

DESTINATION	DATE/ départ	DUREE, km, Dénivelé	DIFFICULTÉ	partici.	Durée/distance/coût par voiture
<i>Les Pêcheurs de sable – Départ de Seilh (Toulouse Métropole)</i>	<i>Lundi 06-01-2020 à 13h00</i>	<i>2h45– 11km</i>	<i>moyen</i>	18	<i>10mn – 6,5km – 2,5€</i>
De Montaignut-sur-Save à Menville et balade dans les coteaux	jeudi 09-01-2020 à 13h00	3h00 – 12km	bon marcheur	17	6mn – 5km – 2€
<i>Plaisance du Touch – Tourne feuille, allé & retour (IGN)</i>	<i>Lundi 13-01-2020 à 13h00</i>	<i>2h30 - 10km</i>	<i>moyen</i>	13	<i>23mn - 14km – 6€</i>
Les Ramiers de Grenade	Jeudi 16-01-2020 à 13h00	3h00 – 12km	moyen	15	18mn – 16,5km – 6€
<i>Le Balcon des Pyrénées-Rieux Volestre (Chamina n°11) Reux Volestre (Chamina)</i>	<i>Lundi 20-01-2020 à 13h00</i>	<i>2h30 – 7km</i>	<i>moyen</i>	9	<i>49mn – 62km – 21€</i>
<i>Au Milieu coule la Seillonne- Flourens-En Poulet (Emilie n°5)</i>	<i>Lundi 27-01-2020 à 13h00</i>	<i>2h00 – 7km</i>	<i>moyen</i>	13	<i>35mn – 35km – 10€</i>
Balade dans la campagne Mondonvilloise	jeudi 30-01-2020 à 13h00	2h50 – 10km	moyen	6	0
<i>Par Plagnole et Forgues – une pincée de Fond de Vallon (Emilie n°23)</i>	<i>Lundi 03-02-2020 à 13h00</i>	<i>2h30 – 8,7km</i>	<i>moyen</i>	13	<i>49mn – 44km -13€</i>
De Blagnac au Capitole par la digue	Jeudi 06-02-2020 à 9h00	7km -2h00	moyen	14	18mn – 11km – 3,50€
Concert gratuit de la pause musicale salle du Sénéchal – Simon Amilhaud	Jeudi 06-02-2020 à 12h30			18	
Visite guidée du musée de l'histoire de la médecine de Toulouse (3€ par pers.)	Jeudi 06-02-2020 à 14h30			16	
<i>La forêt à Mondonville</i>	<i>Lundi 10-02-2020 à 13h00</i>	<i>2h15 – 9km</i>	<i>moyen</i>		<i>0,00 €</i>
Lévignac	Jeudi 13-02-2020 à 13h00	3h00 – 12km	bon marcheur		13mn – 10km - 3€
<i>Montgazin, la boucle de la Criquonne (Emilie n°20)</i>	<i>Lundi 17-02-2020 à 13h00</i>	<i>2h15 – 7,5km</i>	<i>moyen</i>		<i>43mn – 57km – 20€</i>
Cologne IGN Cadours	Jeudi 20-02-2020 à 13h00	3h00 – 12km	bon marcheur		24mn – 22km 7€
<i>Pechbusque d'hier et d'aujourd'hui (Emilie n°14)</i>	<i>Lundi 24-02-2020 à 13h00</i>	<i>2h30 – 7,7km</i>	<i>moyen</i>		<i>28mn – 29km – 8€</i>
De Canals à Fabas (82) IGN Grenade)	Jeudi 27-02-2020 à 13h00	3h00 – 12km	bon marcheur		30mn – 27km - 8€
<i>Avignonet, Monferrand et le canal du Midi (Emilie n°9)</i>	<i>Lundi 02-03-2020 à 13h00</i>	<i>2h40 – 8,7km</i>	<i>moyen</i>		<i>49mn – 62km - 22€</i>
Cazères- balade sur la rive droite de la Garonne + visite de la maison de la Garonne	Jeudi 05-03-2020 à 8h15	2h50 – 10km	moyen		51mn – 74km – 24€
Visite guidée de Cazères et son lien avec la Garonne (5€ - 2h environ) 05 62 02 01 79	Jeudi 05-03-2020 à 14h00				
