

Programme des randonnées : septembre – octobre – novembre – décembre 2025 **ACTUALISE**

Chaussures de marches à tige rigide et semelles crantées obligatoire. 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 ou le site internet de l'association

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	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables
8 sept	Mandailles – St Julien	Pkg G. Pompidou	10	350	J Louis A – J Louis M	8 sept	Roannes St Mary	Pkg G. Pompidou	5,5	150	J Pierre - Françoise
15 sept	Thiezac – (tour du Griou)	Pkg G. Pompidou	7,5	500	Gilbert – Jean Pierre	15 sept	St Jacques (le Pertus)	Pkg G. Pompidou	5	150	Odile – M Paule
22 sept	Mandailles – (col de Cabre)	Pkg G. Pompidou	9	450	Joëlle - Gilles	22 sept	Cros de Montvert	Pkg G. Pompidou	6	150	Michel M – Andrée
29 sept	St Chamant	Pkg G. Pompidou	12	300	Michel M – Martine	29 sept	St Simon	Pkg G. Pompidou	6	150	Andrée – Suzanne
6 oct	Freix Anglards	Pkg G. Pompidou	7	250	Mireille P – Alain P	6 oct	Sansac de Marmiesse (golf)	Pkg G. Pompidou	5	100	J Pierre – Françoise
13 oct	Lapeyrugue	Pkg G. Pompidou	8	250	Michel G – J Louis M	13 oct	Jussac	Pkg G. Pompidou	6	150	Andrée – M Paule
20 oct	St Martin Cantalès	Pkg G. Pompidou	10	300	J Luc – Gilbert	20 oct					
3 nov	St Projet De Salers	Pkg G. Pompidou	9	300	Guylaine – Martine	3 nov	Rouziers	Pkg G. Pompidou	6	50	J François – Pierrette
10 nov	Arpajon sur Cère (la Plantelière)	Pkg G. Pompidou	11	320	Gilbert – Alain	10 nov	St Paul des Landes	Pkg G. Pompidou	6	50	J François - Andrée
17 nov	Cassaniouze (Gintrac)	Pkg G. Pompidou	9	250	J Pierre – Mireille M	17 nov	Sansac de Marmiesse	Pkg G. Pompidou	6	150	Andrée – Françoise
24 nov	Cayrols	Pkg G. Pompidou	11	250	Michel M – J Luc	24 nov	Leucamp	Pkg G. Pompidou	6	150	J Louis A – M Paule
1 ^{er} déc	Boisset	Pkg G. Pompidou	9	300	Gilles – Bernard	1 ^{er} déc	Belbex	Pkg G. Pompidou	5,5	30	J François – Pierrette
8 déc	Vitrac	Pkg G. Pompidou	10	300	Joëlle – Martine	8 déc	Carbonnat	Pkg G. Pompidou	6,5	120	Andrée – Pierrette
15 déc	Omps	Pkg G. Pompidou	8	140	Mireille P – Mireille M	15 déc	St Etienne Cantalès	Pkg G. Pompidou	6	80	Michel M – Andrée
Jeudi randonnée 1 Aurillac – Départ 9 heures – prévoir pique nique						Jeudi randonnée 2 – Aurillac - Allure plus modérée – départ 9h30 – prévoir pique nique					
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	déni	Responsables
11 sept	St Jacques (le Plomb)	Pkg G. Pompidou	18	850	Suzanne – J Paul	11 sept	Riom es Montagnes (D 9H00)	Pkg G. Pompidou	16	350	J Louis A – Martine
18 sept	St Julien (le courpou)	Pkg G. Pompidou	12	850	Gérard – Gilbert	18 sept	Comblat	Pkg G. Pompidou	17	400	Odile – J Louis M
25 sept	Marcihac – Vallon (D 8H30)	Pkg G. Pompidou	20	400	Suzanne – J Paul	25 sept	Auriac l'Église (D 9H00)	Pkg G. Pompidou	14	500	Guylaine – Gilles
2 oct	St Urcize + Bus + Repas	Infos à suivre	22	600	Michel M – J Paul – Gilles Suzanne	2 oct	St Urcize + Bus + Repas (D 9H00)	Infos à suivre	17	400	Michel M – J Paul – Gilles Suzanne
9 oct	Lavigerie (Niermont)	Pkg Peyrolles	18	650	Suzanne – J Paul	9 oct	Le Claux (col de Serre) (D 9H00)	Pkg G. Pompidou	16,5	500	Joëlle – Gilles
16 oct	Le Falgoux	Pkg G. Pompidou	19	800	Gilles – J Paul	16 oct	St Cernin (Anjoigny)	Pkg G. Pompidou	14	400	Mireille P – Martine
23 oct						23 oct	Laroquebrou + resto	Pkg G. Pompidou	15	300	J Luc – Bernard
6 nov	Malbo	Pkg G. Pompidou	18	750	Suzanne – J Paul	6 nov	Dienne (D 9H00)	Pkg G. Pompidou	16	550	Gilles – Guylaine
13 nov	Lapeyrugue	Pkg G. Pompidou	17,5	800	Suzanne – Pierre	13 nov	Couesque – St Hippolyte (D 9H00)	Pkg G. Pompidou	14	450	Joëlle – J Pierre
20 nov						20 nov	Parlan	Pkg G. Pompidou	15	250	Gérard – Alain
27 nov	Cros de Ronesque	Pkg G. Pompidou	19	750	J Paul – Pierre	27 nov	La Val de Cère	Pkg G. Pompidou	17	600	J Pierre- J Louis M
4 déc	Boisset	Pkg G. Pompidou	20	500	Michel M – J Luc	4 déc	Velzic (Roman de Jordanne)	Pkg G. Pompidou	15,5	650	Gérard – Bernard
11 déc	Polminhac – Badailhac	Pkg G. Pompidou	20	470	Suzanne - J Paul	11 déc	Carlat	Pkg G. Pompidou	14	450	J Luc – Alain
18 déc	Rando de Noël	Pkg G. Pompidou	Infos à suivre			18 déc	Rando de Noël	Pkg G. Pompidou	Infos à suivre		

