



# PROGRAMME 2<sup>ème</sup> Trimestre 2018

## Sorties du 05 Avril au 16 Août 2018

	DATE	Départ	Durée	Difficulté Dénivelé	Distance	Km A/R	LIEU	RESPONSABLE	
J	05 Avril	13h30	4h00	** 365m	16km	8	Autour d'Espalion Départ parking de l'Adalpa	Gérard et Marie Louise Lemouzy 05 65 44 15 40 - 06 21 88 86 67	
		13h30	2h30	* 180m	9km	84	Le saut du chien Départ de Monnes près de Montéziec	Jean Marie Rous 05 65 48 18 16 - 06 70 61 83 22	
D	08 Avril	8h30	7h00	*** 700m	24km	102	Le chemin de Dadon Départ de Conques	Laurent Neyrolles 05 65 66 15 08 - 06 07 52 03 02	
W E	10-11-12 Avril						Week-end dans les Gorges de la Dourbie		Francis Ladet 05 65 61 27 41-06 82 52 67 82
D	15 Avril						Rando Inter Club organisée par le Club de Bozouls Le programme vous a été communiqué		André Berthomieu 05 65 44 14 02 - 06 88 73 54 97
J	19 Avril	13h30	3h00	** 315m	11km	38	Cabanac Départ parking office de tourisme Ste Eulalie	André Berthomieu 05 65 44 14 02 - 06 88 73 54 97	
		13h30	3h00	* 150m	9km	80	Les Palanges Départ Croix du Type après Lussargues (route d'Agen d'Aveyron)	Michel Girardin 06 77 65 03 09	
S	21 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	26 Avril	13h30	3h00	** 300m	11km	82	Autour de Grand Mas Départ du Grand Mas	Guy Raynal - Jean Marie Rous 05 65 48 18 16 - 06 70 61 83 22	
		13h30	2h30	* 80m	9km	28	Entre Bozouls et Maroquiès. Rando en préparation de la sortie avec la MAS (Merci d'amener un sécateur)	Michel Girardin 06 77 65 03 09	
S	28 Avril	13h30	2h30	* 50m	6km	28	Mini- rando : Bozouls-Gavernac Départ Intermarché de Bozouls	Chantal Ténières 05 65 44 05 57 - 06 26 28 47 44	
D	29 Avril						24	A chaque dimanche sa rando : De Nadaillac à Vieillescazes » Départ à 14h00 de Nadaillac. Visite d'un élevage d'escargots. Dégustation et goûter. Participation 3 €. Inscription souhaitable avant le jeudi 26 avril	Gérard et Marie Louise Lemouzy 05 65 44 15 40 - 06 21 88 86 67
J	03 Mai	11h00	2h30	* 80m	9km	28	Sortie avec les personnes à mobilité réduite de la MAS de St Côme Entre Bozouls et Maroquiès. Départ de la gare de Bozouls Besoin de volontaires pour les joëlettes. Le pique-nique pris en commun est offert par le club de rando. Inscription obligatoire avant le 30 avril auprès→	Michel Girardin - J P Le Folgoc 06 77 65 03 09 - 06 17 46 08 12	
S	05 Mai	13h30	2h15	* 100m	6,5km	52	Mini rando : le chemin des hauts de Selve Départ de Soulages Bonneval	Henriette Guiral 05 65 48 05 93 - 06 89 86 12 62	