<i>Bondigoux et la Croix de Peyre (Emilie n°1)</i>	<i>Lundi 09-03-2020 à 13h00</i>	<i>2h30 – 8,5km</i>	<i>moyen</i>		<i>50mn – 36km – 11€</i>
Gimont (32)	Jeudi 12-03-2020 à 8h45	3h50 – 14,5km	bon marcheur		40mn – 40km - 12€
<i>Nailloux et le Lac de Thesauque (Emilie n° 10)</i>	<i>Lundi 16-03-2020 à 13h00</i>	<i>2h20 – 8km</i>	<i>moyen</i>		<i>42mn – 57km – 21€</i>
Saint-Orens (32) IGN Cadours	Jeudi 19-03-2020 à 8h45	3h55 – 14km	bon marcheur		40mn - 37km - 11€
<i>Terroir de Vacquiers, des bonnes Raisons d'Emilie (Emilie n° 02)</i>	<i>Lundi 23-03-2020 à 13h00</i>	<i>3h00 – 11km</i>	<i>moyen</i>		<i>37mn – 28km – 8€</i>
Les coteaux de Montbratier (82) IGN Grenade)	Jeudi 26-03-2020 à 8h45	3h55 – 14km	bon marcheur		39mn – 36km - 11€
<i>Les Fihols – Villemur-sur-Tarn (Chamina HG - 1)</i>	<i>Lundi 30-03-2020 à 13h00</i>	<i>3h00 – 11km</i>	<i>moyen</i>		<i>49mn – 41km -13€</i>
De Saint-Geniès-Bellevue à Saint-Loup (31)	Jeudi 02-04-2020 à 9h30	3h55 – 14km	bon marcheur		30mn – 29km – 8€
<i>Le Vignoble du Frontonnais – Vacquiers (Chamina Hg – 2)</i>	<i>Lundi 06-04-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 10km</i>	<i>moyen</i>		<i>37mn - 28km – 8€</i>
Cepet, Gargas et Labastide-Saint-Martin. Le circuit des 3 clochers	Jeudi 09-04-2020 à 8h45	4h10 – 15km	bon marcheur		30mn – 18km – 6€
<i>De Revel à Saint-Ferréol (Chamina HG – 7)</i>	<i>Lundi 13-04-2020 à 10h00</i>	<i>3h15 – 10km</i>	<i>moyen</i>		<i>1h15 – 75km – 26€</i>
Circuit de la Tanguine PR à partir de Bioule (82) déniv. 120m	Jeudi 16-04-2020 à 8h00	4h30 – 17km	bon marcheur		1h00 – 65km – 19€
<i>Rieumes, Vallée de la Bure (Chamina HG -10)</i>	<i>Lundi 20-04-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 10km</i>	<i>moyen</i>		<i>45mn - 39km -12€</i>
Balade autour de Auterive	Jeudi 23-04-2020 à 8h45	2h55 – 10km	moyen		43mn – 48km -14€
Visite guidée de Auterive (2h environ) 2€ (Nicole Risbec 06 74 46 21 66)	Jeudi 23-04-2020 à 14h00				
<i>Les Rives de l'Ariège – Goyrans (Chamina HG -13)</i>	<i>Lundi 27-04-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 10km</i>	<i>moyen</i>		<i>32mn – 36km - 10€</i>
Lussan et le GR 653 IGN Gimont	Jeudi 30-04-2020 à 8h45	3h55 – 14km	bon marcheur		59mn – 55km – 16€
<i>La Vallée du Salat – Salies-du- Salat (Chamina HG 21)</i>	<i>Lundi 04-05-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 10km</i>	<i>moyen</i>		<i>1h00 – 91km – 30€</i>
De Sainte-Cécile du Cayrou à Campagnac (81) IGN Albi	Jeudi 07-05-2020 à 7h15	3h55 – 14km	bon marcheur		1h10 – 94km – 30€
<i>La Coulée verte du Touch – Saint-Martin du Touch (IGN)</i>	<i>Lundi 11-05-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 10km</i>	<i>moyen</i>		<i>17mn – 14km – 4€</i>

