

Sam.25/11-SOIRÉE DES RANDONNEURS-SALLE DES FÊTES DE RAMONVILLE(31)

Réservé aux adhérents, conjoints et amis. Cont. Janine 06 98 07 36 66.

Dim. 26/11 - PECH DES CARMES - MOLLEVILLE (11) - Rando de 17km dén 400m. RTS. 50km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Roger 06 41 24 19 10. Alain R 06 46 48 28 17. **(PO)**.

Mar. 28/11 - LA GARONNE AUX OISEAUX - FENOUILLET (31) - Rando de 9,5km 3h. 25km de Rville. Dép 13h30 PJR. Cont. Jean Alain 06 88 94 02 21. Martine B. 06 83 07 45 57. **(PO)**.

Jeu. 30/11 - LA BOUCLE DE SALEICH (31) - Rando de 20km. RTS. 90km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Michel La. 06 43 33 08 55. Alain B. 06 79 44 44 76.

PROMENADES ET RANDONNEES DE DECEMBRE

Sam. 02/12 - DÉBROUSSAILLAGE À PECHBUSQUE (31) - Dép 9h PJR. 9h15 salle des fêtes de Pechbusque. Outils fournis, sauf gants. Repas de midi 3 € pour tous, apporter assiettes, couverts et verre. Cont. Michel N. 05 61 75 69 84. Daniel L. 05 61 73 03 55. **(PO)**.

Dim. 03/12 - LES CAPITELLES DU MINERVOIS - LAURE-MINERVOIS (11) - Rando de 16,5km dén 450m. RTS. 110km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Nadia 06 82 25 29 30. Alain R. 06 46 48 28 17.

Mar. 05/12 - MARCHÉ NORDIQUE POUR INITIÉS (31) - Durée 2h. Dép 9h45 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Jean-Baptiste 06 89 15 63 05. Alain R. 06 46 48 28 17.

Mar. 05/12 - LE PONT TRANSBORDEUR - GAGNAC (31) - Rando de 10km 3h. 28km de Rville. Dép 13h30 PJR. Cont. Nicole 06 11 91 19 00. Janine 06 98 07 36 66. **(PO)**.

Jeu. 07/12 - RANDO FOIE GRAS - CASTELNAU DE MONTMIRAL (81) - Rando de 13km dén 300m. RTS. 90km de Rville. Dép 8h Place Karben à Rville. **TRANSPORT EN BUS. INSCRIPTION OBLIGATOIRE PAR INTERNET OU TEL (13€, PO 16€)**. Dégustation gratuite de foie gras et produits régionaux à l'issue de la randonnée. Possibilité d'achats. Cont. Georges 06 22 03 01 23. Janine 06 98 07 36 66. **(PO)**.

Sam. 09/12 - MARCHÉ NORDIQUE POUR INITIÉS (31) - Durée 2h. Dép 9h45 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Brigitte 06 85 02 61 59. Alain R. 06 46 48 28 17.

Dim. 10/12 - LA VALLÉE DU BONNAN - MILHARS (81) - Rando de 15km dén 400m. RTS. 100km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Janine 06 98 07 36 66. Jeannot 06 31 75 08 98.

Mar. 12/12 - LE Puits et la Fontaine - GOYRANS (31) - Rando de 8km dén 280m 2h45. 15km de Rville. Dép 13h30 PJR. Cont. Michel Lo. 07 71 02 74 45. André 06 13 22 40 73. **(PO)**.

Jeu. 14/12 - LE CANAL ET LE BASSIN - MAS STES PUELLES (11) - Rando de 19km dén 300m. RTS. 60km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Roger 06 41 24 19 10. Lyloù 06 60 05 06 70.

Sam. 16/12 - MARCHÉ NORDIQUE POUR INITIÉS (31) - Durée 2h. Dép 9h45 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Annie B. 06 21 82 57 49. Jean-Baptiste 06 89 15 63 05.

