



Nous avons rendez-vous au PP

Avec ce programme saisonnier, diffusion de la gazette n° 37 (elle est réservée exclusivement aux adhérents) venez donc nous rejoindre...

Courant juin : diffusion du programme d'été, à demander auprès de l'office de tourisme des monts de Lacaune ou des bureaux d'information tourisme.

RANDO JEUDI : voir le programme sur le site ou sur demande par messagerie

Le jeudi, à 13h30 (demi-journée) ou à la journée, rendez-vous au parking de la poste (**abréviation PP**) de Lacaune et un "Passejiaire" vous guidera (sauf en période de neige : raquettes)

Licence auprès de la Fédération Française de Randonnée Pédestre demandée après 2 ou 3 sorties d'essais : venez nombreux pour découvrir la randonnée à nos côtés.

L'ESPRIT DES RANDOS...

Nos randonnées vont à la découverte du patrimoine naturel et humain, en toute convivialité, sans esprit de compétition.

Nos parcours sont sélectionnés en fonction de leur attrait naturel et patrimonial.

Ils sont le fruit de l'implication des adhérents, et doivent être honorés en priorité.

Sommaire de la saison 2019/2020

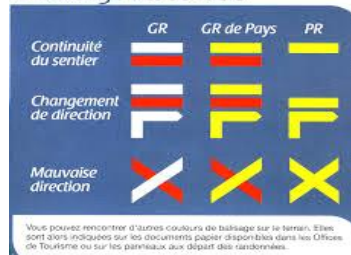
Modifié le 15/12/2019

Dimanche	3 novembre	Faugères
Dimanche	17 novembre	Combret
Dimanche	1 décembre	Itzac
Samedi	14 décembre	Nages
Dimanche	5 janvier	Dio et Valquièrre
Dimanche	19 janvier	St-Salvy de la Balme
Dimanche	2 février	Gruissan
Dimanche	16 février	Montpeyroux
Dimanche	1 ^{er} mars	Malavielle
Samedi	14 mars	Le Teil Haut
Dimanche	22 mars	Lac du merle
Dimanche	5 avril	Le Banquet
Vendredi	1 ^{er} mai	Murat
Dimanche	17 mai	Colombières-sur-Orb
Jeudi	21 mai	Nages
Lundi	1 ^{er} juin	Fraïsse-sur-Agoût
Dimanche	7 juin	Roquecezières
Dimanche	21 juin	Douch
Samedi	27 juin	Fraïsse-sur-Agoût

Ces randonnées sont ouvertes à tous sans inscription préalable. Elles peuvent être annulées en fonction de la météo créant un risque pour les randonneurs.

Chaque participant doit pourvoir à son ravitaillement. L'horaire de départ sera respecté ; l'heure d'arrivée est donnée à titre indicatif.

Le balisage des sentiers



Autres renseignements

Pierre Caurier, Président : ☎ 05 63 37 11 33

Ou auprès du guide de la randonnée

Ou le site : <http://lospassejaires-montsdelacaune.fr/>

Ou la messagerie : los.passejaires@gmail.com

Ou Facebook : [Los Passejaires Rando Lacaune](#)

Los Passejaires



Randonneurs des Monts de Lacaune

Mairie - BP 18
81230 Lacaune

Saison 2019-2020

Après un été au service des associations du territoire, nous reprenons le cours de notre programme d'hiver pour la nouvelle saison 2019/2020

Nous souhaitons vous retrouver nombreux sur les chemins de randonnée de ce programme alléchant...

Pour les amateurs (trices) de marche nordique tous les mercredis à 18h, rendez-vous devant la mairie de Lacaune et les lundis à 17h30 à Le Rieu La Salvetat-sur-Agoût.

Certificat médical

La réglementation et aussi la sécurité impose de produire un certificat médical pour la pratique de la randonnée pédestre (et compétition pour les amateurs de rando challenge) avant de délivrer la licence.

COVOITURAGE

Il est rappelé aux adhérents que, par souci d'économie, il est effectué un covoiturage lors des randonnées ; ceci entraîne des frais qu'il y a lieu de partager selon la règle votée en assemblée générale.

PROGRAMME SAISON 2019/2020 – "LOS PASSEJAIRES - RANDONNEURS DES MONTS DE LACAUNE"

