

# Programme Randonnées et autres Manifestations 2020

## Association ROCHEGUIDE-GARE

12 Janvier	: Galette des Rois	Départ 13h 30	Organisation Jean Pierre Besset	TL : 0563453737
2 Février	: Randonnée à Dénat	.....13h	Alain	TL: 0608320751
8 Mars	: Randonnée à Rouffiac	.....13h	Jean G	TL: 0652442214
19 Avtil	: Randonnée Chalenge	..... 8 h	Alain	TL: 0608320751
26 Avtil	: Randonnée le Saquet à Penne	..... 9 h	Jean C	TL: 0683627843
3 Mai	: Randonnée Brousse le Château	..... 9h place Fernand Pelloutier Rose Marie		TL : 0630163757
17 Mai	: Randonnée grillades ( Flore )	Causse d'Anglars		TL : 0608320751
6 juin	: <i>Repas de Quartier rue Rocheguide à 19h</i>			TL : 0608320751
				<< Auberge Espagnole >>

**Jendredi 11 Juin 2020 : Excursion Départ 7h du parking Morin Marée  
pour la visite du Château de Bonaguil , Tuilerie de Condat,  
Déjeuner les Bons Enfants, Navigation sur le Lot en Gabare.**

**Retour 18h vers Albi**

**Inscriptions - Renseignements 0608320751**

21 Juin	: Randonnée Surprise	.....	9h Elian	TL: 0563548821
13 Septembre	: Randonnée à Lincou	.....	9h Alain GiGi	TL : 06325117668
18 Octobre	: Randonnée Surprise	.....	13 h Nicole	TL : 0614915013
22 Novembre	: Randonnée Chataignes		Avec Viaur Vivant	TL: 0608320751
13 Décembre	: Randonnée Carlus	.....	13h Jeanine	TL: 0611571475

**À partir du 1 Janvier 2020 tous les départs de randonnée se feront du parking  
d'Intermarché Séquestre aux heures notifiées.**



## INFORMATIONS :

Pour l'année 2020 tous les Mercredi après-midi nous ferons une sortie : Promenade Santé.

Départ 13 h 30 du Parking d'Intermarché.

Du 1 Mai au 26 Juin : Départ 10 h du Parking d'Intermarché.

Les Mois de fortes chaleur les randonnées sont annulées.

Ces randos s'adressent à toutes les personnes volontaires, soucieuses de leur bien être et de leur bonne santé. Toutes les personnes intéressées devront fournir un certificat médical récent et avoir de bonnes chaussures de marche.

Les inscriptions et les renseignements doivent être pris auprès de :

Alain Raynal 9 rue Pierre Esquilat - Téléphone : 0608320751 - Mail: [alain.raynal2@orange.fr](mailto:alain.raynal2@orange.fr)

Pour participer à tout le programme, il est indispensable de souscrire à l'adhésion  
Rochegude Gare (10 € par famille). Pour ce qui concerne la marche ou la randonnée santé,  
il est nécessaire de souscrire à l'adhésion de la licence de la Fédération Française de la Randonnée

Pédestre :

Tarif : 27 € individuellement et 53,80 € pour la famille.

Pour tous renseignements complémentaires contacter le 0608320751

ou par Mail : [alain.raynal2@orange.fr](mailto:alain.raynal2@orange.fr)

L'assemblée générale étant prévue le **31 Janvier 2020** vous pouvez, si vous le souhaitez, vous présenter au bureau de l'association . Le meilleur accueil vous sera réservé.

Pour en savoir plus : consultez notre blog « rochegudegare » sur canal blog

Mesdames, Messieurs,  
Chers amis,

Afin de respecter les statuts de notre association et comme les années précédentes, je suis heureux de vous inviter à participer à notre assemblée générale.

Cette réunion se déroulera le **vendredi 31 janvier 2020 à 18h** dans les locaux d'Albi conférence (ex Athanor) place Edmond Canet à Albi.

A l'issue de notre assemblée générale, un apéritif sera servi au bar restaurant de l'hôtel du Parc en face de la salle de réunion ; pour ceux qui le souhaitent un repas est organisé dans le même établissement.

Dans l'attente de se rencontrer, les membres du bureau se joignent à moi pour vous souhaiter de **bonnes fêtes**.

Bien cordialement

Francis LETTERON

Président de l'association de quartier

Rochegude-Gare

06 73 44 70 26 "