Mar. 19/12 - MARCHÉ NORDIQUE POUR INITIÉS (31) - Durée 2h. Dép 9h45 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Brigitte 06 85 02 61 59. Alain R. 06 46 48 28 17.

Jeu. 21/12 - EN PASSANT PAR CAP'DÉCOUVERTE - CARMAUX (81) - Rando de 15km RTS. 100km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Nicole 06 11 91 19 00. Jean Alain 06 88 94 02 21.

Randonnées « Dernière Minute ». Des randonnées de dernière minute peuvent être proposées en plus des sorties programmées : Consulter régulièrement notre site « rubrique dernière minute ».



PROGRAMME DES PROMENADES ET RANDONNÉES PÉDESTRES

OCTOBRE, NOVEMBRE, DECEMBRE 2017



INFORMATIONS :

Chaque participant se doit de choisir parmi les sorties proposées celles qui conviennent le mieux à sa forme physique et son état de santé.

En cas de mauvais temps, les randonnées ne sont en principe pas annulées et peuvent être remplacées par des randonnées de proximité.

Chaque adhérent doit être en possession de sa licence ; chaussures et équipement adaptés à la randonnée obligatoires.

Départ des randonnées de Ramonville St-Agne :
- Covoiturage place Jean Jaurès
- Bus place KARBEN près gymnase municipale
Métro ligne B, station Ramonville 15 mn. à pied

Ce programme peut être consulté sur notre site :
<http://www.rando-plaisirs.fr> (rubrique programme)

ABRÉVIATIONS :

Cont. : Contact téléphonique
PO. : Randonnées Portes Ouvertes accessibles aux non adhérents, en co-organisation avec le Cdrp. 31, participation 3 €
Dép. : Départ des randonnées
PJR. : Place Jean-Jaurès de Ramonville
Alt. : Altitude atteinte (si supérieure à 1200 m.)
Dén. : Dénivelé cumulé (si supérieur à 300 m.)
RTS. : Repas tiré du sac

Randos pour tous : les randos PO du mardi ouvertes aux personnes malvoyantes seront signalées sur notre site.

Association RANDO-PLAISIRS
Adresse postale : Rando-Plaisirs
Château de Soule - 2, allée Nicolas de Condorcet
31520 Ramonville Saint - Agne
Contact Tél : 06 81 67 05 68 / 06 22 03 01 23

PROMENADES ET RANDONNEES D' OCTOBRE

Dim. 01/10 - LAPÈGE PAR LE COL DE LA BÈNE - ALLIAT (09) - Rando de 11km dén 700m. RTS. 110km de Rville. Dép 8h PJR. Les bâtons sont fortement recommandés. Cont. Stéphane 06 64 91 75 26. Annie B. 06 21 82 57 49.

Mar. 03/10 - BALADE ET PIQUE-NIQUE AU PARC DU CONFLUENT - ROUTE DE LACROIX-FALGARDE (31) - Rando de 2h30. RTS. 10km de Rville. Dép 11h PJR. Cont. Michel Lo. 07 71 02 74 45. Marie-France D. 06 81 36 18 14. **(PO)**.

Jeu. 05/10 - LE GOUFFRE DE LESPUGUES - SAINT-BERTRAND-DE-COMMINGES (31) - Rando de 14km dén 450m. RTS. 115km de Rville. Dép 7h30 PJR. Visite en chemin des ruines de l'ancienne ville romaine. Possibilité de visite payante du patrimoine en fin de randonnée. Cont. Janine 06 98 07 36 66. Marie-France P. 06 09 08 02 25.

Sam. 07/10 - MARCHÉ NORDIQUE (9H15 DÉBUTANTS ET 9H45 INITIÉS) (31) - Durée 2h. Dép 9h15 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Annie B. 06 21 82 57 49. Alain R. 06 46 48 28 17.

