

# Randonnées Départementales

proposées par

L'ASSOCIATION « GV PLEIN AIR 81 »



GV PLEIN AIR 81 Maison départementale des sports

148 avenue Dembourg 81000 ALBI

Association Loi 1901, créée le 16.09.04

adresse de correspondance :

Brigitte Peytavin 16, rue des Chalets 81000 ALBI Tél : 05 63 38 19 62



**SAISON 2021 - 2022**

**septembre - octobre**

**novembre - décembre**

**2021**

[www.sport-sante.fr](http://www.sport-sante.fr)

*Randonnées destinées aux adhérents de GV Plein air 81,  
mais également à tout licencié EPGV d'une autre association (2 randonnées d'essai gratuites)*

## **Grille de cotation des randonnées**

La mise en place de la cotation a comme objectifs :

- ↳ de choisir une randonnée adaptée à vos capacités physiques
- ↳ de pratiquer un sport avec plaisir
- ↳ tout en permettant à l'ensemble du groupe d'évoluer à un rythme homogène

| <b>Cotation</b>  | <b>Critères</b>  | <b>Difficultés possibles</b>   |
|------------------|--|--|
| <b>FACILE</b>    | - jusqu'à 300 m de dénivelé<br>- jusqu'à 12 km<br>- jusqu'à 3 heures de marche | Le terrain ne présente pas de difficultés notables   |
| <b>MOYEN</b>     | - de 300 à 600 m de dénivelé<br>- de 13 à 18 km<br>- de 4 à 6 heures de marche | Montée raide ou descente pentue<br>Passage difficile, éboulis<br>Passerelle, passage à gué |
| <b>DIFFICILE</b> | - plus de 600 m de dénivelé<br>- plus de 18 km<br>- plus de 6 heures de marche | Passages vertigineux, pierriers<br>Fort dévers, échelle<br>Zone rocheuse, falaise          |

***Les randonnées faciles sont destinées à tous, même ceux qui marchent plus lentement.***

***Les randonnées difficiles sont destinées aux marcheurs plus aguerris.***

*La participation aux randonnées départementales est un engagement à respecter l'organisation.  
En cas de non respect de cette règle, la responsabilité du ou des organisateurs ne saurait être engagée.*

***Présence souhaitée des participants 10 minutes avant l'heure de départ.***

***Si besoin, s'informer auparavant auprès de la personne responsable de la randonnée pour connaître le degré de difficulté, les conditions météo, le lieu de départ précis, etc...***

**Dimanche 5 septembre 2021**

**Journée de rentrée**

**LAC DE LA BANCALIE**

9 h : Accueil

9 h 30 : Randonnée autour du lac (**cotation facile**) - 3 h de marche environ, 10 km

12 h 30 : pique nique tiré du sac - *café offert*

*Pour ceux qui le souhaitent, apportez vos tables et chaises pliantes*

RDV : parking ombragé - 800 m à gauche après le barrage

Pour s'y rendre : Albi, Réalmont, D 86 vers Lafenasse, puis à gauche vers Alban, 1 km après St Lieux, à droite D138 - La Bancalié / St Antonin de Lacalm

**Responsables :**

**Simone Combes tél 05 63 56 62 71 / 06 66 40 43 61**

**Claudine Montet tél 05 63 60 89 18**

**Martine et Georges Magnabal tél 05 63 45 05 20 / 06 11 37 56 04**

**Dimanche 12 septembre 2021**

**cotation : moyenne**

**SALVAGNAC**

Randonnée à la journée, 4 h de marche environ, 14 km, 180 m de dénivelé, sur le circuit des Hauts de la Maladène, terroir céréalier, producteur de la farine de blé pure pour le pain "Lou Cantel" ; passage boueux en cas de pluie.

Pique-nique du midi tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables

Départ : 10 h - parking de la base de loisirs des Sourigous

Pour s'y rendre : d'Albi, Marssac, avant Gaillac, à droite D18 toutes directions, au dernier rond-point, direction Montauban D 999 ; à hauteur de Salvagnac, à droite base de loisirs.

