

RANDONNEES PEDESTRES MARCHEURS MOYENS



- **Le Samedi après-midi ou à la Journée**
- **Durée** : entre 2 h et 4 h , selon la saison
- **Dénivelée cumulée** : de 100 à 500 m en fonction de la saison et du temps
- **Si temps incertain**, téléphoner à un animateur pour s'assurer si randonnée maintenue.
- **Petits conseils amicaux** : il est indispensable de se munir d'un vêtement de pluie, de chaussures de marche montantes (et de chaussures de rechange pour monter dans les voitures).
- **Départ du local** : **13 h** , sauf cas particuliers
- **La destination de la randonnée**, pourra être modifiée par les animateurs, en fonction de la météo
- **Renseignements complémentaires** : GERARD ou CLAUDE G.
Tél. fixe : 06 84 28 19 85 – 06 78 25 21 24

Jour Date	Dénomination rando / Point de départ	Kms	Durée	Dénivelée cumulée
21/09	COTTEUGES Park centre Cotteuges(Anniv. Solange) avec raccourci	10	3h	307 m
28/09	LE PUY DE LOUCHADIERE Park 1 km av. Beauregard sur D 576	11,5	3h 30	385 m
04/10	WEEK-END du 4 et 5 Octobre à Ardes sur Couze			
12/10	Journée Du Col de la Nugère au park du Col de Ceysnat Départ 9h	18	6h	800 m
19/10	ENTRE la SEP et la MORGE Park mairie St Hilaire la Croix	14,5	3h 45	440 m
27/10	Journée Les Feuilles Mortes à Chanteuges Départ à 7h 30			
02/11	Journée RANDONNEE GOURMANDE Dép 9h -Park Sauxillanges	19	5h 30	800 m
09/11	LE SENTIER AUX LOUPS Park à Courgoul	12,5	4h	705 m
16/11	GRAND SUCHET - PARIOU Park du Pariou ap. Fontaine du Berger	12	3h	450 m
23/11	LES COTEAUX ET LA CHAUX Park Hôtel en haut Le Broc	16	4h	385 m
30/11	LE BOIS DE BORD Park de l'église à Sugères	13	3h 30	295 m
07/12	LA CROIX DE TERNANT Park au-dessus église Chanat la Mouteyre	13,5	3h 45	400 m
14/12	LA VALLEE DES PRADES Park étang des Prades sur D 78	11,5	3h	395 m
21/12	BUSSEOL Park cimetièrre au bas du village de Mirefleurs	10,5	2h 30	320 m
04/01	CEYRAT – REDON – ARTIERE Park des gorges à Ceyrat	10	2h 30	250 m
11/01	LE CREST Park mairie à Chanonat	11	3h	355 m
18/01	SUR LES PAS DE LA REINE MARGOT Park en bas d'Usson	12	3h 30	400 m
25/01	LE PUY DE ST SANDOUX Park place du fort à St Sandoux	9	2h 45	355 m
01/02	Sortie Raquettes			
08/02	SUR LES HAUTEURS DE COMBRONDE Park mairie Combronde	15	4h	395 m