Dim. 08/10 - JUSQU'AU SOMMET DU MONT... - RABAT-LES-TROIS-SEIGNEURS (09) - Rando de 12km dén 700m alt 1196m 5h. RTS. 100km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Nicole 06 11 91 19 00. Michel F. 06 51 82 27 02. **(PO)**.

Mar. 10/10 - MARCHÉ NORDIQUE (9H15 DÉBUTANTS ET 9H45 INITIÉS) (31) - Durée 2h. Dép 9h15 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Brigitte 06 85 02 61 59. Alain R. 06 46 48 28 17.

Mar. 10/10 - LES DEUX MOULINS - VILLEFRANCHE DE LAURAGAIS (31) - Rando de 10km dén 150m. 28km de Rville. Dép 13h30 PJR. Cont. Marie-France D. 06 81 36 18 14. Stéphane 06 64 91 75 26. **(PO)**.

Jeu. 12/10 - RANDO RESTAURANT - BUSQUE (81) - Rando de 11km. Restaurant. 66km de Rville. Dép 8h Place Karben à Rville. **TRANSPORT EN BUS. INSCRIPTION OBLIGATOIRE PAR INTERNET OU TEL.** Prix 26 € comprenant transport en bus et repas. Inscriptions avant le 7 octobre. Si désistement après le 9 octobre, chèque non remboursé. Cont. Georges 06 22 03 01 23. Jeannot 05 61 70 76 53.

Sam. 14/10 - MARCHÉ NORDIQUE (9H15 DÉBUTANTS ET 9H45 INITIÉS) (31) - Durée 2h. Dép 9h15 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Jean-Baptiste 06 89 15 63 05.

Dim. 15/10 - LOU CAMIN DELS CASTANHALS - CURVALLE (81) - Randos de 14km dén 400m et de 18km dén 560m. RTS. 120km de Rville. Dép 7h30 Place Karben à Rville. **TRANSPORT EN BUS. INSCRIPTION OBLIGATOIRE PAR INTERNET OU TEL** (13€, PO 16€). Cont. Jean Alain 06 88 94 02 21. Marie-France D. 06 81 36 18 14. Nicole. Alain B. **(PO)**.

Mar. 17/10 - LA BALADE DES DEUX CLOCHERS - CÉPET (31) - Rando de 9km 2h30. 32km de Rville. Dép 13h30 PJR. Cont. Jean Alain 06 88 94 02 21. Marie-France D. 06 81 36 18 14. **(PO)**.

Jeu. 19/10 - DU SIDOBRE À L'AGOUT - LACROUZETTE (81) - Rando de 15km dén 600m. RTS. 110km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Roger 06 41 24 19 10. Janine 06 98 07 36 66.

Dim. 22/10 - UN TOUR À LISLE SUR TARN (81) - Rando de 20km. RTS. 65km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Lylo 06 60 05 06 70. Jacques 07 70 28 18 55. **(PO)**.

Mar. 24/10 - MARCHÉ NORDIQUE (9H15 DÉBUTANTS ET 9H45 INITIÉS) (31) - Durée 2h. Dép 9h15 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Alain R. 06 46 48 28 17.

Jeu. 26/10 - LES BALCONS DU COMMINGES - CASSAGNE (31) - Rando de 18km dén 500m. RTS. 80km de Rville. Dép 7h30 PJR. En fin de rando, visite de la ferme des Bessous et dégustation de produits avec possibilité d'achats. Cont. Alain B. 06 79 44 44 76. Michel La. 06 43 33 08 55.

Dim. 29/10 - L'ÂNE, LES COLLINES ET LA SAUNE - ST FÉLIX LAURAGAIS (31) - Rando de 15km. RTS. 50km de Rville. Dép 8h30 PJR. Cont. Martine B. 06 83 07 45 57. Marie-France D. 06 81 36 18 14.

