

Programme des randonnées : avril - mai - juin 2022

Lundi randonnée – Aurillac 2h30 à 3h environ - Départ 13h15 - Parking Georges Pompidou								Lundi mini randonnée – Aurillac 1h30 environ - Départ 13h30 - Parking Georges Pompidou							
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables
04-avr	Randonnée : Primtemps des Générations - Participation de 2€uros	Départ 13h30 à Hélicas					Animateurs : J. François - Pierrette	Joëlle - J. Luc							
11-avr	Arnac	Pkg G. Pompidou					Michel M. - J. Louis M	11-avr	Vitrac	Pkg G. Pompidou					Françoise - J. Pierre
25-avr	Pailherols	Pkg G. Pompidou					Yvette M. - J. Louis M.	25-avr	Miécaze	Pkg G. Pompidou					J. François - Pierrette
02-mai	Teissières	Pkg G. Pompidou					J. Louis A - J. Pierre A.	02-mai	Le Coyan (Lascelles)	Pkg G. Pompidou					Andrée - Patrick
09-mai	Saint-Ilhde	Pkg G. Pompidou					Michel G. - Joëlle	09-mai	Cayrol	Pkg G. Pompidou					J. François - Pierrette
16-mai	Vitrac	Pkg G. Pompidou					Françoise - J. Pierre A	16-mai	Bessonnies - Dép 9h30 pique nique	Pkg G. Pompidou					Andrée - Michel G.
23-mai	Le Chaumeil	Pkg G. Pompidou					Yvette M - Bernard M	23-mai	Nozerolles (St Simon)	Pkg G. Pompidou					Patrick - Mireille
30-mai	Badailhac	Pkg G. Pompidou					J. Luc - Suzanne	30-mai	Vézac	Pkg G. Pompidou					Patrick - Françoise
13-juin	Prat de Bouc	Pkg G. Pompidou					Yvette M - Joëlle	13-juin	St Paul des Landes	Pkg G. Pompidou					Michel M. - M. Liesse
20-juin	St Jacques des Blats	Pkg G. Pompidou					J. Louis A - J. Pierre A.	20-juin	Pailherols	Pkg G. Pompidou					Andrée - Patrick
27-juin	Saint Clément	Pkg G. Pompidou					Michel G - Françoise	27-juin	Lac Tolermé - Dép 9h30 pique nique	Pkg G. Pompidou					Andrée - Pierette

Lundi randonnée – Vallée de l'Authre Départ 13h30 de la Salle Polyvalente de Jussac - Rando à la journée : prévoir pique-nique								Lundi randonnée – Sud Cantal Départ (3h minimum) à 13h30 - Sauf rando journée (prévoir pique-nique)							
Date	Destination	Lieu de départ	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables
04-avr	St Martin Valmeroux	Camping	10		3h30	2	Dominique - Claude	04-avr	St Mamet	Place de l'an 2000	14				Tous les animateurs
11-avr	Saint Cernin (Lagardette)	Lagardette	10		3h	2	Dominique - Claude	11-avr	La Tronquière	Place village	12			1	Tous les animateurs
25-avr	Entraygues Jmée dép 11h	Le long du Lot	12		3h	2	Dominique - Claude	25-avr	Siran : Les gorges de la Cère	Place village	12	oui		2	Tous les animateurs
02-mai	Saliès Col D'Aisse	Saliès	9		3h	2	Dominique - Claude	02-mai	Vitrac : Le trou du diable	Place village	12	oui		2	Tous les animateurs
09-mai	Arnac (chemin des Pradelles)	Camping La Gineste	11		3h	2	Dominique - Claude	09-mai	Gramat (Lot) Moulin du Saut - Jmée dép 9h	Pkg Moulin du Saut	20	oui		2++	Tous les animateurs
16-mai	La BécarieVinzelle	Ruayres	8		3h	3	Dominique - Claude	16-mai	St Mamet/Omps N 122	Pkg délaissé Fordamon	12			1	Tous les animateurs
23-mai	Buron de la Tuillière Jmée dép 11h	La Tuillière	12		4h	3	Dominique - Claude	23-mai	Girgols - Jmée dép 9h30	Place de l'église	14	oui		2	Tous les animateurs
30-mai	Mandailles et la Jordanne	Mandailles Pont gche	8		3h	3	Dominique - Claude	30-mai	Bagnac (Lot)	Pkg pompiers	12			1	Tous les animateurs
13-juin	MandaillesRudez (col de cabre)	Grand tournant	8		3h	2	Dominique - Claude	13-juin	Velzic - Jmée dép 9h30	Place de l'église	12	oui		2	Tous les animateurs
20-juin	Cros de Montvert (Les Esclots)	Mairie	10		3h	2	Dominique - Claude	20-juin	Les Marais de Cassan	Pkg « Briquetterie »				1	Tous les animateurs
27-juin	Cheylade (Les quirus) Jmée dép 9h	à définir	13		4h	3	Dominique - Claude	27-juin	Vallée des daims - Jmée dép 9h30 Repas Auberge	A préciser		oui		2	Tous les animateurs

