

# 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

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