Fermeture des adhésions 31.10. 2017

PROMENADES ET RANDONNEES DE NOVEMBRE

Sam. 04/11 - MARCHÉ NORDIQUE (9H15 DÉBUTANTS ET 9H45 INITIÉS) (31) - Durée 2h. Dép 9h15 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Dernière séance pour débutants ! Cont. Annie B. 06 21 82 57 49.

Dim. 05/11 - LES VILLAGES DU BRUILHOIS - AUBIAC (47) - Rando de 19km dén 600m. RTS. 120km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Alain B. 06 79 44 44 76. Michel La. 06 43 33 08 55.

Mar. 07/11 - MARCHÉ NORDIQUE POUR INITIÉS (31) - Durée 2h. Dép 9h45 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Alain R. 06 46 48 28 17.

Mar. 07/11 - LES HAUTS ET LES BAS DE FONSEGRIVES - QUINT (31) - Rando de 9km 3h. 10km de Rville. Dép 13h30 PJR. Cont. André 06 13 22 40 73. Jacques 07 70 28 18 55. **(PO)**.

Jeu. 09/11 - LE CAP DE PIC - RAISSAC-SUR-LAMPY (11) - Randos de 15,5km dén 300m et de 18,5km dén 400m. RTS. 75km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Gérard 06 33 65 35 38. Marie-France D. 06 81 36 18 14. Anne. Marie-France P.

Dim. 12/11 - LE PLATEAU - ARAGON (11) - Randos de 16km dén 300m et de 22km dén 350m. RTS. 95km de Rville. Dép 7h30 Place Karben à Rville. **TRANSPORT EN BUS. INSCRIPTION OBLIGATOIRE PAR INTERNET OU TEL** (13€, PO 16€). Cont. Roger 06 41 24 19 10. Nicole 06 11 91 19 00. Janine. Alain R. **(PO)**.

Mar. 14/11 - LES PETITES FILLES MODÈLES - VERFEIL (31) - Rando de 8km dén 200m 2h45. 30km de Rville. Dép 13h30 PJR. Cont. Michel Lo. 07 71 02 74 45. Janine 06 98 07 36 66. **(PO)**.

Jeu. 16/11 - PETITS TOURS EN BOULONNAIS - CIADOUX (31) - Randos de 14km et de 18km. RTS. 90km de Rville. Dép 8h PJR. Visite commentée du village en fin de rando. Cont. Jean Alain 06 88 94 02 21. Marie-France D. 06 81 36 18 14. Stéphane. Annie B.

Sam. 18/11 - MARCHÉ NORDIQUE POUR INITIÉS (31) - Durée 2h. Dép 9h45 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Annie B. 06 21 82 57 49. Jean-Baptiste 06 89 15 63 05.

Dim. 19/11 - LE FER À CHEVAL D'ALARIC - COMIGNE (11) - Rando de 17km. RTS. 110km de Rville. Dép 8h PJR. Cont. Nadia 06 82 25 29 30. Maurice 06 81 67 05 68.

Mar. 21/11 - MARCHÉ NORDIQUE POUR INITIÉS (31) - Durée 2h. Dép 9h45 lieu indiqué en « dernière minute » de notre site. Cont. Annie B. 06 21 82 57 49. Brigitte 06 85 02 61 59.

Mar. 21/11 - ENTRE CANAUX ET JARDINS - COMPANS ET LES AMIDONNIERS TOULOUSE (31) - Promenade commentée de 3km. 11km de Rville. Dép 14h Sortie métro B Compans côté cité administrative. Cont. Michel N. 05 61 75 69 84. **(PO)**.

Jeu. 23/11 - LE COL DU POTEAU - MONTIRAT (11) - Randos de 15km dén 400m et de 18,5km dén 500m. RTS. 105km de Rville. Dép 7h30 Place Karben à Rville. **TRANSPORT EN BUS. INSCRIPTION OBLIGATOIRE PAR INTERNET OU TEL** (13€, PO 16€). Cont. Gérard 06 33 65 35 38. Anne 06 63 34 04 03. Marie-France P. Michel F. **(PO)**.