Mardi randonnée – Pays de Montsalvy 2h à 3h env. - Départ 13h30 de la salle polyvalente de Montsalvy								Jeudi randonnée - Montsalvy 2h env. - Départ 13h30 de la salle polyvalente de Montsalvy							
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables
05-avr	Le Pont de Couffins - Dousque	Salle Polyvalente	11			2	Lulu - Georges	07-avr	Chausy Vauris Cap Del Bos	Salle Polyvalente					Raymonde
12-avr	Mejanasserre- Moncausson	Salle Polyvalente	11			2	Robert - Dominique	14-avr	Le Fel Enguiales	Salle Polyvalente					Raymonde
19-avr	Les Bois de Murois	Salle Polyvalente	11			3	Christine - Robert	21-avr	CALVINET	Salle Polyvalente					Raymonde
26-avr	Vieillevie - Pt de Coursavy - St Sulpice Gr 465 - Jmée dép 9h	Salle Polyvalente	17			3	Robert - Lulu	28-avr	Leucamp la Mine	Salle Polyvalente					Raymonde
03-mai	Pt de Coursavy - Vinzelle - Bécarie	Salle Polyvalente	10			3	Christine - Lulu	05-mai	Montsalvy Bois Momaur	Salle Polyvalente					Robert
10-mai	La Plantelière - Vézac	Salle Polyvalente	12			3	Dominique - Robert	12-mai	Incabrière Creste	Salle Polyvalente					Raymonde
17-mai	Taussac- Ronesque- Bazaygues - Jmée dép 8h30	Salle Polyvalente	18			3	Georges -Christine	19-mai	Couesque Izaguette	Salle Polyvalente					Raymonde
24-mai	Estaing – Les 2 Vallées	Salle Polyvalente	12			2	Lulu - Dominique	02-juin	Prunet	Salle Polyvalente					Raymonde
31-mai	Montourcy- Croix du Don - Murgat	Salle Polyvalente	12			3	Robert - Georges	09-juin	Ladinhac Le Pouget	Salle Polyvalente					Raymonde
07-juin	Port d'agrés - Flagnac	Salle Polyvalente	11			2	Christine - Lulu	16-juin	Etang de Lafeuillade	Salle Polyvalente					Raymonde
14-juin	Fours Peyre Arse - Chalet Eylac- Cols de Cabre et de Serre - Jmée dép 8h30	Salle Polyvalente	17			3	Robert - Dominique	23-juin	Les Marais du Cassan Jmée	Salle Polyvalente					Raymonde
21-juin	Vitrac - Trou du diable	Salle Polyvalente	11			2	Georges - Lulu	30-juin	Trescol Rocher 4 communes	Salle Polyvalente					Raymonde

