *	Détail feuille d'activités		
23/10	Saint-Cernin	Christiane - Patrick	La Salvetat (St-Mamet)	Jean-François - Paulette	Leucamp	Place de l'Eglise		
30/10	Jou-sous-Monjou	Jean-Louis - Jean-François	Liadouze	André R. - Gérard	Arnac	Place de la Mairie		
06/11	Belbex (Aurillac)	Andrée - Gérard	Saint-Paul-des-Landes	Jean-François - Patrick	Le Rouget	Plan d'eau		
13/11	La Flandonnière (St-Cirgues de J.)	Patrick - Michel M.	Vixouze (Polminhac)	Odile - Paulette	Cassaniouze	Place de l'Eglise		
20/11	Les huttes (Polminhac)	Michel G. - Ginette	Ladinhac	Jean-Louis - Paulette	Fournoules	Place du village		
27/11	Vixouze (Polminhac)	Yvette - Alain	Jussac	Monique - Françoise	Lafeuillade	Parking salle des fêtes		
04/12	Pers	Michel M. - Jean-Louis	Escazeaux (St-Etienne de Carlat)	Yvette - Line	Roannes St Mary	Parking salle des fêtes		
11/12	Saint-Clément	Michel G. - Yvette	Vezels-Roussy	Patrick - Jean-François	St Saury	Parking cimetièrre		
18/12	Le Tournadou (Le Fel)	Monique - Pierrette	Aurillac (Peyrolles)	André R. - Jean-François	Vitrac	Place du village		

Lundi randonnée – Vallée de l'Authre 2h à 5h environ - Départ 13h30 de la Salle Polyvalente de Jussac - 8h30 de Jussac si journée*							Mardi randonnée – Pays de Montsalvy 3h env - Départ 13h30 Salle Polyvalente - 9h journée*			
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Durée	Diff.	Responsables	Date	Destination	Kms	Diff.
04/09	Forêt de Branviel	Dojo	10	3h	**	François - Dominique	05/09	Cassaniouze - Felgines - Devèze - Sans Souci	9	*
11/09	Paulhac		15	4h	**	Gérard - Dominique	12/09	Ginolhac - Le Madamour - Vernassal	10,5	**
18/09	Voyage Evian						19/09	Teissières les Bouliès - La Font Salade	10,5	***
25/09	Chalvignac	Le Bourg	9	3h	**	François - Dominique	26/09	Livinhac haut - Au pays du Stockfish * Dép. 9h	17	***
02/10	Cros de Montvert « Les Esclots »	Place de la Mairie	10	3h	2	Alex - Antoine	03/10	La Plantellière - Vézac	12	**
09/10	St Etienne de Chomeil – Lac de Montbellier		15	4h	**	Gérard - François	10/10	Entraigues - Puy de Soulouse	9,5	***
16/10	St Santin de Maurs « Chante Cigale »	Place de l'Eglise	9	3h	**	Dominique - Alex	17/10	Vitrac - Douceurs de Vitrac * Dép. 9h	17	**
23/10	Rouzier			4h	**		24/10	Murols - Entre 2 vallées	9	***
30/10	Chaussezac « Les Tilleuls »	Pluace du hameau de Cussac	10	3h	**	Antoine - Alex	31/10	Vieillevie le Mazet	8,5	***
06/11	La Chapelle Valentine	Le bourg Ségur les Villas	13	5h	**	Antoine - François	07/11	Lafeuillade - Lacapelle en Vèzie - Les 3 arbres	9,5	**
13/11	Escorailles « Château de Lavigne »	Devant l'Auberge	6	2h	**	Gérard - François	14/11	Roussy - Le Fel - Crestes - Font de la Côte	9	**
20/11	Naucelles	Place de la Mairie	10	3h	**	Alex - Dominique	21/11	Lapeyrugues - Baraque - Salés - Lasparro	9	**
27/11	Arnac « Chemin des Pradelles »	Camping de la gineste	11	3h	**	Dominique - Antoine	28/11	Prunet – Cancelade	9,5	**
04/12							05/12	Banhars – Soulhol – Laborie	9,5	**
11/12							12/12	Montsalvy – Coffinhal – Chaussy	9	**
18/12							19/12	Pons – Plagnolles – Escalafont	8	**