**Responsable : Nicole Hébrard tél 06 15 97 70 09**

**Dimanche 19 septembre 2021**

**cotation : Moyenne**

**GRAULHET**

Randonnée à la journée, 4 h 30 de marche environ, 16 km, 300 m de dénivelé, sur le circuit des trois lacs. Pique-nique tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables

Départ : 10 h - parking du Lac de Nabeillou

Pour s'y rendre : à Graulhet, direction Toulouse ; au 2ème rond-point, monter à gauche vers Nabeillou

**Responsable : Françoise Fournier tél 09 81 81 48 35 / 06 88 55 22 36**

**Dimanche 26 septembre 2021**

**cotation : Moyenne**

**PAMPELONNE**

Randonnée à la journée, 5 h de marche environ, 16 km, 170 m de dénivelé, sur le plateau du Ségala, entre le Viaur et le Céret.

Pique-nique tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables.

Départ : 10 h - place du Foirail

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Rodez, sortie D988 ZA Nord Croix-de-Mille, suivre Ste-Gemme, Pampelonne

**Responsables : Martine et Georges Magnabal tél 05 63 45 05 20 / 06 11 37 56 04**

**Dimanche 3 octobre 2021**

**cotation : Difficile**

**SOREZE**

Randonnée à la journée, 5 h de marche environ, 17 km, 600 m de dénivelé, avec une belle montée au départ ; visite des abords de la grotte du Calel, hêtre remarquable de St-Jammes, oppidum de Berniquaut. Pique-nique tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables.

Départ : 9 h 30 - parking à la sortie de Sorèze, vers Revel, au niveau du Super U

Pour s'y rendre : d'Albi, rocade de Castres, sortie D 85 Dourgne - Sorèze

**Responsable : François Bothorel tél 05 63 37 16 27 / 06 07 38 60 16**

**Dimanche 10 octobre 2021**

**cotation : Facile**

**LE VERDIER**

Randonnée à la 1/2 journée, 3 h 30 de marche environ, 11 kms, 150 m de dénivelé ; circuit vers St-Beauzile et retour par le GR de pays.

Chaussures de randonnées indispensables.

Départ : 13 h 30 - parking à droite en bas du village, en venant de Gaillac

Pour s'y rendre : Albi, Gaillac, D964 direction Caussade, à 4 km, à droite D 15 vers Le Verdier

**Responsable : Claudine Montet tél 05 63 60 89 18**

**Dimanche 17 octobre 2021**

**cotation : Moyenne**

**LE SEQUESTRE**

Randonnée à la journée, 4 h de marche environ, 14 kms, 200 m de dénivelé ; circuit vallonné entre Le Séquestre et Carlus, avec points de vues sur l'Albigeois.

Pique-nique tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables.

Départ : 10 h - parking devant la mairie

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Toulouse, sortie Le Séquestre, au rond-point, suivre Le Séquestre village

**Responsable : Nicole Hébrard tél 06 15 97 70 09**

**Dimanche 24 octobre 2021**

**cotation : Moyenne**

**PAULINET**

Randonnée à la 1/2 journée, 3 h 30 de marche environ, 11.5 km, 400 m de dénivelé, sur le sentier du chevreuil. Bonnes montées et descentes, glissantes en cas de pluie ; passage à gué d'un ruisseau.

Chaussures de randonnées indispensables

Départs : 13 h 30 - parking en face la mairie

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Millau, avant Alban, à droite D 86 vers Réalmont, puis tout droit D 53 vers Paulinet

**Responsable : Françoise Tixador tél 05 63 47 55 83 / 06 46 37 87 42**

**Dimanche 31 octobre 2021**

**cotation : Difficile**

**TANUS**

*passage à l'heure d'hiver*

Randonnée à la journée, 5 h de marche environ, 15 km, 550 m de dénivelé, en passant à la chapelle de Las Planques, passerelle sur le Viaur, hameau de Teillet et points de vue, château et barrage de Thuriès, gorges du Viaur.

Pique-nique tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables.

Départ : 9 h 30 - parking de Las Planques

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Rodez, sortie Tanus, au 1er rond-point, vers Pampelonne, puis 2ème à droite vers La Carayrié-chapelle de Las Planques, continuer jusqu'au parking (après le petit lac de retenue).