	<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	10 Mai						La Rando à LULU. Inscription entre 8 h et 8h30 au gymnase d'Entraignes. Rando 20 km. 800 m dénivelé. Le programme vous sera adressé ultérieurement.	Laurent Neyrolles 05 65 66 15 08 – 06 07 52 03 02	
	Du 14 au 19 mai						Séjour en Baie de Somme		Jean Pierre Le Folgoc 05 65 44 60 29 – 06 17 46 08 12
J	24 Mai	13h30	4h00	** 680m	15km	44	Les Crêtes de Vimenet Départ de Vimenet place de la mairie	Michel et Yvette Bonal 05 65 48 01 78 – 06 80 56 52 74	
S	26 Mai	13h30	2h30	* 50m	7km	28	Mini-Rando : Aubignac Départ du rond point d'Expalux	Chantal Ténieres 05 65 44 05 57 – 06 26 28 47 44	
D	27 Mai	8h00	6h30	*** 920m	22,6km	90	Sentier de B B en poursuivant les papillons Départ place de la mairie à Ste Geneviève sur Argence Possibilité de raccourcir	Raymond Fau 05 65 44 17 31	
J	31 Mai	8h00	3h30	* 110m	12km	60	Rando gastronomique : Gaillac d'Aveyron. Départ de Gaillac d'Aveyron. Repas au restaurant Cazes-Arrazat à Laissac prix : 18€ (l'apéro, les vins, le café étant pris en charge par le club.) Après-midi : Parcours de santé (5/6km) à Laissac Inscription obligatoire avant le 24 mai	Francis Ladet 05 65 61 27 41-06 82 52 67 82	
J	07 Juin	9h00	5h30	** 600m	21km	62	Sentiers du chemin de la résistance et des 2 tilleuls Départ Conservatoire du Châtaignier à Rignac	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97	
		9h00	4h00	* 260m	14km	62	Le chemin de la résistance Départ Conservatoire du Châtaignier à Rignac	Roger Bonal 05 65 48 23 64 – 06 76 42 25 10	
S	09 Juin	13h30	2h30	* 150m	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	
D	10 Juin						42 <sup>ème</sup> Brevet du randonneur Caussebard. Départ de Nant entre 7h et 14h. 4 circuits au choix : 30 – 20- 15- ou 5 km	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97	
J	14 Juin	8h00				70	25 <sup>ème</sup> anniversaire du club. Rando détente au Chalet du Bouyssou. Des balades pour tous les goûts. Repas de midi aligot-saucisse offert par le club. Inscription obligatoire avant le 07 juin Départ du chalet Marcel Paul au Bouyssou	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	
S	16 Juin	13h30	2h30	* 110m	8km	74	Mini rando : les berges de l'Aveyron Départ parking du cimetière de la Loubière	Denise Bélières 06 74 84 32 75	
J	21 Juin	13h30	2h40	* 130m	8,5km	58	Le château des Vernhettes Départ place de l'Eglise à Golinac	Roger Bonal 05 65 48 23 64 – 06 76 42 25 10	
	Du 17 au 22 juin						Séjour plateau des Mille vaches		Michel Girardin 06 77 65 03 09
D	24 Juin	8h30	3h00	** 325m	10,5km	136	Village Troglodytique (possibilité rando matin ou après-midi) Départ de Peyre (parking de la rivière au bord de la D 41)	Denise Bélières 06 74 84 32 75	
		8h30	3h00	** 305m	9km		Le circuit des Ravins (possibilité rando matin ou après-midi) Départ de Peyre (parking de la rivière au bord de la D 41)		

	<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	28 Juin	8h30	5h00	** 200m	19km	106	Fournels – La Chaldette Départ de Fournels	Michel et Yvette Bonal 05 65 48 01 78 – 06 80 56 52 74
		13h30	2h30	* 100m	8km	86	La Chaldette Départ de la Chaldette	Jean Marie Rous 05 65 48 18 16 – 06 70 61 83 22
D	1er Juillet					Sortie familiale en autocar Le programme vous sera communiqué ultérieurement		André Nayrac 06 78 96 24 75
J	02 Août	18h00	3h00	* 260m	7km	16	Sortie au crépuscule : Le Puech de Barry Départ salle des fêtes de Mandailles	Jean Marie Rous 05 65 48 18 16 – 06 70 61 83 22
J	16 Août	9h00	5h30	** 450m	20,5km		Etape du GR 65 de St Côme d'Olt à Estaing Inscription obligatoire auprès de ➔ Prévoir pique-nique	André Berthomieu 05 65 44 14 02 – 06 88 73 54 97 Roger Bonal 05 65 48 23 64 – 06 76 42 25 10

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 - PROG74.DOC