

Randonnées du 4^{ème} trimestre 2020 (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 au 04/09/2020



Date	Jour	Dépt	Randonnée	Village départ	Effort	Km			
04/10/2020	Dimanche	11	Cucugnan-Paderme	Cucugnan	R+	19	5 h 30	900 m	Guy Agnès
08/10/2020	Jeudi	31	Sommet de L'Oudérou	Binos	R+	11	5 h 30	850 m	Jacqueline Brigitte
18/10/2020	Dimanche	81	Double boucle au départ du Tél	Tèl	R+	24	6 h 45	800 m	Guy Henri-Pierre
22/10/2020	Jeudi	09	Montagne de La Frau	Montségur (Vallée du Lasset)	R+	19	6 h 30	1200 m	Jacqueline Guy
01/11/2020	Dimanche	81	Sentier des Agates	Montredon	R+	21	5 h	1000 m	Brigitte Agnès
05/11/2020	Jeudi	09	Etang de Moulzoune	Montferrier	R+	14	6 h	930 m	Dominique Henri-Pierre
15/11/2020	Dimanche	81	D'un clocher à l'autre	Donnazac	R	20	5 h	300 m	Agnès Jacqueline
19/11/2020	Jeudi	11	Crêtes de St Marti (Montagne Noire)	Laviale / Castan	R+	18	5 h	900 m	Henri-Pierre Guy
29/11/2020	Dimanche	81	Arfons vers les Escudiés- La Galaube-Le Lampy	Arfons	R+	21	5 h 30	550 m	Brigitte Dominique
03/12/2020	Jeudi	11	Minervois - Citou	Caunes - Minervois	R+	20	6 h	1000 m	Henri-Pierre Dominique
13/12/2020	Dimanche	81	Boucle autour de Mezens	Mezens	R	19	6 h	800 m	Brigitte Agnès
17/12/2020	Jeudi	46	Le Causse de Cabrerets	Cabrerets	R+	20	6 h 30	500 m	Dominique Henri-Pierre
27/12/2020	Dimanche	81	Espérausses - Carbonnières	Espérausses	R	17	4 h 30	700 m	Jacqueline Henri-Pierre
31/12/2020	Jeudi	11	Massif de la Clape	L'Hospitalet	R+	19	6 h 00	350 m	Henri-Pierre Jacqueline

* : « 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.