



Dates	DIMANCHE Itinéraires	Altitude-m mini maxi	Dénivelé cumulé	Distance km	Niveau difficulté	Rdv Pk Petit Auchan heure	Animateurs
14/09/25	L'Hospitalet curiosités géologiques	530 816	450 m	16 kms	R1/R2	8h	DOMERGUE Luc
21/09/25	Castanet le Haut Le Castelas	437 820	440 m	14,5 kms	R1	8h	COMBES Patricia
28/09/25	Rosis Col de la Pierre plantée	355 845	630 m	16,5 kms	R2	8h	LOPEZ Daniel
05/10/25	Andabre Fete de la randonnée FFRP			9/14/16 kms			3 Circuits proposés
12/10/25	Murles L'Arnède à Caravette	128 288	390 m	16 kms	R1/R2	8h	FALCOZ Jean-Marie
19/10/25	Douch Le Roc de Mato Capel	894 1083	504 m	13,7 kms	R3	8h	COMBES Patricia
26/10/25	Prémian Sentier de la Mémoire	245 720	770 m	17,5 kms	R2/R3	8h	LOPEZ Daniel
02/11/25	Vieussan La Tour du Pin	148 653	850 m	14 kms	R3	8h	DOMERGUE Luc
09/11/25	Siran Le Circuit des Dolmens	96 365	374 m	18 kms	R1+	8h	COMBES Patricia
16/11/25	Issanka La Gardiole	17 223	460 m	16 kms	R2	8h	FALCOZ Jean-Marie
23/11/25	Saint Jean de Fos ANNULEE	60 565	880 m	18 kms	R2/R3	8h	LOPEZ Daniel
30/11/25	Saint Jean de Minervois Bois de Mounio	188 370	525 m	18,510 kms	R2	8h	LOPEZ Daniel
07/12/25	Vailhan Les Crozes	154 413	439 m	15 kms	R1+	8h	COMBES Patricia
14/12/25	Villeneuve Cretes du Cayla Belvédère la Ramasse	116 290	550 m	17 kms	R2	8h	DOMERGUE Luc
21/12/25	Cabrières Saint Gély d'Arques	100 334	515 m	17 kms	R1/R2	8h	LOPEZ Daniel

Dates	JEUDI Itinéraires	Altitude-m mini maxi	Dénivelé cumulé	Distance KM	Niveau difficulté	Rendez-vous Bd Yves Nat	Animateurs
18/09/25	Ceps, Vieussan, L'Ayrolle	90 329	474 m	12,5 kms	R1	8h	SOLIGNAC Bernard
25/09/25	Combes, Foret des Ecrivains Combattants	429 771	485 m	13 kms	R1	8h	DOMERGUE Luc
02/10/25	Pardailhan, Roc des Contentes	610 817	400 m	15,5 kms	R1	8h	ESCOLANO René
09/10/25	Cessenon, Réals	31 154	168 m	15 kms	R1	8h	ESCOLANO René
16/10/25	La Liquière, Cabrerolles	164 477	400 m	15 kms	R1	8h	ESCOLANO René
23/10/25	Sorbs, les Vallées sèches REPORTÉE	461 743	500 m	15 kms	R1	8h	SOLIGNAC Bernard
30/10/25	Sorbs, les Vallées sèches REPORTÉE	461 743	500 m	15 kms	R1	8h	SOLIGNAC Bernard
06/11/25	Sorbs, les Vallées sèches ANNULEE	461 743	500 m	15 kms	R1	8h	SOLIGNAC Bernard
13/11/25	Berlou REPORTÉE AU 18/12/25	160 280	340 m	13,5 kms	R1	8h	SEGURET Patrick
20/11/25	Abbaye de Valmagne, Saint Pons de Mauchiens	50 190	246 m	16,5 kms	R1	8h	SOLIGNAC Bernard
27/11/25	Prades Vernazobres, Col du Lac	80 400	390 m	15 kms	R1	8h	SOLIGNAC Bernard
04/12/25	Mérifons, Chateau de Malavielle	168 432	350 m	14 kms	R1	8h	DOMERGUE Luc
11/12/25	Montpeyroux, la Grotte des Fées	236 559	425 m	15 kms	R1	8h	ESCOLANO René
18/12/25	Berlou	160 280	340 m	13,5 kms	R1	8h	HANSEN Yves / SEGURET Patrick

1

1

ANIMATEURS

Nom	Téléphone
CABROL Pierre	06 62 93 22 28
COMBES Patricia	06 19 23 93 40
DELHAY Patricia	06 70 23 91 54
DENIS Patrick	06 37 16 63 04
DOMERGUE Luc	06 87 96 41 23
ESCOLANO René	06 72 41 53 25
FALCOZ Jean-Marie	06 62 80 77 92
HANSEN Yves	06 78 56 54 27
LOPEZ Daniel	06 42 29 53 72
PAUL Jean Pierre	06 81 38 35 12
SEGURET Patrick	06 86 04 25 73
SOLIGNAC Bernard	06 09 09 33 66