



ASURANDONNEE

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/>



Juillet -Août

Septembre 2022

Date	Dépt	RANDONNÉES	Resp	IGN	Départ	IBP	Km	Dénivelé	Temps
Dimanche 03 Juillet	09	Boucle de l'étang d'Artax	CR	2047ET 2147ET	Gourbit	85	12	970	5h30
Jeudi 07 juillet	82	Lavaurette-Vallée de St Symphorien	DGT	2140E	Lavaurette	54	21	220	5h30
Dimanche 17 Juillet	09	Les quatre étangs du Picot	MCL	2148OT	Soulcem	115	9	900	5h30
Jeudi 21 juillet	46	Saint Cirq Lapopie-Cabrerets	GS	2138OT	Saint Cirq la page	87	20	800	5h30
Dimanche 31 Juillet	81	Par monts et par vaux autour de Vabre	CVA	2342SB	Vabre	82	21	610	5h30
Jeudi 04 Août	09	Pic de Cabailère (2555m)	MCL	2148 OT	Aston	109	12	900	6h
Mardi 09 Août	81	La Fontaine des trois Evêques	CVA	2344ET	Sales (Lacabarède)	60	16	380	5h
Dimanche 14 Août	09	Roc de la Gourgue	CR	2147ET	Montferrier	79	15	640	5h30
Jeudi 18 Août	11	Entre forêts et rigoles - Bassin du Lampy	DGT	2344OT	Bassin du Lampy neuf	62	21	390	5h30
Dimanche 28 Août	81	Vallée de Bonnan au moulin de la Laussière	CVA	2241SB	Milhars	70	18	470	5h30
Jeudi 01 Septembre	81	Roussergues - Falaise de la croix	GS	2141SB	Granier (Penne)	60	16	600	5h
Mercredi 07-Samedi 10 Septembre	65	SÉJOUR GAVARNIE	MCL						
Dimanche 11 Septembre	09	Les tunnels de Decauville en vallée d'Orle	JPS	2048OT	Bonac-Irazein	55	12	580	5h
Jeudi 15 Septembre	81	Autour du ruisseau de Candour	JPS	2240E	St Martin Laguépie	70	19	420	5h30
Jeudi 22 Septembre	09	Etang de la Hilette et étang d'Alet	MCL	2048OT	Cirque de Cagateille	116	12	1050	6h
Vendredi 23-Mardi 27 Septembre	66	SÉJOUR Vernet-les bains - Canigou	CR						

Le logo "Rando Moderato" indique une randonnée accessible à toutes & tous, des groupes de niveau encadrés chacun par un animateur permettront à chacun de trouver son rythme .

La programmation est en principe d'un jeudi et d'un dimanche sur deux avec un jour 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 »