De Cordes à Saint-Marcel en passant par Salles (81) IGN Albi	Jeudi 14-05-2020 à 7h15	4h15 – 15km	bon marcheur	1h15 – 102km – 35€
<i>La chemin des Dolomies – Caraybal / Saint-Cirac (PR16)</i>	<i>Lundi 18-05-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 9km</i>	<i>moyen</i>	<i>1h15 - 114km - 42€</i>
<i>Le sentier de l'Eau – Saint-Amadou à 17km de Pamiers</i>	<i>Lundi 25-05-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 8,2km</i>	<i>moyen</i>	<i>1h19 – 84km – 25€</i>
Randonnée autour du domaine de Mayragues, Le Verdier (81) 05 63 33 94 08	Jeudi 28-05-2020 à 7h15	12km – 3h20	moyen	1h04 – 90km – 30€
La château de Mayragues et son chai avec une dégustation (81) 9€ ou achat 1 bout.	Jeudi 28-05-2020 à 15h00			
<i>Montjoire – balade panoramique (guide coteaux du Girou)</i>	<i>Lundi 01-06-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 12km</i>	<i>moyen</i>	<i>43mn – 28km - 16€</i>
Castelnau de Montmiral (81) Une grimpe au château de Lagarde	Jeudi 04-06-2020 à 7h30	4h10 – 15km	bon marcheur	1h07 – 91km – 30€
<i>Verfeil – au lac de la Balerie (guide coteaux du Girou)</i>	<i>Lundi 08-06-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 12km</i>	<i>moyen</i>	<i>38mn – 44km - 15€</i>
Circuit à partir d'Auch (05 62 60 40 17)	Jeudi 11-06-2020 à 8h15	12,5km – 3h25	moyen	1h05 – 72km – 20€
Visite guidée d'Auch, centre ancien, cathédrale et couvent des Cordeliers (90€ le groupe)	Jeudi 11-06-2020 à 14h00			
<i>Boucle des coteaux de Montastruc-la Conseillère (guide coteaux du Girou)</i>	<i>Lundi 15-06-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 12km</i>	<i>moyen</i>	<i>33mn – 40km - 14€</i>
De Montdoumerc à Loubèjac (46) IGN Cahors	Jeudi 18-06-2020 à 7h30	3h55 – 14km	bon marcheur	1h15 – 92km – 34€
<i>Montpitol – de l'église St Blaise au lac du Laragou (guide coteaux du Girou)</i>	<i>Lundi 22-06-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 12km</i>	<i>moyen</i>	<i>38mn – 43km - 16€</i>
Les sentiers de Cazals (82)	Jeudi 25-06-2020 à 7h30	3h55 – 14km	bon marcheur	1h15 – 81km – 24€
<i>Lecture et le Lac des Trois-Vallées (PR37 Gers)</i>	<i>Lundi 29-06-2020 à 10h00</i>	<i>3h00 – 12km</i>	<i>moyen</i>	<i>1h16 – 71km - 21€</i>

TOTAL

Moyen = dénivelé faible 50m

Bon marcheur = dénivelé 50m à 300m

Très bon marcheur = dénivelé 300m à 1000m

SVP - Pour toutes les randonnées prévoir des chaussures de marche, des vêtements chauds et de pluie,

boisson et des en-cas pour les petits creux et bien sûr pique-nique pour les randonnées à la journée,

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS : Tel: Alain POUJOL 05 61 85 30 20 ou 06 74 81 09 28 -

Gérard CANTAREL 06 86 37 14 71 -

Claude De Stephani 06 18 24 37 35

***Nous respectons la nature, les cultures
et nous ramenons nos déchets.***