



A S U R A N D O N N E E

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/>

Septembre-Octobre
Novembre-Décembre 2021

Date	Dépt	RANDONNÉES	Resp	IGN	Départ	IBP	Km	Dénivelé	Temps
Dimanche 05 septembre	09	Circuit des 4 cols	CR	2147OT	Arnave	78	15	820	5H30
Jeudi 09 septembre		Annulée (météo)							
Jeudi 16 septembre	11	Pic de Nore	CC	2344ET	Fournès	74	18	650	5H30
Dimanche 19 septembre	31	Pic du Gar et Saillant	CR	1947OT	Bezins-Garraux	111	13	1150	5H30
Jeudi 30 septembre	11	Puivert - Nébias en boucle	GS	2247OT	Puivert	48	18	350	5H
Dimanche 10 octobre	09	Pic de Saint Barthélémy par Moulzoune	MCL	2147ET, 2148ET	Montferrier	105	14	1015	6H15
Jeudi 14 octobre	82	Château de Cas - Espinas	JPS	2140E, 2240O	Cas	58	17	480	5H
Jeudi 21 octobre	09	Étang de Peyregrand	MCL	2148OT	Siguer	104	15	950	6H30
Dimanche 24 octobre	81	Hautpoul - Lac les Montagnès	CC	2344ET	Labrespy	71	16	730	5H30
Jeudi 28 octobre	11	Gouffre de Cabrespine (Visite gouffre)	GS	2345SB	Cabrespine	59	10	550	3H
Dimanche 07 novembre	81	Pampelonne - Las Planques	CR	2340SB	Pampelonne	90	20	900	6H
Jeudi 11 novembre	81	Trébas - Villeneuve sur Tarn (Visite Bergerie)	CR	2441O	Trébas	61	14	450	4H
Jeudi 18 novembre	09	Rocher de Miglos	MCL	2147ET	Norrat	87	14	840	6H30
Dimanche 21 novembre	31	Sentier des Pierres Sèches	JPS	1946O	Arnaud Guilhem	66	20	570	5H30
Jeudi 25 novembre	12	Najac (double boucle) Annulée (météo)	GS	2240E	Najac	64	17	600	5H30
Jeudi 02 décembre	82	Lac du Gouyre	JPS	2141E	St Maffre	62	20	400	5H30
Jeudi 09 décembre	81	Lac de Revel- Soreze	CC	2244SB	Lac St Ferréol	74	18	550	5H30
Dimanche 12 décembre	81	Le Sentier des Merveilles - Sidobre	MCL	2343ET	Crémaussel	70	21	750	6H30
Dimanche 19 décembre	82	Caylus- Notre Dame de Livron	CR	2140SB	Caylus	65	21	530	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 "