Difficulté : \* Facile - \*\* Moyenne - \*\*\* Difficile

**Chaussures de marche à tige rigide et semelles crantées obligatoire.**

Prévoir vêtement chaud, boisson et barre énergétique. Pour diverses raisons, les randonnées peuvent être modifiées ou annulées, contacter l'animateur ou consulter votre boîte mail.

Jeudi 1 <sup>ère</sup> randonnée – Aurillac Journée - Dép. 8h30 (9h : Nov. et Déc.) - Prévoir pique-nique					Jeudi 2 <sup>ème</sup> randonnée (allure plus modérée) – Aurillac Journée - Dép. 9h (9h30 : Nov. et Déc.) - Prévoir pique-nique				Jeudi randonnée - Montsalvy 2h environ - Départ 13h30	
Date	Destination	Diff	Lieu RDV	Responsables	Destination	Diff	Lieu RDV	Responsables	Destination	
07/09									Le Toire - Le Lac de Lafeuillade	
14/09	Beynat (19)	**	Cimetière	Christiane - Solange	La Tuilière - Le Plomb	**	La Ponétie	Patrick - Paulette	Lapeyrugue - Le Pompage - Lasparros	
21/09	Pas de Peyrols - Le Chavaroche	***	Peyrolles	Solange - Christiane	St-Paul-de-Salers - Puy Violent	***	Cimetière	Michel M. - Patrick	Sansac Veinazés (Haut)	
28/09	Prat de Bouc - Grandval	***	La Ponétie	Suzanne - Line	La Crégut (Champs s/ Tarentaine)	**	Cimetière	Monique - Yvette	Le Fraysse - Le Meyniol	
05/10	Col de Néronne (St-Paul-de-Salers)	***	Cimetière	J.-Pierre - Alain	Allanche	**	La Ponétie	J.-Louis - Patrick	Sergeant - Vallon (journée) Dép. 9h30	
12/10	Trielle (Thiézac)	***	La Ponétie	J.-Pierre - Solange	Rodelle (12)	**	La Ponétie	Paulette - Michel G.	Engualès - La mine	
19/10	Prat de Bouc - Le Ché	***	La Ponétie	Gérard - Françoise	Lescure-Haut (Valuéjols)	*	La Ponétie	Monique - Andrée	Ginolhac - Empierre	
26/10	Salilhès (Thiézac)	***	La Ponétie	Suzanne - Alain	Issodenodus (46)	**	La Ponétie	Bernard - Françoise	Calvinet	
02/11	Le Claux	***	Peyrolles	J.-Pierre - Christiane	Malbo	**	La Ponétie	J.-François - Patrick	Les Pistes de Cassos	
09/11	Vèze	***	La Ponétie	J.-Louis - J.-Pierre	Taussac (12)	**	La Ponétie	Michel G. - Pierrette	Lafeuillade - La Roumegade	
16/11	Saint-Clément	***	La Ponétie	Suzanne - Françoise	Marmanhac	**	Cimetière	Andrée - Odile	La Baraque - Le Fau - Chausy	
23/11	La Chapelle Saint-Géraud (19)	***	Cimetière	Gérard - Yvette	Mur-de-Barrez (12)	**	La Ponétie	J.-Louis - Pierrette	Junhac - Pressoire	
30/11	Saint-Hippolyte (12)	***	La Ponétie	Françoise - Gérard	Roannes Sain-Mary	**	La Ponétie	Michel G. - J.-François	Montsalvy - Lacamp	
07/12	Carlat (nouveau circuit)	***	La Ponétie	Yvette - Pierrette	Saint-Saury	**	La Ponétie	Michel M. - Patrick	Entraygues - Le Panorama	
14/12	Saint-Illide	***	Cimetière	Michel M. - Yvette	Saint-Simon	**	Peyrolles	Andrée - Monique	Montsalvy - Allée des Soupirs - Coffinhal	
21/12	Rando de Noël : rando surprise - 9h au cimetière - Pique-nique convivial avec les apports de chacune et chacun								Montsalvy - Le bois de Momaur	

