

Programme des randonnées : septembre - octobre - novembre - décembre 2023

Chaussures de marches à tige rigide et semelles crantées obligatoire.

Difficulté : 1 facile - 2 moyenne - 3 difficile

Prévoir vêtements chaud, boisson et barre énergétique. Pour diverses raison, les randonnées peuvent être modifiées ou annulées, contacter l'animateur ou consulter votre boîte mail. **Si l'enneigement le permet, les randonnées peuvent être remplacées au dernier moment par une sortie raquettes, prévoir le matériel nécessaire en permanence dans la voiture.**

Lundi randonnée – Aurillac 2h30 à 3h environ - Départ 13h15 - Parking Georges Pompidou								Lundi mini randonnée – Aurillac 1h30 environ - Départ 13h30 - Parking Georges Pompidou						
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Responsables
11-sept.	Thiezac (La Tuillière)	Pkg G. POMPIDOU	13				Jean Luc - Gilbert	11-sept.	Badailhac (les Huttes)	Pkg G. POMPIDOU				Jean Pierre - Françoise
18-sept.	Saint Clément	Pkg G. POMPIDOU	11				Yvette - Joëlle	18-sept.	Saint Mamet	Pkg G. POMPIDOU				Andrée – Mireille P
25-sept.	À définir..... (cf blog)	Pkg G. POMPIDOU						25-sept.	À définir.....	Pkg G. POMPIDOU				
02-oct.	Thiézac (pas des Roc)	Pkg G. POMPIDOU	10				Odile – Mireille P	02-oct.	Ytrac	Pkg G. POMPIDOU				Andrée – Marie Paule
09-oct.	Saint Illide	Pkg G. POMPIDOU					Michel M – J Louis M	09-oct.	À définir.....	Pkg G. POMPIDOU				
16-oct.	Junhac	Pkg G. POMPIDOU	10				Joëlle - Martine	16-oct.	Saint Saury	Pkg G. POMPIDOU				Michel M - Guylaine
06-nov.	Laveissière	Pkg G. POMPIDOU	10				Jean Louis A - Gérard	06-nov.	Vixouze	Pkg G. POMPIDOU				Andrée - Pierrette
13-nov.	Labrousse	Pkg G. POMPIDOU	8				Michel G – Mireille M	13-nov.	Lacapelle Viescamp	Pkg G. POMPIDOU				Jean Pierre - Françoise
20-nov.	Couffins	Pkg G. POMPIDOU	9				Jean Luc – Jean Louis M	20-nov.	Rouziers	Pkg G. POMPIDOU				Jean François - Pierrette
27-nov.	Rouziers	Pkg G. POMPIDOU	11				Michel M – Mireille M	27-nov.	Velzic	Pkg G. POMPIDOU				Michel G - Pierrette
04-déc.	Saint Jean de dône	Pkg G. POMPIDOU	10				Jean Louis A – Mireille M	04-déc.	Cayrols	Pkg G. POMPIDOU				Jean François - Pierrette
11-déc.	Badailhac (les Huttes)	Pkg G. POMPIDOU	11				Michel G – Jean Pierre	11-déc.	Arpajon	Pkg G. POMPIDOU				Andrée – Mireille P
18-déc.	Arpajon (Crespiat)	Pkg G. POMPIDOU	9				Jean Luc – Jean Pierre	18-déc.	Marcoles (l'Enseigne)	Pkg G. POMPIDOU				Michel M - Pierrette

