

Randonnées du 3^{ème} trimestre 2024 (Modifiables en fonction des contraintes climatiques)

@mail : lesrandosdabord@gmail.com

Contacts : 06 79 30 60 55

<https://www.lesrandosdabord.net/>

06 87 47 56 23

Maj : 10/06/2024



Les rando's d'abord

Date	Jour	Dépt	Randonnée	Village départ	Effort	Km			
06/07/2024	Samedi	09	Etang d'Appy par le col de Girabal	Appy (Parking Randonneurs)	R+	10	6 h	1 000 m	GD/JR
11/07/2024	Jeudi	09	Etangs de Lagardelle, Roumazet et Soucarrane	Auzat	R++	13	6 h 30	1 100 m	GD/HPP
21/07/2024	Dimanche	09	Les étangs de Fontargente	Etangs de Laparan	R+	11	6 h	500 m	JR/XB
25/07/2024	Jeudi	09	Pic du Grabié	Lercoul	R+	16	6 h	1 000 m	HPP/JR
04/08/2024	Dimanche	09	Boucle de l'Etang d'Artax.	Gourbit	R+	11	6 h	1 000 m	GD/JR
08/08/2024	Jeudi	09	Circuit des 5 étangs Ayès, Milouga, Arauech, Cruzous et Eychelle	Bordes sur Lez	R++	18	7 h	1 000 m	GD/HPP
18/08/2024	Dimanche	09	Etangs du Picot	Barrage de Soulcem	R+	8	5 h	900 m	JR/HPP
22/08/2024	Jeudi	12	La vallée de la Jouyre - Autrement	Najac	R+	22	5 h 30	600 m	JR/BC
01/09/2024	Dimanche	09	Lac Ayres par le Lac de Bethmale	Bethmale	R+	14	6 h	740 m	XB/JR
05/09/2024	Jeudi	11	Abbaye de Fontfroide	Abbaye de Fontfroide	R+	17	6 h	800 m	XB/BC
15/09/2024	Dimanche	34	Séjour Lamalou- Les Bains						
26/09/2024	Jeudi	12	Les Rases du Tarn	Le Truel	R++	18	7 h	1 000 m	XB/HPP
29/09/2024	Dimanche	09	Etang de Médecourbe	Auzat	R+	12	5 h	600 m	JR/BC

* : « M » = Marcheur (- de 5 h de marche et dénivelé positif cumulé jusqu'à 500 mètres) - « R » = Randonneur + de 5 h de marche et jusqu'à 800 m.