



**MJC
LABRUGUIÈRE**

Club de Randonnée



FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
www.ffrandonnee.fr
Comité départemental du Tarn

RANDONNÉES et « RANDOS DOUCES » OCTOBRE 2024

RANDONNÉES D'APRÈS-MIDI → DÉPART 13H30 D'EN LAURE

Il faut s'inscrire à l'avance par mail : yolandecarriere@free.fr ou par SMS : 06 95 65 58 85
LES ANIMATEURS → Gérard et Yolande CARRIERE , Michel CROS

DATES Covoiturage	€	LIEU ET NOM	DEPART RANDO	DISTANCE	DENIVELE
JEUDI 3 OCT 3,50€ ou 3€		SALES « LA FONTAINE DES 3 ÉVÊQUES »	Sales	13 KM	350 M
JEUDI 10 OCT 3€ ou 2,5€		LACROUZETTE - CRÉMAUSSEL LE LAC DU MERLE	Parking Crémaussel	12 KM	250 M
JEUDI 17 OCT 3€ ou 2,5€		LACABARÈDE « LE SENTIER DES HAUTES FUTAIES »	Parking ancienne gare	12 KM	430 M
JEUDI 24 OCT 4€ ou 3€		BIOT-FONTRIEU « LE PUECH MARGOT »	Eglise de Biot	13 KM	400 M
JEUDI 31 OCT 2,5€ ou 2€		SORÈZE « LES MOULINS ET LE LAC DE ST FERRÉOL »	Parking L'Orival	13 KM	300 M

RANDONNÉES A LA JOURNÉE → DÉPART 8 H D'EN LAURE

DATES covoiturage	€	LIEU ET NOM	DÉPART RANDO	DISTANCE	DENIVELE
LUNDI 7 OCT 4,5€ ou 3,5€		ESPÉRAUSSES-BERLATS-SAUSSAUNIÈRES	Monument aux morts Espérousses	21 KM	600 M
LUNDI 21 OCT 8€ ou 6€		BERLOU	Cave de Berlou	17 KM	650 M

« RANDOS DOUCES » → DEPART 13H30 D'EN LAURE

Il faut s'inscrire à l'avance par mail : philippe.tarquin@gmail.com ou SMS : 06 15 29 15 19
LES ANIMATEURS → Joachim PROENCA, Philippe TARQUIN, Alain MARCATO, Jean-Paul CUQ.

DATES	Covoiturage	LIEU ET NOM DE LA RANDONNEE	DISTANCE
MARDI 1 OCT	3€ ou 2,5€	SAINT SÉBASTIEN	9 KM
MARDI 8 OCT	4€ ou 3€	LOMBERS « LE SENTIER DES ROMAINS »	8 KM
MARDI 15 OCT	3 ou 2,5€	FERRIÈRES - LA RAMADE « LE SENTIER DU LUTHIER »	8,5 KM
MARDI 22 OCT	2,5€ ou 2€	LE VINTROU	9 KM
MARDI 29 OCT	2,5€ ou 2€	SORÈZE « LE SENTIER DU CAUSSE »	8 KM