Vendredi randonnée – Ytrac 2h à 3h environ - Départ 13h30					Vendredi balade – Ytrac 2h maximum - Départ 13h30			Vendredi randonnée – Vallée de l'Authre Départ 8h30 ou 9h de la Salle Polyvalente de Jussac Responsables Dominique et Alex		
Date	Destination	Lieu RDV	Diff	Responsables	Destination	Lieu RDV	Responsables	Date	Destination / Heure Départ	Kms - Durée Diff
15/09	Les Hameaux de St Jacques	La Ponétie	**	Marcelle - J.-Louis	Lacapelle des Fraysse	La Ponétie	Sylvain - Pascal	08/09	Senezergues « La Dame du Castel d'Auze » Dép. 9h	12 *** 5h
22/09	St Chamant – La bertrande	C. Ep. Vialenc	**	Evelyne - Nadine	St Chamant – Les étangs de Roucaillou	C. Ep. Vialenc	Huguette - Monique	29/09	Le Puy de Peyre Arse - Dép. 8h30	12 *** 4h
29/09	Pas de Cère – Salvanhac	La Ponétie	**	Jacques - Etienne	St Mamet	Sansac	Alfred - J.-Louis	13/10	Bec de l'Aigle - Téton de Vénus Dép. 8h30	8 *** 4h
06/10	Pleaux	C. Ep. Vialenc	**	M.-Claude - Nadine	La Presqu'île de Rénac	Dojo	Etienne - J.Pierre D	27/10	La Tuilière - Puy Gros - Nirevèze Dép. 8h30	*** 5h
13/10	St Cirgues de Jordanne	Peyrolles	**	Evelyne - Pascal	Roumégoux	Sansac	Huguette - Monique	10/11	Le Roman de Jordanne- Dép. 8h30	14 *** 5h
20/10	Pont de Couffins	La Ponétie	**	Jacques - Hervé	St Mary de Roannes	Place du Bex	Alfred - M.-Claude	24/11	La Vallée des Poètes- Dép. 9h	18 *** 5h
27/10	Le Trioulou	Sansac	**	Etienne - Hervé	Arpajon	La Ponétie	Marcelle - Ginette	08/12	Des moulins à la vallée du Goul Dép. 9h	18 *** 5h
03/11	St Etienne de Carlat	La Ponétie	**	J.-Louis - Alfred	Sansac	Sansac	Evelyne - Huguette			
10/11	Parlan	Sansac	**	Marcelle - M.-Claude	Aurillac – La Sablière	La Sablière	Huguette - J.-Louis			
17/11	Teissières les Bouliès	La Ponétie	**	Nadine - Evelyne	St Victor	Dojo	Etienne - Ginette			
24/11	Lafeuillade	La Ponétie	*	Sylvain - J.-Pierre D	Tour du Bex d'Ytrac	Place de Bex	Huguette - M.-Claude			
01/12	Pers	Sansac	*	Jacques - J.Pierre F	Ytrac - Esban	Dojo	Huguette - Monique			
08/12	Vic la Mougude	La Ponétie	**	M.-Claude - Hervé	Sansac de Marmiesse – Les bords de Cère	Sansac	Monique - Nadine			
15/12	St Etienne Cantalès	Dojo	**	Jacques - Etienne	Golf de Vézac	La Ponétie	Sylvain - J.Pierre F			
22/12	Couffins	Cimetière Arpajon	**	Alfred - M.-Claude	Roannes St Mary	Place du Bex	Huguette - Nadine			