Lundi randonnée – Vallée de l'Authre Départ 13h30 de la Salle Polyvalente de Jussac								Lundi randonnée – Sud Cantal Départ à 13h - Environ 3h de marche						
Date	Destination	Lieu de RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Responsables
11-sept.	Tour du Griou	Col du Perthus	10		3 H	2	Philippe - Claude	18-sept.	Roumégoux	Place village-église	10			Tous les animateurs
18-sept.	Le Chaumeil à St Cirgues de J	Les gorges	8		3 H	2	Dominique - Pierre	25-sept.	Lacapelle-Viescamp	Puech des Ouilles	10			Tous les animateurs
25-sept.	Faillitoux - Elancèze - Jrnée Dép 8H	Lasmolinerie	15		6 H	3	Philippe - Claude	02-oct.	Pertus Puy Griou – Jrnée dép 9h30	Col du Pertus	14			Tous les animateurs
02-oct.	La Roche à Le Fau	La Bastide	7		2H30	2	Claude - Alex	09-oct.	Siran	Place de l'église	10			Tous les animateurs
09-oct.	Vallée du Lagnon à AlbePierre	AlbePierre	11		04 H	2	Dominique - Pierre	16-oct.	Le Fel – Jrnée dép 9h30	Place de la mairie	14			Tous les animateurs
16-oct.	Giou de Mamou	Cimetière Giou	8		3 H	2	Pierre - Philippe	23-oct.	La Chourlie	Place de l'église	12			Tous les animateurs
23-oct.	La Roquaise à Laroquebrou Jrnée Dép 9h30	Foirail Laroquebrou	15		6 H	2	Dominique - Claude	30-oct.	Rouziers	Place de l'église	12			Tous les animateurs
06-nov.	Marmahnac (H d'Hiver 13h15)	Place de la mairie	10		4 H	3	Philippe - Pierre	06-nov.	Roannes St Mary	Salle polyvalente	9			Tous les animateurs
13-nov.	Ladinhac	Mairie	8		3 H	2	Alex - Claude	13-nov.	St Mamet	Place de l'an 2000	9			Tous les animateurs
20-nov.	Le Fel - Jrnée Dép. 8h	Entrée Le Fel	12		4 H	2	Dominique - Philippe	20-nov.	Aurillac	Pkg du cimetière	12			Tous les animateurs
27-nov.	Ayrens Les Enfarinas	Eglise	8		3 H	2	Dominique -Alex -Gérard	27-nov.	Omps	Pkg Foucault	11			Tous les animateurs
04-déc.	Carlat - Chemin du Suc	Terrain de foot	7		2H30	2	Alex - Gérard - Dominique	04-déc.	La Ségalassière	Place de l'église	11			Tous les animateurs
11-déc.	Tour d'Ytrac	Dojo	9		3 H	2	Alex - Gérard	11-déc.	St Antoine	Pkg du village	10			Tous les animateurs
18-déc.	Jussac	Salle Polyvalente	9		3 H	2	Tous	18-déc.	Sansac de Marmiesse	Place de la mairie	10			Tous les animateurs

Mardi randonnée – Pays de Montsalvy 2h à 3h env. - Départ 13h30 de la salle polyvalente de Montsalvy								Jeudi randonnée - Montsalvy 2h env. - Départ 13h30 de la salle polyvalente de Montsalvy						
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Responsables
12-sept.	Lafeuillade-Peyrot-Lacapelle La Rongière	Salle Polyvalente	10				Georges-Lulu	14-sept.	Le Fel Le Fond De La Côte	Salle Polyvalente				Raymonde
19-sept.	Roussy-Le Fel-Crestes-Le fond de la côte	Salle Polyvalente	9				Christine-Pierre	21-sept.	Lafeuillade Perrot	Salle Polyvalente				Raymonde
26-sept.	Les Melicoms St Simon	Salle Polyvalente	11				Lulu-Robert	28-sept.	Sansac Veinazes	Salle Polyvalente				Raymonde
03-oct.	Ginolhac-Le Rouquet-Le Lavadou-Le Vernassal	Salle Polyvalente	10				Dominique-Pierre	05-oct.	Ginolhac Empierre	Salle Polyvalente				Raymonde
10-oct.	Estaing- Le village d'Annat	Salle Polyvalente	11				Georges-Christine	12-oct.	Auberoque le Moulin de Nadal	Salle Polyvalente				Raymonde
17-oct.	Cours- La Chourlie	Salle Polyvalente	11				Lulu-Pierre	19-oct.	Fraysses le Meyniol	Salle Polyvalente				Raymonde

24-oct.	Ladinhac-Lasbordes-Vachand	Salle Polyvalente	10,5				Christine Dominique	26-nov.	Le Tour De Lafeuillade	Salle Polyvalente				Raymonde
31-oct.	Le Prat-LeMurgat-Le Vignal	Salle Polyvalente	9				Pierre-Robert	02-nov.	Les Pistes de Cassos	Salle Polyvalente				Raymonde
07-nov.	Campouriez- Les pistes du fajol	Salle Polyvalente	10				Lulu-Georges	09-nov.	Lapeyrugue Lasparro	Salle Polyvalente				Raymonde
14-nov.	Ladinhac-le Fau-Chauzy	Salle Polyvalente	9				Dominique-Robert	16-nov.	Entraignes Le Panorama	Salle Polyvalente				Raymonde
21-nov.	Sansac-Veinazès-Brammarie	Salle Polyvalente	10				Christine-Pierre	23-nov.	Junhac Arse	Salle Polyvalente				Raymonde
28-nov.	Banhars - Camin d'olt - Soulhol	Salle Polyvalente	9,5				Lulu-Robert	30-nov.	Laroquechauffray	Salle Polyvalente				Raymonde
05-déc.	Le Prat- Côte du Puech- Maubert	Salle Polyvalente	8,5				Georges-Dominique	07-déc.	Cap Del Bos Etang du Lac	Salle Polyvalente				Raymonde
12-déc.	Montsalvy-Arses-Junhac-Lacamp	Salle Polyvalente	10				Pierre-Christine	14-déc.	Montsalvy Bois de Momaur	Salle Polyvalente				
19-déc.	Montsalvy-Bois de Momaur	Salle Polyvalente	8,5				Robert-Lulu	21-déc.	Montsalvy Lacam	Salle Polyvalente				Robert

