



ASURANDONNÉE



Campagne, Montagne et Nature

Siège Social: Mairie de L'Union - 31240

Affiliée à la Fédération Française de Randonnée pédestre (N° 09717)

randoasu@gmail.com

<https://www.asurandonnee.org/>

Mars-Avril-Mai 2021

| Date | Dépt | RANDONNÉES | Resp | IGN | Départ | IBP | Km | Dénivelé | Temps |
|-----------------------------------|-----------|---|------|--------|----------------------|-----|----|----------|-------|
| Dimanche 7 Mars | 82 | Le Causse de St Antonin - Cazals | CR | 2140E | St Antonin Noble Val | 55 | 18 | 430 | 5H30 |
| Jeudi 11 Mars | 81 | Sentier du Chevreuil | GS | 2342SB | Paulinet | 78 | 18 | 650 | 5H30 |
| Jeudi 18 Mars | 81 | Autour de Loubers | CC | 2241SB | Amarens | 60 | 22 | 270 | 5H30 |
| Dimanche 21 Mars | 31 | Cornudere - Paloumere | CR | 1947OT | Arbas | 76 | 12 | 750 | 5H30 |
| Jeudi 25 Mars | 81 | Ambialet | JPS | 2341SB | Ambialet | 50 | 14 | 600 | 5H |
| Jeudi 1^{er} Avril | 11 | Caunes La Planette | MCL | 2445OT | Caunes-Minervois | 65 | 15 | 700 | 5H30 |

SUSPENSION TEMPORAIRE

| | | | | | | | | | |
|--------------------------|-----------|----------------------------------|-----|-------------|------------|----|----|-----|------|
| Dimanche 11 Avril | 31 | Hêtraie de Saleich | CC | 1946SB | Castagnede | 81 | 21 | 820 | 6H |
| Jeudi 15 Avril | 09 | Rocher de Miglos (1708 m) | MCL | 2148ET & OT | Larnat | 75 | 16 | 800 | 6H |
| Dimanche 25 Avril | 81 | La Passerelle de Hautpoul | CC | 2344ET | Hautpoul | 77 | 17 | 600 | 5H30 |
| Jeudi 29 Avril | 81 | Pech d'Emblanc | GS | 2344OT | Aussillon | 66 | 16 | 670 | 5H |

REPRISE ESPÉRÉE

| | | | | | | | | | |
|------------------------|-----------|---|-----|--------|-------------------------|----|----|-----|------|
| Dimanche 9 Mai | 09 | Sommet de Menties (1698 m) | MCL | 2047ET | Rabat-les 3-Seigneurs | 82 | 11 | 980 | 6H |
| Jeudi 13 Mai | 09 | Labastide de Serou | CR | 2047ET | Labastide de Sérrou | 73 | 21 | 630 | 6H |
| Jeudi 20 Mai | 32 | Cologne-Saint Germier -Saint Cricq | JPS | 1943E | Saint Cricq | 60 | 22 | 300 | 5H30 |
| Dimanche 23 Mai | 31 | Autour d'Aspet | CR | 1947OT | Aspet | 70 | 20 | 550 | 5H30 |
| Jeudi 27 Mai | 82 | Trou de La Gourgue | GS | 2140E | Saint Antonin Noble Val | 71 | 19 | 600 | 5H30 |

La programmation est en principe d'un jeudi et d'un dimanche sur deux avec un jeudi supplémentaire par mois pour une randonnée modérée.

Cette programmation est susceptible d'être modifiée en particulier en fonction des conditions météorologiques.

Indice IBP pour marcheur (euse) entraîné(e): **IBP<50: Facile** **50<IBP<70:modéré** **70<IBP<90:moyen** **IBP>90:Difficile**

« Le bonheur n'est pas au bout du chemin, il est le chemin »