Animateurs d'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 06.42.08.60.89 ; 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 ; Pierre 06.09.26.03.51 ; Pierrette 06.83.93.05.34 ; Suzanne 04.71.47.13.91 ; Yvette M 06.81.57.64.18 -

Animateurs d'Ytrac : Marcelle 06.79.73.67.08 ; Ginette 06.32.58.51.83 ; Évelyne 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 ; Evy 06.83.53.12.01 ; Richard 06.80.76.28.94 ; Gilles 06.07.76.03.65 ; Gilbert 06.07.08.15.31

Animateurs de 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

Jeudi Balade – Ytrac départ 14 heures -2 heures max – sans difficulté						Jeudi Balade – Ytrac départ 14 heures -2 heures max – sans difficulté					
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Deni	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	deni	Responsables
11 sept	Vézac – le Tour du Golf	La Vidalie	5		Jean Louis	6 nov	Aurillac – la Moissetie	Peyrolles	5		Nadine
25 sept	Marais du Cassan	Le Dojo – Ytrac	5		Pascal	20 nov	St Jean de Dône	Cim Aurillac	5		Pascal
9 oct	Branvielle	Parking Branvielle	5		Françoise	4 dec	Puech Long Ytrac	Dojo Ytrac	5		Jean
23 oct	Naucelles	Vialenc	5		Richard						