Jeudi randonnée 1 – Aurillac Journée - Départ 9h - Prévoir pique-nique								Jeudi randonnée 2 – Aurillac Journée(allure plus modérée) - Départ 9h30 - Prévoir pique-nique						
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Responsables
14-sept.	Mandailles	Peyrolles	17	800			Yvette - Joëlle	14-sept.	Velzic	Peyrolles	15	150		Gérard - Gilbert
21-sept.	Labastide du Fau	Peyrolles	17	850			Suzanne – Jean Paul	21-sept.	Thérondeils Dép. 9h	P Pompidou	14	310		Michel G - Guylaine
28-sept.	Grand Vabre (Conques)	P Pompidou	16	900			Joëlle – Jean Pierre	28-sept.	Col du Pertus	P Pompidou	16	350		Odile - Françoise
05-oct.	Boisset (les 4 vallées)	P Pompidou	21	900			Gérard - Yvette	05-oct.	Prat de Bouc (le Ché) Dép. 9h	P Pompidou	17	500		Joëlle – Jean Pierre
12-oct.	Rando Aveyron Départ 8h	P Pompidou					(infos à suivre)	12-oct.	Rando Aveyron Dép. 8h	P Pompidou				
19-oct.	Saint Jacques (le plomb)	P Pompidou	14	900			Suzanne – Jean Paul	19-oct.	Dienne	P Pompidou	15	500		Jean Louis A - Gilles
								26-oct.	Col de Néronne	Cimetière	15	500		Jean Luc - Gilbert
09-nov.	Mandailles	Peyrolles	17	800			Gérard - Yvette	09-nov.	Goules (Tours de Merles) visite guidée + dégustation Dép. 9h	P Pompidou	12	420		Jean pierre - Françoise
16-nov.	Cros de Ronesque	P Pompidou	18	700			Jean Paul - Suzanne	16-nov.	Chalinargues (lac du pêcher)	P Pompidou	15	350		Jean Louis A - Guylaine
23-nov.	Carlat	P Pompidou	20	550			Joëlle - Gérard	23-nov.	Boisset	P Pompidou	15	400		Michel M – Mireille M
30-nov.	Saint Julien de Jordanne	Peyrolles	13	800			Gérard - Bernard	30-nov.	La Vinzelle	P Pompidou	17	300		Jean Pierre – Michel G
07-déc.	Thiézac	P Pompidou	19	900			Suzanne – Jean Paul	07-déc.	Prunet	P Pompidou	16	340		Jean Louis A - Martine
14-déc.	Laroquebrou	Cimetière	18	500			Jean Luc - Bernard	14-déc.	Camps (Mercoeur)	P Pompidou	15	350		J. pierre – Mireille P
21-déc.	Rando de Noël	P Pompidou						21-déc.	Rando de Noël	P Pompidou				

