

Randonnées 1^{er} trimestre 2019 (Modifiables en fonction des contraintes climatiques)@mail : lesrandosdabord@gmail.com




Contact : 06 79 30 60 55

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

Maj du 21/12/2018



Les rando's d'abord

Date	Jour	Dépt	Randonnée	Village départ	Effort	Km			
03/01/2019	Jeudi	31	Découverte du Lauragais	Lascasses	M	17	4 h 30	200	Jacques Marc
13/01/2019	Dimanche	81	Les quatre Saints	Dourgne	R	16	6 h	600	Guy Janine
17/01/2019	Jeudi	81	Lagarde Viaur	Lagarde Viaur	R	18	6 h	500	Henri-Pierre Jacqueline
27/01/2019	Dimanche	81	Boucle de Grésigne	Castelnau-de-Montmiral	R	21	6 h 30	480	Jacqueline Henri-Pierre
31/01/2019	Jeudi	81	Les Dunes de Maraval	Itzac	R	18	5 h 30	360	Dominique Philippe
03/02/2019	Dimanche	81	Les Gentilhommes Verriers	St Amans Sout	R	18	6 h	700	Janine Jacqueline
14/02/2019	Jeudi	81	Le Rampailou	Boissezon	R	22	6 h	600	Henri-Pierre Dominique
24/02/2019	Dimanche	81	Les Planques	Tanus	M	18	5 h	400	Guy Henri-Pierre
28/02/2019	Jeudi	82	Le Cirque de Bone	St Antonin	R	19	5 h	600	Jacques Guy
10/03/2019	Dimanche	82	De Causse en Ségala	Castanet	R	19	5 h	400	Philippe Henri-Pierre
14/03/2019	Jeudi	82	Verfeil - Abbaye de Baulieu en Rouergue	Verfeil sur Seye	R	20	6 h 30	500	Dominique jacqueline
24/03/2019	Dimanche	81	Roquerlan dans le Sambrès	Roquerlan	R	20	6 h 30	700	Janine Jacqueline
28/03/2019	Jeudi	11	Cabrespine	Cabrespine	R+	22	7 h 30	800	Jacques Henri-Pierre

* : « 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.