

Calendrier des marches du mardi 9 mai au mardi 14 févr4 juilletier 2023

Le départ se fait devant les AVF à 13h30 min précises, le programme peut être modifié en fonction de la météo et des contraintes particulières. **En cas de fortes chaleurs les randonnées se feront le matin.**

Date Organisateur	Circuit	Départ de la balade	Longueur (en Km)	Dénivelé (en m)	Niveau (*)	Km A/R depuis l'AVF	Participation au covoiturage (**)
09/05 Jean-Luc R.	Roco des Cammazes	Le Lampy vieux	10	100	2	51	2.30 €
16/05 Jean-Claude	Les Cabanelles Château de Ramondens	Les Cabanelles	11	216	2	55	2.50 €
23/05 Jean-Luc C.	Les Martyrs- Campmas	Les Martyrs	10	150	2	87	4.00 €
30/05 Didier	Cascade du Mouscaillou	La Blancarié Les Escoussens	10	380	3	45	2.10 €
6/06 Jean-Luc C.	Limousis	Parking de la grotte	10	373	3	106	4.90 €
13/06 Jean-Luc R.	Laurabuc	Laurabuc	9	256	3	64	3.00 €
20/06 Didier	La fontaine des 3 Evêques	Hameau de Salles (Lacabarède)	14	315	3	128	5.90 €
27/06 Jean-Claude	Circuits des Bornes	Arfons	8.6	197	3	38	1.80 €
04/07 Jean-Luc R.	Boucle de la Hille	Fangeaux	12	316	3	82	3.30 €

(*) A titre indicatif, Niveaux de difficulté :

Niveau 1 : - balade facile pour tous

Niveau 2 : entre 8 et 12 km avec un dénivelé faible < à 200 m

Niveau 3 : distance > à 12 km ou dénivelé > à 250 m.

(**)Participation établie à partir des sites dédiés au covoiturage

Coordonnées des organisateurs : Jean-Claude DUCOURANT tél 07 88 04 11 65
Jean-Luc RIMAUD tél 06 45 12 42 08
Didier CHAMPENOIS tél 06 79 38 98 20 ;
Jean-Luc COMBA : tél 06 35 93 94 47

Rappel : les participants doivent être à jour de leur cotisation AVF et avoir un certificat médical autorisant cette activité