Vendredi grande randonnée – Ytrac (journée ou demi-journée) – départ 13H30 ou 13 H à partir du 7/11*						Vendredi petite randonnée – Ytrac - Départ 13h30					
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	deni	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	deni	Responsables
5 sept	Rando Solidaire EHPAD	Ehpad			Nadine – Gilles	5 sept	Rando Solidaire EHPAD	Ehpad			Evy
12 sept	St Julien (les roches folles)	Peyrolles	10	300	Marc – Gilbert	12 sept	Les Sources de la Jordanne	Peyrolles	7	250	Evy – Jean
19 sept	Garabit – journée (D 8H30)	la Ponétie	17	300	Pascal – Gilbert	19 sept	Mauris	Sansac	7	210	Marcelle – Ginette
26 sept	A. G					26 sept	A.G.				
3 oct	Thiezac (la porte du Lion)	la Ponétie	8	420	Nadine – Evelyne	3 oct	Omps	Sansac	7,5	150	Evy – Françoise
10 oct	Redondet – Enfloquet (D 9H00)	Peyrolles	11,5	550	Gilles – Marc	10 oct	Laroquebrou	St Paul	8	300	Pascal – Richard
17 oct	Girgols – Tournemire	Vialenc	12	480	Richard – Evelyne	17 oct	Rénac	Dojo Ytrac	6,5	110	Nadine – Ginette
24 oct	St Projet De Salers	Vialenc	9	250	Evelyne – Marcelle	24 oct	Ladinhac	La Vidalie	7	200	J Louis – Françoise
31 oct	Raulhac (rocher de la mule)	La Vidalie	10	300	Jean – Françoise	31 oct	La Plantelière	La Vidalie	6	150	Marc – Ginette
7 nov*	Mourjou	La Vidalie	12	230	Gilbert – Jean	7 nov	Carlat	La Vidalie	7	150	J Louis – Marcelle
14 nov*	Glenat	Dojo Ytrac	10	250	Pascal- Gilles	14 nov	Roumégoux	Sansac	8	200	Françoise – Evelyne
21 nov*	St Simon (les Mélicomps)	Peyrolles	11	350	Gilles – J Louis	21 nov	Lacapelle – Viescamp	Dojo Ytrac	7	200	Nadine – Evy
28 nov*	St Julien de Toursac	Sansac	9,5	500	Jean – J Louis	28 nov	Polminhac (les trois chateaux)	La Ponétie	8	240	Evy – Marcelle
5 déc*	Thiezac (La Goutte)	la Ponétie	9	300	Gilles – Richard	5 déc	Roannes	Le Bex	6,5	200	Françoise – Marcelle
12 déc*	Sansac Veinazès	La Vidalie	10	200	Pascal - Jean	12 déc	St Jean de Dône	Cim Aurillac	7	150	Ginette – Pascale
19 déc	Rando de Noël (D 10H00)	Sansac				19 déc	Rando de Noël (D 10H00)	Sansac			

Mardi grande randonnée Montsalvy – Départ 13h30 – 3 à 4 heures de marche						Jeudi petite randonnée Montsalvy – départ 13h30 – 2 heures de marche					
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables
9 sept	Cassaniouze	Salle polyvalente	9,5		Lulu – Robert	11 sept	Sansac Veinazès	salle polyvalente			Raymonde
16 sept	St Jean de Dône	Salle polyvalente	11		J Pierre – Georges	18 sept	Le Fel	salle polyvalente			Raymonde
23 sept	Badailhac – journée (D 9H00)	Salle polyvalente	17		Robert – Pierre	25 sept	Calvinet	salle polyvalente			Raymonde
30 sept	Bez – Bédène	Salle polyvalente	11		Dominique – Lulu	2 oct	Lafeuillade	salle polyvalente			Raymonde
7 oct	Fournoulès	Salle polyvalente	11		Georges – J Pierre	9 oct	Sansac Veinazès	salle polyvalente			Raymonde
14 oct	Entraygues	Salle polyvalente	10		Pierre – Dominique	16 oct	Ginohac	salle polyvalente			Raymonde
21 oct	Grand Vabre	Salle polyvalente	10		Lulu – Robert	23 oct	Entraygues	salle polyvalente			Raymonde
28 oct	La Salvetat	Salle polyvalente	10		J Pierre – Georges	30 oct	Lapeyrugue	salle polyvalente			Raymonde
4 nov	Roussy	Salle polyvalente	9		Dominique – Pierre	6 nov	Cassaniouze	salle polyvalente			Raymonde
11 nov	FERIE					13 nov	Lafeuillade	salle polyvalente			Raymonde
18 nov	Lapeyrugue	Salle polyvalente	9		Lulu – Robert	20 nov	Fraysses – le Meyniol	salle polyvalente			Raymonde
25 nov	Le Tournadou	Salle polyvalente	10		Pierre – Georges	27 nov	Paille Courbessere	salle polyvalente			Raymonde
2 déc	Montsalvy – Polvrières	Salle polyvalente	10		Robert – Dominique	4 déc	Labesserette	salle polyvalente			Raymonde
9 déc	Ladinhac	Salle polyvalente	8		J Pierre – Lulu	11 déc	Montsalvy	salle polyvalente			Raymonde
16 déc	Montsalvy – parcours de santé	Salle polyvalente	9		Dominique – Georges	18 déc	Montsalvy	salle polyvalente			Raymonde