**Responsable : Gérard Douziech tél 05 63 38 06 24 / 06 89 17 15 30**

**Dimanche 7 novembre 2021**

**cotation : Facile**

**CADALEN**

Randonnée à la 1/2 journée, 3 h 20 de marche environ, 11.5 km, 150 m de dénivelé, vue sur la plaine environnante.

Chaussures de randonnées indispensables

Départ : 13 h 30 - parking à côté de la maison de retraite

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Toulouse, sortie N° 10, suivre Cadalen, traverser le village, direction Lombers jusqu'au carrefour d'Aussac et Labessière-Candeil.

**Responsables : Martine et Georges Magnabal tél 05 63 45 05 20 / 06 11 37 56 04**

**Dimanche 14 novembre 2021**

**ASSEMBLEE GENERALE**

***Randonnée le matin - AG l'après-midi  
PROGRAMME DISTRIBUE FIN OCTOBRE***

**Dimanche 21 novembre 2021**

**cotation : Moyenne**

**LAMONTELARIE**

Randonnée à la journée, 4 h de marche environ, 14 km, 430 m de dénivelé, circuit dans les bois.  
Pique-nique tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables

Départ : 10 h - parking à droite à la sortie du hameau Le Rouquié, sur la D14 E2, en bordure du lac de la Raviège

Pour s'y rendre : d'Albi, Castres, direction Lacaune. Dans Brassac, à droite D 62 vers La Salvetat-sur-Agoût, puis D 52 puis D14 E2

**Responsable : François Bothorel tél 05 63 37 16 27 / 06 07 38 60 16**

**Dimanche 28 novembre 2021**

**cotation : Moyenne**

**LABASTIDE-GABAUSSE**

Randonnée à la 1/2 journée, 3 h de marche environ, 11 km, 350 m de dénivelé, sur le circuit vallonné des pigeonniers. Quelques passages glissants si pluie.  
Chaussures de randonnées indispensables

Départ : 13 h 30 - parking de la salle des fêtes de Labastide-Gabausse

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Cordes, après Les Pessageries, à droite D 25 vers Mailhoc, puis D 27 vers Labastide Gabausse.

**Responsable : Nicole Hébrard tél 06 15 97 70 09**

**Dimanche 5 décembre 2021**

**cotation : Facile**

**LABASTIDE-DENAT**

Randonnée à la 1/2 journée, 2 h 45 de marche environ, 9.5 km, 110 m de dénivelé, dont 3.5 km sur la voie verte vers Albi.  
Chaussures de randonnées indispensables

Départ : 13 h 30 - parking de l'église en haut du village

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Castres D 612, puis à gauche D 121 Labastide-Dénat.

**Responsables : Martine et Georges Magnabal tél 05 63 45 05 20 / 06 11 37 56 04**

**Dimanche 12 décembre 2021**

**cotation : Facile**

**TRAVANET**

Randonnée à la 1/2 journée, 3 h 30 de marche environ, 12.5 km, 230 m de dénivelé. Panorama sur le Réalmontais, le Montredonnais, puis redescente le long du Dadou.  
Chaussures de randonnées indispensables

Départ : 13 h 30 - parking avant le village (ancien lavoir et abreuvoir)

Pour s'y rendre : d'Albi, Réalmont, D 63 Lafenasse, puis à gauche D 11 Travanet - Arifat

**Responsable : Myriam Fonvielle tél 06 76 85 57 25**

**Dimanche 19 décembre 2021**

**cotation : Facile**

**SOUAL**

Randonnée à la 1/2 journée, 3 h 30 de marche environ, 12 km, 150 m de dénivelé, en partie sur le circuit des pigeonniers, et en partie sur le circuit des grenouilles.  
Chaussures de randonnées indispensables

Départ : 13 h 30 - parking Place d'Occitanie (mairie), à droite, avant le pont (angle Crédit Agricole)

Pour s'y rendre : d'Albi, rocade de Castres, sortie Revel / Soual

**Responsable : Simone Combes tél 05 63 56 62 71 / 06 66 40 43 61**

