

Calendrier des marches du vendredi 12 janvier au 5 avril 2024

Le départ se fait devant les AVF à 13h30 min précises, sauf **pour les marches à la journée où le départ de l'AVF est prévu à 9h.**

Date	Circuit	Départ de la balade	Longueur estimée (en Km)	Dénivelé (en m)	Niveau (*)	Km A/R depuis l'AVF	Participation covoiturage Base : 0.055€/km
12/01	Caraman : lac de l'orme blanc, le castrum	Lac de L'Orme blanc	6.3 kms	185	2	50	2.70 €
19/01	Verdun Lauragais	Mairie de Verdun	4.1 kms	150	3	36	2.00 €
26/01	Toutens : boucle du Pistouille	Eglise de Toutens	7.4 kms	70	2	46	2.50 €
2/02	Lac de Thésauque	Parking du lac	5.6 kms	10	1	78	4.30 €
9/02	Mourvilles Hautes	Parking entrée village	6.6 kms	90	2	36	2.00 €
	Vacances de février						
1/03	Montgey route des crêtes et visite château	Parking pied du château			1	20	1.10 €
8/03	Col de Fangas haut et le Bombadou	Col du Fangas	5.5 kms	90	2	70	3.85 €
15/03	Cambiac et ses collines	Place centrale Cambiac	6.3 kms	110	2	42	2.30 €
22/03	Gardouch : les collines du lauragais	Gardouch	à repérer	120	2	62	3.40 €
29/03	En suivant le Linon	Villaret – bord de la mare	5.4 kms		2	62	3.40 €
5/04	Montalric-Grangevielle	Grangevielle	6.3 kms	140	2	32	1.70 €
	Vacances de printemps						

Merci de nous préciser chaque semaine si vous serez des nôtres et si vous pourrez participer éventuellement au covoiturage

A titre indicatif, Niveaux de difficulté : **Niveau 1** : - balade facile pour tous ; **Niveau 2** dénivelé faible < à 100 m ; **Niveau 3** : distance > à 7km ou dénivelé > à 200 m.

(**)Participation établie à partir des sites dédiés au covoiturage et arrondie à la dizaine de centimes la plus proche
Coordonnées des organisateurs : Evelyne GARCIA tel : 06 65 69 83 83 Michèle MARC : 06 52 61 13 30 Jean-Claude DUCOURANT tél 07 88 04 11 65, Francis MARTY 06 08 62 96 72 francis.marty393@gmail.com

Rappel : les participants doivent être à jour de leur cotisation AVF et avoir un certificat médical autorisant cette activité de moins de 2 ans