



PROGRAMME 2^{ème} Trimestre 2023

Sorties du 07 Avril au 02 Juillet 2023

	DATE	Départ	Durée	Difficulté Dénivelé	Distance	Km A/R	LIEU	RESPONSABLE
J	06 Avril	9h00	2h30	* 70m	8km	52	Rando gastronomique sur le Ruthénois suivie d'un repas pris au restaurant « Les Halles de l'Aveyron ». <u>INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT LE 30 MARS</u> L'après midi rando digestive : Le sentier planétaire Pour la rando du matin départ place de la mairie à Lioujas	Jean Marie et Ginette Rous 06 86 65 85 67
S	08 Avril	13h30	2h30	* 260m	7km	6	Mini rando : La boralde de Flaujac Départ parking pont de Saulieu	Josiane et Christian Aussibal 06 41 96 54 42
J	13 Avril	13h30	3h00	* 200m	10km	64	Le signal du Mailhebau Départ de la croix de la Rode	Jacques Lopez 06 43 44 30 60
D	16 Avril						Rando Inter Club organisée par le club « Les marcheurs du Carladez » à Mur de Barrez Le programme vous sera communiqué ultérieurement	André Berthomieu 06 88 73 54 97
J	20 Avril	13h30	3h15	** 400m	11,5km		Vers l'Abbaye de Bonneval Départ parking école du Cayrol	Jean Pierre Le Folgoc 06 17 46 08 12
		13h30	2h30	* 250m	9,1km		Circuit des orgues basaltiques Départ église de Salgues	Gérard Lemouzy 05 65 44 15 40
S	22 Avril						Encadrement sécurité et ravitaillements Ultra Trans Aubrac de 6h30 à 12h00	André Berthomieu 06 88 73 54 97
D	23 Avril	9h00	5h30	** 330m	16km	18	Circuit de Menepeyre Départ salle des fêtes de La Bastide d'Aubrac	Gérard Lemouzy 05 65 44 15 40
J	27 Avril	13h30	3h00	* 235m	11km	82	Des moulins aux vignes Départ du pont rouge de Marcillac	André Berthomieu 06 88 73 54 97
J	04 Mai	13h30	3h00	* 200m	10km	24	De Verrières à Brussac Départ salle des fêtes de Verrières	André Blayac 06 08 82 16 84
		13h30	2h30	* 320m	8km	32	La voix romaine Départ cimetière de St Chély d'Aubrac	Michel Girardin 06 77 65 03 09
D	07 Mai	8h30	5h00	** 440m	19km	126	Circuit des éoliennes à Salle Curan Départ du parking du château	André Berthomieu 06 88 73 54 97
J	11 Mai	13h30	3h30	150m	12,5km	66	La chapelle du Roc Départ place de la fontaine à Huparlac	Josiane et Christian Aussibal 06 41 96 54 42
	Du 12 au 17 mai						Séjour à Bordeaux	Odile et Jean Pierre Le Folgoc 06 17 46 08 12

	DATE	Départ	Durée	Difficulté Dénivelé	Distance	Km A/R	LIEU	RESPONSABLE	
S	13 Mai	13h30	2h00	* 200m	5km	28	Mini rando : Le Colombier – A la rencontre d'Adolphe Boisse Départ parking église de Bozouls	Jacques Le Minier 06 30 65 16 63	
D	14 Mai						Rando Challenge à Naucelle. 2 catégories : découverte, labellisé. Inscriptions auprès du Comité Départemental (Détails dans le dépliant « A chaque dimanche sa rando »)		Comité départemental 05 65 75 54 61
J	25 Mai	13h30	3h30	** 270m	13km	50	Le Roc des Cabres Départ place du taureau à Laguiole	Jacques Lopez 06 43 44 30 60	
		13h30	3h00	* 250m	9km	76	La Capelette près de Montézic Départ de la Capelette	Jean Marie Rous 06 70 61 83 22	
S	27 Mai	9h00	5h00	** 700m	15km	46	Transhumance à partir de St Geniez d'Olt avec le club local. Inscription obligatoire avant le 20 mai. Pique nique tiré du sac	André Berthomieu 06 88 73 54 97	
J	1er Juin	13h30	4h00	** 430m	13,5km	8	La rando des bois Départ parking église de Perse à Espalion	Gérard Lemouzy 05 65 44 15 40	
		13h30	2h30	* 240m	8,5km	18	Le ruisseau de Lauras Départ parking salle des fêtes de Lassouts	Josiane et Christian Aussibal 06 41 96 54 42	
J	08 Juin	8h00				70	Rando détente au Chalet du Bouyssou. Une balade pour tous Repas de midi truffade-saucisse offert par le club. Inscription obligatoire avant le 30 mai → Départ du chalet Marcel Paul au Bouyssou Pensez à amener vos couverts	André Berthomieu 06 88 73 54 97 Jean Marie Rous 06 70 61 83 22	
S	10 Juin	13h30	3h00	* 110m	7km	28	Mini rando : sur les traces de Denys Puech Départ parking église de Bozouls	Renée Thomas 05 65 66 38 77 – 06 83 34 57 95	
D	11 Juin						Brevet du randonneur Causse au Viala du Pas de Jaux Départ salle des fêtes entre 7h et 10h. 3 parcours au choix : 30, 22 ou 14 kms		André Berthomieu 06 88 73 54 97
Du 13 au 16 juin							Séjour à Vic sur Cère	François Ladet 06 82 52 67 82	
J	22 Juin	9h00	6h00	*** 560m	20km	33	Le vieux chemin Départ salle des fêtes de Prades d'Aubrac	Jean Marie Rous 06 70 61 83 22	
		13h30	3h00	** 340m	9,5km	36	Les ardoisières du Cayrol Départ parking Anglars du Cayrol	Laurent Neyrolles 06 07 52 03 02	
S	24 Juin	13h30	3h00	* 180m	7km	46	Mini rando : autour des 2 clochers Départ église de Coussergues	Renée Thomas 05 65 66 38 77 – 06 83 34 57 95	
D	25 Juin	8h30	4h30	* 460m	17,5km	116	Le Point Sublime et l'Ancize Départ place de l'église à St Georges de Lévéjac	André Berthomieu 06 88 73 54 97	
J	29 Juin	13h30	4h30	** 150m	16km	48	Le Bousquet Départ du Château du Bousquet	Jean Pierre Le Folgoc 06 17 46 08 12	
D	02 Juillet						Sortie familiale en autocar à l'étude Le programme vous sera communiqué ultérieurement		André Nayrac 06 78 96 24 75

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

<u>Niveau randonnées</u>	<u>1/2 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 du parking des HLM route de Saint Geniez à SAINT COME (après le magasin NETTO sur la droite en venant d'Espalion).

Si vous vous rendez sur place au départ de la randonnée, n'oubliez pas de prévenir l'animateur afin d'éviter tout malentendu.

Tarif covoiturage : La participation est de 8cts/km/pers hors péage autoroutier et **soumis à l'appréciation du conducteur et des personnes transportées.**

Le Président : André Berthomieu

La secrétaire : Ginette Rous - PROG93.DOC