Jeudi 1 ^{ère} randonnée – Aurillac Journée - Départ 9h - Prévoir pique-nique								Jeudi 2 ^{ème} randonnée – Aurillac Journée (allure plus modérée) - Départ 9h30 - Parking Georges Pompidou - Prévoir pique-nique								
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	
07-avr	Saint Clément	Pkg G. Pompidou					Suzanne - Yvette	07-avr	Cassaniouze	Pkg G. Pompidou	13	600			Françoise - J. Pierre	
								14-avr	Velzic - Inscription avant le 07	Pkg G. Pompidou	15	600			Yvette - Suzanne - J. Luc - Bernard M.	
								Chq 20€ à l'ordre : Hôtel des Tilleuls à adresser à J.Louis MARTINEZ 3 rue E. TRIOLET 15000 Aurillac								
21-avr	La Vigerie	Pkg G. Pompidou					Suzanne - J. Luc	21-avr	Murat	Pkg G. Pompidou	16	560			J. Louis A - Gérard G	
								28-avr	Pierrefort	Pkg G. Pompidou	15	500			Yvette - Bernard M	
05-mai	Mandailles	Peyrolles					Yvette - Joëlle	05-mai	Jussac	Pkg G. Pompidou	20	500			J. Luc - J. Louis A	
								12-mai	Le Fel (prévoir sacs poubelles)	Pkg G. Pompidou	17	600			Françoise - J. Pierre A	
19-mai	Journée Départementale du CODERS à Arpajon sur Cère (voir les infos sur le blog)								19-mai	Journée Départementale du CODERS à Arpajon sur Cère (voir les infos sur le blog)						
02-juin	La Bastide du Fau	Pkg G. Pompidou					Suzanne - Bernard M	02-juin	Ségur	Pkg G. Pompidou	16	350			J. Louis A - Françoise	
								09-juin	La Mejanassère	Pkg G. Pompidou	12	200			Michel G - M. Liesse	
16-juin	Brezons - Dép 8h	Pkg G. Pompidou					J. Luc - Suzanne	16-juin	Encizes - Dép 9h	Pkg G. Pompidou	15	400			Michel G - Andrée	
22-23 juin	Séjour en Aubrac (2 jours) (voir infos sur le blog)								23-juin	Cheylade (Les Quirous)	Pkg G. Pompidou	15	500			J.-L A - Joëlle - J.-A
30-juin	Saint-Julien (RP commune)	Peyrolles					J. Luc - Suzanne	30-juin	Col de Légal RP commune)	Pkg G. Pompidou	12	400			Gérard G - J. Louis M	

Vendredi grande randonnée – Ytrac Départ 13h30 - 9h ou 9h30								Vendredi petite randonnée – Ytrac Départ 13h30							
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables
01-avr	Glénat	Dojo	11	200	3h30		Pascal - Evy	01-avr	Mourjou	Ponétie	8				Nadine - Françoise
08-avr	St Mamet Le Pénard	Sansac	9	200	3h		Evelyne - Marc	08-avr	Pers	Sansac	8				Marcelle - Evelyne
15-avr	Carlat	Ponétie	13	450	4h		Hervé - Nadine	15-avr	Ytrac Bessanès	Dojo	8				Huguette - Ginette
22-avr	Saint Clément	Ponétie	11	350	3h		Jean - Evy	22-avr	Pont du Rouffet	Peyrolles	8				Sylvain - Nicole
29-avr	Velzic - Dép 9h	Peyrolles	18	800	6h		Jean Louis - Hervé	29-avr	Teissières les Boulies	Ponétie	7				Pascal - Evy
06-mai	Calvinet	Ponétie	12	300	3h30		Nadine - Françoise	06-mai	La Salvetat	Sansac	8				Huguette - Ginette
13-mai	Marcolès - Dép 9h30	Le bex	15	400	4h30		Marcelle - Jean	13-mai	Tremouille Auberoque	Ponétie	8				Sylvain - Evelyne
20-mai	La Flandonnière	Peyrolles	8	300	3h		Françoise - Richard	20-mai	Badailhac	Cimet Arpajon	10				Marc - Pascal
27-mai	Saint Chamant - Dép 9h30	C. Epargne	17	600	6h		Hervé - Nicole	27-mai	Vitrac	Sansac	8				Huguette Marcelle
03-juin	Junhac	Ponétie	11	400	3h30		Ginette - Marcelle	03-juin	La Ségalassière	Sansac	6				Françoise - Evelyne
10-juin	Puy de Seycheuse - Dép 9h	Ponétie	14	600	6h		Nadine - Richard	10-juin	Ladinhac	Ponétie	8				Sylvain - Hervé
17-juin	Lacapelle Barrès - Dép 9h	Cim Arpajon	20	500	6h30		Nicole - Pascal	17-juin	Saint Antoine	Le Bex	8				Jean Louis -Huguette
24-juin	La Pinatelle - Dép 9h	Ponétie	18	150	6h		Françoise - Jean	24-juin	La Pinatelle - Dép 9h	Ponétie					Nadine -