Vendredi grande randonnée – Ytrac Départ 13h30								Vendredi petite randonnée – Ytrac Départ 13h30						
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Responsables
15-sept.	Malbo	La Vidalie	15	280	5h30		Marc - Françoise	15-sept.	Lafeuillade	la Ponétie	8			Marcelle – Richard
22-sept.	Saint Chamant	C Ep Vialenc	15	550			Hervé - Jean-Louis	22-sept.	Jou/Monjou	la Ponétie	8			Nadine – Françoise
06-oct.	Naucelles Reilhaguet	Naucelles	13,5	400	4h		Richard – Pascal	06-oct.	Boisset Manhès	Sansac	9			Évelyne – Marcelle
13-oct.	Badailhac	La Vidalie	12				Marc – Evy	13-oct.	Badailhac	La Vidalie	8,5			Jean – Nadine
20-oct.	Carlat	La Vidalie	17	500			Gilles – Ginette	20-oct.	Laroquevieille	C Ep Vialenc	6			Pascal – Jean-Louis
27-oct.	Leucamp	La Vidalie	10	350			Jean-Louis – Richard	27-oct.	Nieudan	Dojo Y	9,5			Jean – Gilles
03-nov.	St Etienne de Carlat	La Ponétie	10	350			Nadine – Marc	03-nov.	Vézac	la Ponétie	7			Ginette – Marcelle
10-nov.	Vitrac (Trou du Diable)	Sansac	10	230			Pascal – Richard	10-nov.	Sansac Branviel	Sansac	9			Évelyne – Gilles
17-nov.	Sansac Veinazès	La Ponétie	12	250			Jean – Jean-Louis	17-nov.	Polminhac	la Ponétie	9			Evy – Françoise
24-nov.	Saint Simon	Peyrolles	11,5	450			Gilles – Évelyne	24-nov.	Laroquebrou	Dojo Y	7			Pascal – Hervé
01-déc.	Saint Illide	C.Ep Vialenc	12	300			Françoise – Pascal	01-déc.	Le Rouget	Sansac	6			Nadine – Ginette
08-déc.	Vézac	La Ponétie	11	300			Marcelle – Jean-Louis	08-déc.	Roumégoux	Sansac	9			Françoise – Evy
15-déc.	Rando de Noël	Pkg Golf Hte Auvergne					Évelyne – Hervé	15-déc.	Rando de Noël	Parking Golf				Évelyne – Hervé

Vendredi randonnée – Vallée de l'Authre Départ de la Salle Polyvalente de Jussac														
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Responsables
15-sept.	Brezons - Départ Sanissage 8h	Salle Polyvalente	15		6 H	3	Claude - Pierre - Philippe	06-oct.	Siran - Départ Siran 8h	Salle Polyvalente	17		7 H	Tous les animateurs

Aurillac : Andrée T 06.32.39.09.03 ; Bernard 06.82.26.58.58 ; Françoise 06.61.06.07.97 ; Gérard G 06.83.84.99.56 ; Gilbert 06.03.85.77.49 ; Gilles 06.43.85.17.41 ; Guylaine 06.42.68.07.96 ; J.François 06.43.77.80.79 ; J.Louis A 06.47.72.33.71 ; J.Louis M 06.30.66.69.47 ; J.Luc 06.03.85.77.49 ; J.Paul 04.71.47.13.91 ; J.Pierre A 06.32.37.74.73 ; Joëlle 06.70.73.52.43 ; M.Liesse 06.75.40.92.75 ; M.Paule 06.71.84.53.81 ; Martine 06.40.29.54.12 ; Michel G. 06.59.72.17.64 ; Michel M. 06.09.59.92.92 ; Mireille M. 06.70.92.75.62 ; Mireille P. 06.88.09.39.08 ; Odile 06.85.19.07.68 ; Pierrette 06.83.93.05.34 ; Suzanne 04.71.47.13.91 ; Yvette M 06.81.57.64.18 - **Sud Cantal** : Yvette & Tintin 06.56.72.14.93/06.56.82.50.95 ; Patrick 06.74.80.34.68 ; Jacques 06.13.09.17.67 ; Maryse 04.71.43.31.40 - **Vallée de l'Authre** : Dominique 06.78.75.97.43 ; Gérard 07.85.09.93.97 ; François 06.47.04.77.88 ; Alex 06.75.75.64.04 ; Antoine 06.08.92.83.78 ; Claude 06.31.16.12.55 ; Pierre 06.51.79.71.32 ; Philippe 06.77.09.90.72 - **Montsalvy** : Robert 06.76.46.32.74 ; Georges 06.70.40.92.72 ; Lulu 06.32.83.88.75 ; Raymonde 06.85.24.12.87 ; Christine 06.70.74.88.24 ; Dominique 06.72.74.10.60 ; Pierre 06.83.41.80.11 - **Ytrac** : Marcelle 06.79.73.67.08 ; Huguette 06.77.78.53.55 ; Ginette 06.32.58.51.83 ; Evelyne 06.10.56.00.40 ; J.Louis 06.52.80.36.73 ; Nadine 06.33.69.38.94 ; Hervé 06.41.11.84.45 ; Pascal 06.32.59.73.74 ; Jean 06.07.22.18.01 ; Françoise 06.81.09.62.75 ; Marc 06.50.32.20.28 ; Nicole 06.75.82.88.75 ; Evy 06.83.53.12.01 ; Richard 06.80.76.28.94 ; Gilles 06.07.76.03.65.