



Programme randos douces - automne 2019

Vendredi 13 septembre : Le Suc d'Armont A/R

Départ haut de côte St Sernin route de Guergues, au croisement Martrin - Les Sagnes
Responsable Jean-Paul : 06-80-61-84-86

Vendredi 20 Septembre : Montfranc, direction Jouvens (boucle)

Départ salle des fêtes, responsable Luc : 06-07-45-75-80

Vendredi 27 septembre : Combret, direction Vialagoudou A/R

Départ de la ferme de Barthés
Responsable Marie-Claire : 05-65-99-61-75

Vendredi 4 octobre : Le plateau des Costes Gozon, rando à la journée

Repas tiré du sac, covoiturage 9h de St Sernin, 9h15 de Plaisance, 9h30 de Coupiac
Responsable Renée : 05-65-99-84-28

Vendredi 11 octobre : Alban, direction le Fraysse A/R

Départ parking du Carrefour Market
Responsable : Evelyne : 06-71-39-38-73

Samedi 12 octobre : « Octobre Rose »

*Randonnée de 8km (facile) organisée par le Pôle de Santé du Réquistanais et des 7 Vallons
Départ à 14h sous la halle de Réquista, près de la Poste
Participation de 5€ - Pot offert à l'arrivée*

Vendredi 18 octobre : St Sernin, direction le plan d'eau A/R ou boucle

Départ salle St Martin - Journée jus de pommes - Repas le soir
Responsable Paulette : 05-65-99-63-35

Vendredi 25 octobre : Plaisance, les rives du Rance A/R ou boucle

Départ salle des fêtes - grillée de châtaignes au retour
Responsable Jean-Paul : 06-80-61-84-86

Vendredi 8 novembre : Montclar, sentier de la Marquié (boucle)

Départ place des Arcades - responsable Michel : 05-65-99-72-36

Vendredi 15 novembre : Monteils, direction le Couderc (boucle)

Départ place de l'église - responsable Francis : 06-41-45-26-28

Vendredi 22 novembre : Combradet, direction le Soulié A/R

Départ place du village - responsable Jackie : 06-75-35-95-63

Vendredi 29 novembre : ND d'Orient, direction Terraigne, le Ran A/R ou boucle

Départ Notre Dame d'Orient - responsable Marie-Thérèse : 06-77-85-45-13

Vendredi 6 décembre : Rando du Téléthon Coupiac A/R

Départ parking de la poste - direction le plan d'eau, la Vaysse

Responsable Henriette : 05-65-99-70-79

Vendredi 13 décembre : La Bastide Solages A/R

Départ St Pierre, direction le Planet

Responsable Jackie : 06-75-35-95-63

**Le départ de toutes les randos douces a lieu à 14h
(sauf pour les randonnées à la journée)**