

MARDI.....MARCHEZ, DECOUVREZ, PARTAGEZ

25^{ième} année

« Pour la Liberté aussi bien que pour l'Honneur, on doit aventurer sa vie »

Miguel de Cervantès

30.09.2025 31 1/2 JOURNÉE CINTEGABELLE-Boucle de la LAUREDE

- Rendez-vous : 9h Cintegabelle 31550 parking de la Mairie
- Approche : Sortir de Toulouse par l'A64 direction Foix par la D820 – 8km après Auterive à gauche Cintegabelle
- Difficultés : Dénivelé :98m – Durée 2h15 – **FACILE** V

07.10.2025 81 JOURNÉE GIROUSSENS-PETITE ET GRANDE BOUCLE

- Situation : Giroussens 81500-parking derrière le musée de laCéramique
 - Difficultés : Petite boucle : Dénivelé :109m-Durée 3h20 - **MOYEN**
Grande boucle : Dénivelé :125m-Durée 4h40 – **MOYEN +**
Choix de la Boucle au départ... V
- Rendez-vous : 8h Cité de l'Espace

Prenez votre pique-nique

14.10.2025 09 JOURNÉE COMMINGES-FORÊT DOMANIALE ST LARY

- Situation : Saint LARY 09800 parking ancienne mine de Rouech
- Difficultés : Dénivelé : 550m – Durée : 4h30 – **MOYEN +** ?
- Rendez-vous : 8h PORTET Magasin Bouchara

Prenez votre pique- nique

21.10.2025 VACANCES

28.10.2025 VACANCES

04.11.2025 82 JOURNÉE- BRUNIQUEL- Circuit Ferrières- Les Abriols

- Situation : Bruniquel 82800-à 2Km hameau de L'Escourat, parking à gauche
- Difficultés : Dénivelé :326m- Durée : 3h50-**MOYEN** V
- Rendez-vous :8h Toulouse Hôtel des Etats Unis- Marché Gare

Prenez votre pique-nique

11.11.2025 VACANCES

18.11.2025 31 1/2 JOURNÉE – IL ÉTAIT UNE FOIS SAINTE FOY

- Rendez-vous : 9h Sainte Foy de Peyrolières 31470 parking de la poste
- Approche : sortir de Toulouse par la D632 . Faire 4 KM après ST Lys vous arrivez
- Difficultés : Dénivelé 9m – Durée 2h30 - **FACILE** ✓

25.11.2025 32 JOURNÉE GERS- LE SENTIER DES PIGEONNIERS

- Situation : Solomiac 32120 parking Mairie, Place de la Halle
- Difficultés : Dénivelé : 111m – durée 4h20 – **MOYEN** ✓
- Rendez-vous : 8h COLOMIERS en Jacca- Leroy Merlin

Prenez votre pique-nique

02.12.2025 81 JOURNÉE VIAUR-DE TANUS À LAS PLANQUES

- Situation : Tanus 81190 parking devant l'église
- Difficultés : Dénivelé : 536m – durée 5h - **DIFFICILE** ✓
- Rendez-vous : 8h Cité de l'Espace

Prenez votre pique-nique

09.12.2024 46 JOURNÉE-AUDE-Boucle de Saint-Hilaire

- Situation : Saint Hilaire 11250 parking des jeux de boules
- Difficultés : Dénivelé : 165m – Durée : 3h – **MOYEN -** ✓
- Rendez-vous : 8h Cité de l'Espace

Après la randonnée nous visiterons l'Abbaye Saint Hilaire se trouvant dans le village.

Excellente présentation sur internet : Abbaye saint Hilaire site Cathare télécharger...

Prenez votre pique-nique

16.12.2025 65 JOURNÉE MAGNOAC- Circuit des deux Cier à Monléon-Magnoac

- Situation : Monléon-Magnoac 65670 parking au cimetière
- Difficultés : Dénivelé : 320m Durée : 5,15h **MOYEN +** ✓
- Rendez-vous : 8h Colomiers en JACCA- Leroy Merlin

Prenez votre pique-nique

23.12.2025 **VACANCES**

30.12.2025 **VACANCES**

06.01.2026 81 1/2 JOURNÉE-TARN-La Chapelle Sainte Sigolène à Parisot

- Rendez-vous : 9h Parisot 81310 devant la Mairie
- Approche : A68 sortie Rabastens/Giroussens. Vous prenez la direction Giroussens et
Immédiatement vous tournez à gauche D19 vers Parisot
- Difficultés : Dénivelé : 174 m – Durée : 3h – **FACILE** ✓

