

Randonnées du 1^{er} 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 18/01/2023



Date	Jour	Dépt	Randonnée	Village départ	Effort	Km			
08/01/2023	Dimanche	81	Circuit boisé de La Capelle	Damiatte	R	20	5 h	400 m	XB/JR
12/01/2023	Jeudi	65	Touroc	Sacoué	R+	12	6 h	950 m	GD/JR
22/01/2023	Dimanche	81	Notre Dame de Lintin	Cahuzac	R	21	5 h	400 m	JR/AD
26/01/2023	Jeudi	09	Roquefort les Cascades	Roquefixade	R+	19	5 h	1200 m	GR/GD
05/02/2023	Dimanche	48	Séjour du 03 au 05 février 2023	Aumont Aubrac					
09/02/2023	Jeudi	31	Pic de Bacanère	Artigues	R+	12	5 h	1000 m	HPP/XB
19/02/2023	Dimanche	31	Boucle d'Ardialle	Puylaurens	R	19	5 h	450 m	GD/AD
23/02/2023	Jeudi	11	Pech de Bugarach	Bugarach	R+	16	6 h 30	1100 m	HPP/GD
05/03/2023	Dimanche	82	Autour de Caylus	Caylus	R	21	5 h 30	450 m	JR/BC
09/03/2023	Jeudi	09	Mont Fourcat (par Croquié)	Croquié	R+	13	6 h 30	1100 m	JR/HPP
19/03/2023	Dimanche	81	Toscane Lisloise	Lisle-sur-Tarn	R	21	5 h	700 m	XB/BC
23/03/2023	Jeudi	31	Pic de Burat	Gouaux-de-Luchon	R+	15	6 h	1300 m	HPP/GD

* : « 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.