



Section Randonnées du Jeudi rouge

Programme des sorties - saison 2022-2023

- 1-Jeudi 29 septembre :** Lunas – Les éoliennes - Le Terril
P. F.T. : 11€ Durée : 5h00 Dénivelé : 450m Longueur : 15km
- 2-Jeudi 13 octobre :** Eglise St Sylvestre - Les Balcons de St Guilhem – Le Pont du Diable
P. F.T. : 7€ Durée : 5h00 Dénivelé : 450m Longueur : 15km
- 3-Jeudi 27 octobre :** La Forêt des écrivains combattants
P. F.T. : 13€ Durée : 5h00 Dénivelé : 650m Longueur : 16,7km
- 4-Jeudi 10 novembre :** Les Ruffes du Salagou - Le Puech
P. F.T. : 9€ Durée : 5h00 Dénivelé : 400m Longueur : 14km
- 5-Jeudi 24 novembre :** Saint Felix de l'Héras : repas au Riverain (préinscription le 10 nov.)
P. F.T. : 12€ Durée : 3h30 Dénivelé : 300m Longueur : 10km
- 6-Jeudi 8 décembre :** Villeneuve - Nébian
P. F.T. : 8€ Durée : 4h30 Dénivelé : 400m Longueur : 15km
- 7-Jeudi 5 janvier :** Ganges – Les Jumeaux
P. F.T. : 10€ Durée : 5h00 Dénivelé : 550m Longueur : 15km
- 8-Jeudi 19 janvier :** Carlenas - Plateau du Naubio
P. F.T. : 10€ Durée : 5h00 Dénivelé : 450m Longueur : 12km
- 9-Jeudi 2 février :** Cézas – La Jasse d'Audibert
P. F.T. : 11€ Durée : 5h00 Dénivelé : 650m Longueur : 13km
- 10-Jeudi 16 février :** Tour du Pic Saint Loup depuis le col du Fambetou
P. F.T. : 6€ Durée : 5h00 Dénivelé : 630m Longueur : 13km
- 11-Jeudi 2 mars :** Campredon - Valleraugue
P. F.T. : 13€ Durée : 5h00 Dénivelé : 750m Longueur : 11km
- 12-Jeudi 16 mars :** Source de la Buège – Mas Aubert
P. F.T. : 11€ Durée : 5h30 Dénivelé : 500m Longueur : 15km
- 13-Jeudi 30 mars :** Saint Felix de l'Héras – Mas Pater
P. F.T. : 12€ Durée : 5h00 Dénivelé : 500m Longueur : 15km
- 14-Jeudi 13 avril :** La combe de Brunan - Saint Guilhem
P. F.T. : 10€ Durée : 5h00 Dénivelé : 500m Longueur : 13km
- 15-Jeudi 27 avril :** Navacelles – Autrement (Rando cévenole)
P. F.T. : 11€ Durée : 6h00 Dénivelé : 650m Longueur : 17km
- 16-Jeudi 11 mai :** Les Aires - Le Pic de la Coquillade
P. F.T. : 12€ Durée : 5h00 Dénivelé : 600m Longueur : 13km
- 17-Jeudi 25 mai :** Cros - Le Col de la Pierre Levée – Le col des Fosses
P. F.T. : 10€ Durée : 6h00 Dénivelé : 850m Longueur : 11km
- 18-Jeudi 8 juin :** Costubague (Mandagout)-Camias-Col de Peyrefiche
P. F.T. : 12€ Durée : 5h30 Dénivelé : 450m Longueur : 17km
- 19-Jeudi 22 juin :** Les gorges de la Colombière
P. F.T. : 13€ Durée : 6h00 Dénivelé : 850m Longueur : 10km

Le départ des randonnées aura lieu au centre de Lattes Parking du Monument aux morts à 8h précises

Les randonnées du jeudi « rouges » sont organisées un jeudi sur 2 à l'attention des pratiquants réguliers de la randonnée.

Pour la sécurité de tous, les animateurs et les participants suivent les règles de la randonnée accompagnée :

- Toutes les 20 à 30mn, une petite pause est prévue pour que les derniers puissent rattraper le groupe.
- Lorsque le groupe doit franchir une difficulté (passage ou il faut s'aider des mains...) une petite pause est à faire par tous pour attendre le passage du dernier randonneur.
- Lors de croisements de sentiers un petit arrêt est à prévoir pour que tout le groupe prenne la bonne direction.
- Lorsqu'un randonneur veut s'éloigner du groupe, il doit déposer son sac à dos sur le bord du sentier pour indiquer au serre-file à quel endroit il s'est arrêté

Le programme en page 1 est établi à titre de base, mais certaines des randonnées pourront être modifiées par les organisateurs en fonction des "données" du moment : Météo, autre itinéraire plus intéressant... Ce changement de programme sera annoncé, dans la mesure du possible, par mail le mercredi précédant la randonnée.

Comme convenu avec l'ensemble des responsables des randonnées de Lattes Loisirs et Culture, la participation aux frais de co-voiturage est calculée pour l'année en cours sur la base de 0,075 euro par kilomètre de trajet aller et retour par personne à verser directement au conducteur du véhicule, sur la base de 4 personnes dans la voiture. Pour 5 personnes dans la voiture une réduction de 20% pourra être appliquée. Le montant conseillé pour cette participation est indiqué (P.F.T. : X€) pour chaque sortie sur le tableau ci-contre.

Rappels :

- Se munir impérativement de chaussures de randonnée et d'un vêtement de protection contre la pluie.
- Emporter un pique nique et de l'eau en quantité suffisante.

Pour tout renseignement, veuillez prendre contact avec les animateurs :

Daniel BARTHES (responsable) Via LLC au 04 67 65 30 79
Jacqueline BARTHES
Max PAULET
Jean Louis SYLVESTRE