13.01.2026 11 JOURNÉE – CABARDÉS-VALLÉE DE L'ORBIEL

- Situation : Mas-Cabardés 11380 à côté de l'Eglise
- Difficultés : Dénivelé : 560m – Durée 3h30 – **MOYEN+** ✓
- Rendez-vous 8h Cité de l'Espace

Prenez votre pique-nique

20.01.2026 32 JOURNÉE – GERS- DOUBLE BOUCLE D'ARDIZAS

- Situation : ARDIZAS 32430 parking aire de pique-nique, proche de l'Eglise
- Difficultés : Dénivelé : 177m – durée : 4h15 – **MOYEN** ✓
- Rendez-vous : 8h COLOMIERS en Jacca – Leroy Merlin

Prenez votre pique-nique

27.01.2026 81 JOURNÉE-TARN- CHATEAU DE LABASTIDE-VASSALS

- Situation : Saint Grégoire 81350 parking église
- Difficultés : Dénivelé 339m – Durée 4h10 -**MOYEN** ✓
- Rendez-vous : 8h TOULOUSE- Cité de l'Espace

Raccourcir en allant du point 9 à 14 voir carte

Prenez votre pique-nique

03.02.2026 09 1/2 JOURNÉE- CIRCUIT LISSAC SAINT QUIRC ✓

- Rendez-vous : 9h Lissac 09700 place de la Mairie
- Approche : Prendre la D820 direction Auterive.8km après au niveau de Cintegabelle
vous tournez à droite sur la D24m faire 3,5km A Saint Quirc à gauche la
D27 faire 1km pour Lissac
- Difficultés : Dénivelé : 333m - Durée 2h10– **FACILE**

10.02.2026 11 JOURNÉE-VERFEIL- Cimetière des Petites Filles Modèles

- Situation : Verfeil 31590 parking centre culturel En Solomiac
- Difficultés : Dénivelé : 227m – Durée : 3h50– **MOYEN** V
- Rendez-vous : 8h TOULOUSE Cité de L'Espace

Prenez votre pique-nique

17.02.2026 46 JOURNÉE LOT – CIRCUIT DES ARTS

- Situation : Laroque-des-Arcs 46090 parking en bordure du Lot
- Difficultés : Dénivelé :500m – Durée :4h30- **MOYEN +** V
- Rendez- vous : 8h Parking Hôtel des Etats Unis- Marché gare

Le chemin des Arts est l'univers de 10 artistes lotois qui se sont appropriés les règles du Land Arts

Prenez votre pique-nique

24.02.2026 VACANCES

03.03.2026 VACANCES

10.03.2026 34 JOURNÉE – MINERVE la CESSÉ et LE BRIAN

V

Commenté [MOU1]:

- Situation : Minerve 34210 Parking en haut du village
- Difficultés : Grande boucle : dénivelé :588m- Durée : 6h – **DIFFICILE**
Petite boucle : dénivelé :353m-Durée :3h30- **MOYEN-** V

- Rendez-vous : 8h Cité de l'Espace

Prenez votre pique-nique

17.03. 2026 11 ½ JOURNÉE- du seuil de NAUROUZE À MONTFERRAND

- Rendez-vous : 9H Seuil de Naurouze parking proche de l'obélisque
- Approche : A61 sortir à Villefranche de Lauragais prenez l'ancienne nationale D6113
Le seuil de Naurouze est à 10km vers Castelnaudary
- Difficultés : Dénivelé : 100m ? – durée : 2h – **FACILE.** V

24.03.2026 81 JOURNÉE – BOUCLE DES PUECHS, TOULOUSE-LAUTREC

- Situation : Montfa (81210) parking à la Mairie
- Difficultés : Dénivelé : 180m – Durée 4h – **MOYEN.** V
- Rendez-vous : 8h Toulouse Cité de l'Espace

Prenez votre pique- nique

31.03.2026 31 JOURNÉE-COMMINGES LE REFUGE SAINT MARTIN

- Situation : Barbazan 31510 après les dernières maisons au pied de la forêt de Sauveterre
- Difficultés : Dénivelé 460m - Durée 5h00 -**MOYEN+.** ????
- Rendez-vous : 8h PORTET magasin Bouchara

Possibilité de faire 2 boucles, dont une beaucoup plus courte...

