

Randonnées du 3^{ème} trimestre 2023 (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 02 juillet 2023



Les rando's d'abord

Date	Jour	Dépt	Randonnée	Village départ	Effort	Km			
09/07/2023	Dimanche	31	Lac Vert	Cazeaux de Larboust	R+	12	6 h 30	1 000 m	GD/AD
13/07/2023	Jeudi	09	Pic de Soularac et Pic de St Barthélémy	Trimouns	R+	11	6 h 30	1 000 m	GD/HPP
23/07/2023	Dimanche	09	Les Etangs de Rabassoles et le Pic de Tabersou	Ascou-Pailhères	R+	13	5 h 30	700 m	HPP/JP
27/07/2023	Jeudi	09	Etang de Lagardelle	Auzat	R+	13	6 h 30	1 100 m	GD/HPP
06/08/2023	Dimanche	09	Etang Bleu	Rabat les 3 Seigneurs	R+	10	5 h	800 m	HPP/GD
10/08/2023	Jeudi	31	Pic du Lion	Bourg d'Oueil	R+	10	5 h 30	1 000 m	XB/JP
20/08/2023	Dimanche	09	Etang de Médecourbe	Auzat	R+	12	5 h	600 m	JP/BC
24/08/2023	Jeudi	31	Arbas - Col de Larrieu	Arbas	R+	19	5 h 30	900 m	JP/HPP
03/09/2023	Dimanche	81	Du Tarn à Puech Mergou	St Juéry	R+	18	5 h	400 m	JP/BC
07/09/2023	Jeudi	11	Les deux vallées - Castan	Laviale	R+	22	6 h	900 m	XB/GD
17/09/2023	Dimanche	31	Pic de Bacanère	Artigue	R+	12	6 h	1 000 m	GR/HPP
21/09/2023	Jeudi	11	Pech de Bugarach	Bugarach	R++	12	5 h 30	900 m	GD/HPP
01/10/2023	Dimanche	11	Montirat / château de Miramont	Montirat	R	20	6 h	700 m	XB/JP

* : « 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.