Date et heure départ	Titre et thème (*Modifications du 15 décembre 2019)		Covoiturage / lieu de départ	Distance / Dén	Niveau	Animateur
Dimanche 3 novembre 2019 9h30 à 16h00	Faugères : les capitelles, les 3 tours et retour par les vignobles		PP 8h Faugères station-service 9h30	15 km dén 300 m	Facile	C et A Fourgassié 06 79 62 58 90
Infos novembre	- 10 nov : rando Challenge Audois Lac de Cavayère Carcassonne (11000) - 11 nov : rando St Martin à Mauriac (Sénoilhac) - 24 nov : ronde du Gaillac primeur à Montels avec Gaillac Rando					
Dimanche 17 novembre 9h à 16h	Notre Dame d'Orient : de Combret à Notre Dame d'Orient, patrimoine et terre du Rouergue		PP 8h Combret (place) 9h	16 km dén 360 m	Moyen	A M et J M Calvet 06 83 00 08 79
Dimanche 1er décembre 9h à 16h	Les dunes de Maraval : paysages de dunes (rougiers) point de vue sur Cordes		PP 7h30 Église Itzac 9h	18 km dén 350 m	Moyen	R Béziat et D Duvernay 06 27 05 14 11
Samedi 14 décembre 9h à 12h	Nages : matinée de rando autour de Nages. Repas de fin d'année à midi à Nages		PP 8h30 Nages (église) 9h	10 km	Moyen	Denis Mouchot 06 58 45 28 47
Dimanche 5 janvier 2020 9h à 15h	Dio et Valquièrre : le plo du laurier, au fil des hameaux, découverte des maisons du XII ^{ème} au XV ^{ème} siècle avec des panoramas sur les avants monts et Carlencas		PP 7h30 Dio et Valquièrre 9h	12,7 km dén 380 m	Moyen	Denis Mouchot 06 58 45 28 47
Dimanche 19 janvier 9h à 16h	Ronde del peyraïre : un paysage sculpté par des rochers évocateurs, et des forêts magnifiques, où, depuis longtemps, l'homme a tiré des blocs de granit		PP 8h20 St-Salvy de la Balme (place mairie) 9h	17 km dén 600 m	Moyen	M. Barthès 06 58 25 24 54 C Diaz 07 82 46 81 34
Dimanche 2 février 9h30 à 16h00	L'île St Martin : (Gruissan) vue sur les salins, les étangs et tour de l'île		PP 6h30 Gruissan (rd point entrée près étang) 9h30	18 km dén 150 m	Moyen	R Béziat et D Duvernay 06 27 05 14 11
Dimanche 16 février 10h à 16h	*Mont St Baudille : circuit vers la table d'orientation, point culminant du Larzac méridional (848 m) et beaux panoramas du Languedoc Méditerranéen		PP 7h30 et Montpeyroux cave coopérative 9h30	11 km dén 450 m	Moyen	C et A Fourgassié 06 79 62 58 90
Samedi 22 février	AG du CDRP81 à Lacaune					
Dimanche 1er mars 9h à 16h	*Les terres rouges de Malavieille (34) : balade dans les terres rouges, une antique chapelle de St Fulcran et ruines du château		PP 7h40 Malavieille 9h	12 km den 300 m	Moyen	Éliane Teissier 06 82 74 36 98
Samedi 14 mars 14h à 17h	Le Singladou : autour du puech du Singladou		PP 13h30 Le Teil Haut (RD 622) 14h	13 km	Facile	P et J Carrier 06 82 22 11 17
Dimanche 22 mars 9h30 à 16h	Lac du merle : à la découverte des rochers du Sidobre		PP 9h Lac du merle 9h30	18 km dén 300 m	Moyen	R Béziat et D Duvernay 06 27 05 14 11
Dimanche 5 avril 9h à 16h	*Camin des Saints-Peyres aux gorges du Banquet : belles hêtraies et lac des Saints-Peyres		PP 8h Le Banquet 9H	17 km dén 500 m	Moyen	A et G Bacou 06 85 29 80 70
infos avril – mai- juin	- 19 avril : rando challenge tarnais à Lombers - 1 ^{er} mai : rando du muguet à Murat - 21 mai : printemps du Laouzàs à Nages - 31 mai : grande fête de la rando du Tarn à Lautrec - 1er juin : rando de Pentecôte à Fraïsse-sur-Agoût					
dimanche 17 mai 9h40 à 16h	*Gorges de Colombières : après les points de vue sur les gorges, les habitations troglodytes et la Fage, descente par une ancienne voie romaine dans les chênes et les châtaigniers séculaires.		PP 7h30 Colombières-sur-Orb (Parking derrière la mairie) 9h40	13 km dén 800 m	Difficile (descente)	M Viste et C Moine 06 83 09 14 51
Dimanche 7 juin 9h30 à 16h	Saint-Crépin : balade autour du village par des chemins escarpés et non balisés		PP 9h Roquecèzières 9h30	15 km dén 500 m	Moyen	A M et J M Calvet 06 83 00 08 79
Dimanche 21 juin 8h30 à 16h	Boucle Douch/Colombières : départ de Douch, descente vers Colombières par le Garel (750 m de descente) avec une vue sur la vallée de l'Orb et retour par les gorges de Colombières		PP 7h45 Douch 8h30	15 km dén 1200 m	Entraîné indice effort 111	Jacques Lavigne 06 75 82 64 86
Dimanche 27 juin 9h à 12h	Autour de Fraïsse-sur-Agoût : matinée de randonnée avant le repas de fin de saison à Fraïsse		PP 8h30 Fraïsse-sur-Agoût 9h	10 km dén 300 m	Moyen	Éliane Teissier 06 82 74 36 98
Dimanche 26 juillet	Fête de la charcuterie à Lacaune					