

## **Programme randonnées 4 ieme trimestre 2022**

trajets calculés à partir de Plaisance

Rendez vous à St Sernin sur parking après pont à droite ( face office tourisme )

Coupiac : place de la poste

Plaisance : salle du pressoir

Alban : place des tilleuls

Réquista : autour de l'église

### Dimanche 11 septembre

Sentier : fête de la randonnée à Lacaune ( los passejaires )

distance : 15 km

départ de : 8h30 Lacaune devant l'Office du tourisme

dénivelé : 300m

trajet : 42 km

Rendez vous : 7h50 a St Sernin , 7h40 Plaisance

Responsable : Beatrice Nespoulous 06 08 07 55 13 , les passejaires :association de randonneurs de Lacaune

### Samedi 24 septembre

Sentier : « le plo de canac »

distance : 12 km

Départ de : Canac ( Murat sur vebres) a 10 h

denivelé :

trajet : 61 km

Rendez vous : 9h a plaisance, 9h15 a st sernin

Responsable : Cecile Veysiere et Pierre Olivaud 06 70 58 85 26

### Dimanche 9 octobre

Sentier : « Des monts à perte de vue » ( rando grands cause )

distance : 19km700

départ de : Cénomés ( Brusque) à 9 h

Trajet : 56 km

Dénivelé : 730 m

Rendez vous : 8h à plaisance, 8h15 a St Sernin

Responsable : Isabelle Doumenge 06 84 63 15 48

### Samedi 22 octobre

Sentier : « Les rives du Tarn »

distance : 15 km

départ : Lincou 10 h

Denivelé :

trajet : 19 km

Rendez vous : 9h15 St Sernin, 9h30 Plaisance

Responsables : Pierre Olivaud 06 77 88 52 24

### Dimanche 6 novembre

Sentier : « Le géant du cros »  
distance : 15 km  
départ : Mounes à 10 h  
dénivelé :  
trajet : 41 km  
Rendez vous : 9 h à Plaisance, 9 h15 à St Sernin  
Responsable : Lucien Fillon

### dimanche 20 novembre

Sentier : « le chemin des moines » ( le Tarn à pied )  
distance : 16 km  
départ : Castanet à 10 h  
trajet : 56 km  
Rendez vous : Alban 9 h 15  
Responsables : Lionel Meinier 06 37 78 49 50

### Dimanche 4 décembre

Sentier : « sentier de cande » ( rando grand cause )  
distance : 11 km 7  
départ : St Sever du moustier à 11 h  
dénivelé :  
trajet : 41 km  
Rendez vous : 10 h Plaisance, 10h15 St Sernin  
Responsable : Lionel Meinier 06 37 78 49 50

### samedi 17 décembre

Sentier : « le tarn à Brousse le chateau »  
distance : 9 km  
départ : Brousse le château à 13 h  
dénivelé :  
trajet : 24 km  
Rendez vous : 12h30 Plaisance, 12h15 St Sernin  
Responsable : Jacqueline Labit 06 76 99 18 04