Vendredi randonnée - Vallée de l'Authre Départ 8h de la Salle Polyvalente de Jussac								<u>Chaussures de marches à tige rigide et semelles crantées obligatoire.</u>							
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Dur	Diff	Responsables	Prévoir vêtements chaud, boisson et barre énergétique.							
08-avr	Tour de Jussac	Salle polyvalente	17		5h	2	Claude - Dominique	Pour diverses raison, les randonnées peuvent être modifiées ou annulées,							
22-avr	Col de Légal (Chavaroche le Piquet)	Salle polyvalente	15		5h	3	Claude - Dominique	contacter l'animateur ou consulter votre boîte mail.							
06-mai	Bozouls Rodelle - Dép 7h30	Salle polyvalente	22		7h	3	Claude - Dominique								
20-mai	La Gravière PeyreArse col de Cabre	Salle polyvalente	12		4h	3	Claude - Dominique								
10-juin	Arpon du Diable	Salle polyvalente	10		4h	4	Claude - Dominique								

Difficulté : 1 facile - 2 moyenne - 3 difficile

Aurillac : Andrée T 06.32.39.09.03 ; Bernard 06.82.26.58.58 ; Françoise 06.61.06.07.97 ; Gérard G 06.83.84.99.56 ; Gilles 06.52.12.37.26 ; J.François 06.43.77.80.79 ; J.Louis A 06.47.72.33.71 ; J.Louis M 06.30.66.69.47 ; J.Luc 06.03.85.77.49 ; J.Pierre A 06.32.37.74.73 ; Joëlle 06.70.73.52.43 ; M.Liesse 06.75.40.92.75 ; Michel G. 06.59.72.17.64 ; Michel M. 06.09.59.92.92 ; Mireille 06.70.92.75.62 ; Patrick 06.88.99.03.89 ; Pierrette 06.83.93.05.34 ; Suzanne 04.71.47.13.91 ; Yvette M 06.81.57.64.18 - **Sud Cantal** : Yvette & Tintin 06.56.72.14.93/06.56.82.50.95 ; Patrick 06.74.80.34.68 ; Jacques 06.13.09.17.67 ; Maryse 04.71.43.31.40 - **Vallée de l'Authre** : Dominique 06.78.75.97.43 ; Gérard 07.85.09.93.97 ; François 06.47.04.77.88 ; Alex 06.75.75.64.04 ; Antoine 06.08.92.83.78 ; Claude 06.31.16.12.55 - **Montsalvy** : Robert 06.76.46.32.74 ; Georges 06.70.40.92.72 ; Lulu 06.32.83.88.75 ; Raymonde 06.85.24.12.87 ; Christine 06.70.74.88.24 ; Dominique 06.72.74.10.60 ; Pierre 06.83.41.80.11 - **Ytrac** : Marcelle 06.79.73.67.08 ; Huguette 06.77.78.53.55 ; Ginette 06.32.58.51.83 ; Evelyne 06.10.56.00.40 ; J.Louis 06.52.80.36.73 ; Nadine 06.33.69.38.94 ; Hervé 06.41.11.84.45 ; Pascal 06.32.59.73.74 ; Jean 06.07.22.18.01 ; Françoise 06.81.09.62.75 ; Sylvain 07.87.79.02.37 ; Marc 06.50.32.20.28 ; Nicole 06.75.82.88.75 ; Evy 06.83.53.12.01 ; Richard 06.80.76.28.94.