Prenez votre pique-nique

07.04.2026 82 JOURNÉE QUERCY-BOIS ET FONTAINES EN QUERCY BLANC

- Situation : TOUFAILLES 82190 parking Mairie
- Difficultés : Dénivelé : 237m – Durée : 5h – **MOYEN + ou MOYEN.** ✓
- Rendez-vous : 8h parking Hôtel des Etats Unis Marché gare

Cette randonnée pourra être raccourcie depuis la chapelle de Moissaguel (réduction 1h30)

Prenez votre pique-nique

14.04.2026 31 ½ JOURNÉE - LA CHAPELLE MARAVALS A SAINT LAUTIER

- Rendez-vous : Eglise Saint Lautier , 31450 parking de la Mairie de Montlaur
- Approche : A61 sortie Montgiscard, prenez à gauche la D16 vers Labège à 1,5Km
Saint Lautier

Difficultés : Dénivelé : 132m – Durée : 3h - **FACILE.** ✓

21.04.2026 VACANCES

28.04.2026 VACANCES

05.05.2026 31 JOURNÉE- LE PIEMONT HAUT GARONNAIS DE SALEICH

- Situation : SALEICH 31260 parking salle polyvalente rue de Lestelas
- Difficultés : Grande boucle : Dénivelé : 686m – durée : 5h45 – **DIFFICILE**
Petite boucle : Dénivelé : 386m- durée : 4h15-**MOYEN.** ✓
- Rendez-vous : 8h Portet Magasin Bouchara

Prenez votre pique-nique

12.05.2026 31 JOURNÉE- HOSPICE DE FRANCE

- situation : Hospice de France -Luchon et la D125
- Difficultés : Au Choix : -L'Arboretum de Jouéou Dénivelé : 281m–Durée : 3h15–**MOYEN** ✓
- Campsaure, col de Barèges Dénivelé : 384m- Durée : 4h **MOYEN** ✓
- Rendez-vous : 8h PORTET magasin Bouchara

Météo + Si l'Hospice de France est ouvert, nuit sur place et une rando chaque jour

Prenez votre pique-nique pour 1 ou 2 jours

19.05.2026 11 JOURNÉE- Circuit du Circaète à Montclar dans l'Aude

- Situation : MONTCLAR 11250- parking centre du village
- Difficultés : Dénivelé : 569m – durée : 4h20- **MOYEN +**
- Rendez-vous : 8h Cité de l'Espace

Prenez votre pique-nique

26.05.2026 31 1/2 JOURNÉE BOUCLE DE LA CRIQUONNE

- Rendez-vous : 9H MONTGAZIN 31410 Parking près de la Mairie ou l'Eglise
- Approche : Vallée de la Lèze, après saint Sulpice prenez à droite la D74 = Montgazin
- Difficultés : Dénivelé : 160m – Durée : 2h15 – **FACILE**

02.03.04 / 06. 2026 ESPAGNE

Programme à venir

09.06.2026 09 JOURNÉE ARIEGE-SENTIER DE SARDA DE VERNAJOUL

- Situation : VERNAJOUL 0900 avant Foix parking à la Mairie
- Difficultés : Dénivelé : 370m – durée : 4h10 - **MOYEN**
- Rendez-vous : 8h Cité de l'Espace

Prenez votre pique-nique

16.06.2026 65 JOURNÉE PYRÉNÉES-CIRCUIT DE BONNAHONT

- Situation : BONNEFONT 65220 Place de la Mairie et de l'Eglise
- Difficultés : Dénivelé : 208m – Durée : 3h30 – **MOYEN-**
- Rendez-vous : 8 h PORTET magasin Bouchara

Prenez votre pique-nique

23.06.2026 31 JOURNÉE FIN D'ANNÉE

Mailene de Laforcade nous accueillera dans le Lauragais. Programme à venir

_____ -

Jacques BELLAN	06 86 30 60 13	Pierre LABIT	06 19 62 07 92
Jean Jacques BOISSIN	06 82 82 56 34	J. Louis LACAZE	06 19 14 25 75
Claudie CARBONNEL	06 77 70 24 96	Philippe ROUBICHOU	06 19 14 25 75
Alain CAZAL	06 25 80 87 33	Henri IV ROUCH	06 09 73 74 22

F. Régis du CHAZAUD 06 70 71 83 98 Pierre UCAY 06 11 15 80 00
Dominique DHELLEMES 06 85 84 38 35