



ASURANDONNÉE

Campagne, Montagne et Nature

Siège Social: Mairie de L'Union - 31240

Affiliée à la Fédération Française de Randonnée pédestre (N° 09717)

randoasu@gmail.com

<https://www.asurandonnee.org/>

Janvier-Février-Mars 2025

DATE	DEPT	RANDONNEES	RESP	IGN	DEPART	IBP	KM	DENIVELE	TEMPS
Jeudi 09 Janvier	81	Sorèze Berniquaut par St James	CR	2344OT	Sorèze	64	16	580	5h30
Vendredi 10 Janvier		Galette des rois							
Dimanche 12 Janvier	31	Randonnée à Izaut et raclette	CR	1947OT	Izaut de l'Hôtel	40	9	350	3h30
Vendredi 17 Janvier	31	Marché nocturne forêt de Buzet	CV	2142O	Parking sud Forêt	30	10	80	2h
Dimanche 26 Janvier	09	Journée raquettes avec accompagnateur	CV		Rdv à Massat	Accompagnateur montagne			
Jeudi 30 Janvier	32	Faget Abbatial	JPS	1844E	Eglise Faget abbatial	45	16	250	4h30
Dimanche 02 Février	81	Puycelsi, Larroque par la cascade de l'Audoulou	DG	2141SB	Parking Saint-Martin d'Urbens	83	19	674	6h
Jeudi 06 Février	81	Lautrec, Château de Malvignol	DG	2243SB	Lautrec	71	20	475	6h
Jeudi 20 Février	82	Chateau de Cas – Espinas	JPS	2140E 2240O	Chateau de Cas	58	17	481	5h30
Dimanche 23 Février	46	Cras, Oppidum de Murcens	DG	2138OT	Village de Cras	59	16	439	5h
Dimanche 02 Mars	82	Autour de Caylus	JPS	2140E	Lac de Caylus	61	19	415	5h30
Jeudi 06 Mars	11	Le chemin des Arbousiers	CV	2245E	Raissac sur Lampy	58	18	420	5h30
Dimanche 16 Mars	11	Roquefère - Cascade Cubserviès	CR	2344ET	Roquefère	80	17	775	5h30
Jeudi 20 Mars	09	Autour de Roquefort les Cascades	CR	2147ET	Lieurac	32	16	560	5h30
Dimanche 23 Mars	81	Ambialet et repas à from d'Aqui	CV	2341SB	Ambialet	57	10	450	2h30

La programmation est en principe d'un jeudi et d'un dimanche sur deux avec un jeudi supplémentaire par mois pour une randonnée modérée.

Cette programmation est susceptible d'être modifiée en particulier en fonction des conditions météorologiques

Indice IBP pour marcheur (euse) entraîné(e): **IBP<50: Facile** **50<IBP<70:modéré** **70<IBP<90:moyen** **IBP>90:Difficile**

" Le bonheur n'est pas au bout du chemin, il est le chemin"

