

Rendez vous à St Sernin sur parking après pont à droite ( face office tourisme  
Plaisance : salle du pressoir  
Alban : place des tilleuls  
Réquista : autour de l'église  
Trajets donnés à partir de Plaisance

Pour tous renseignements sur la randonnée ; prendre contact avec la personne responsable .  
En cas de mauvais temps , celle ci peut annuler ou reporter la randonnée . Un mail vous sera alors  
envoyé pour modification.

### samedi 16 septembre

Sentier : « entre sauveté et bastide » ( appli Ma rando )  
distance : 9km300  
départ de : Naucelle, gymnase  
dénivelé : 260 m  
trajet : 66km ; 1h10  
Rendez vous : 8 h45 St Sernin 9 h Plaisance, 9h30 Requista, 10 h 15 à Naucelle  
Responsable : isabelle Doumenge 06 84 63 15 48

Des membres du Pôle des métiers d'art du Pays Ségali vous invitent à découvrir Sauveterre-de-  
Rouergue sous un nouvel angle. Découvrez les installations avec ceux qui les ont créés !

Partez à la découverte des installations artistiques disséminées dans les rues et chemins de la  
bastide, où les créateurs contemporains jouent avec le patrimoine. Lors de cette visite commentée,  
vous aurez l'opportunité de **rencontrer les artistes et artisans**, qui partageront avec vous leur  
processus créatif et leur vision artistique

### Dimanche 1 octobre

Sentier : la passerelle d'Hautpoul à Mazamet (visorando)  
distance : 12,60 km  
départ de : Castaunouze, près Hautpoul ; parking du verger  
dénivelé : 625 m  
trajet : 1h30 , 86 km  
rendez vous : 8h30 Plaisance, 8h30 St Sernin, 8h45 Alban, 10 h sur place  
responsable : Marie Dominique Mejane 06 41 29 24 76

### dimanche 8 octobre

Sentier : « octobre rose » à St Sernin  
distance : 11 km  
départ de : St Sernin  
dénivelé : 200 m  
trajet : 10 km  
rendez vous : 8h15 café 8h30 départ salle des fêtes à St Sernin, 8h à Plaisance  
responsable : Lucien Fillon 06 82 15 13 10

### samedi 21 octobre

Sentier : « vallée du Viaur-le cheval du roi » ( l'Aveyron a pied p 89 PR34)

distance : 12 km

départ de : la Salvetat Peyrales, la ferme du Coulet

Trajet : 74 km, 1h30

Dénivelé : 400 m

Rendez vous : 8h45 St Sernin , 9h Plaisance, 9h30 Requista, 10h30 La Salvetat, la ferme du Coulet

Responsable : Lionel Meinier 06 37 78 49 50

### samedi 4 novembre

Sentier :Lincou-Trebas GR 736 linéaire

distance : 14,600 km aller ( retour en voiture)

départ de : Lincou

Trajet : 14 km

Dénivelé : 600 m

Rendez vous : 9h15 St Sernin, 9h30 Plaisance, 10 h à Lincou (place du village)

Responsable : Marie Hélène Bonnafé 06 47 79 93 52

[inscription demandée auprès de Marie Hélène pour l'organisation du covoiturage pour le retour](#)

### samedi 18 novembre

Sentier : « circuit de la montagne des Anglais » ( appli rando grands causses)

distance : 14 km800

départ de :9 h30 St Sernin, 9h15 Plaisance 10 h St Affrique parking Gabriel

Trajet : 40 km

Dénivelé : 400m

Responsable : Michel Rouquayrol 06 07 02 56 24

### dimanche 3 décembre

Sentier : « à travers puech et riou » variante coté Roubercau (appli rando grands causses)

distance : 12 km

Dénivelé : 481 m

départ : Broquies, mairie du village

trajet : 35 km

Rendez vous : 10h St Sernin, 10h15 Plaisance, 11 h à Broquies

Responsable : jacqueline Labit 06 76 99 18 04

### samedi 16 décembre :

Sentier : « par monts et par vaux » ( les trésors du réquistanais )

distance : 12 km

dénivelé : 450 m

départ : Lédergues

trajet :35 km

Rendez vous :10h St Sernin, 10h15 Plaisance ,11 h Ledergues

Responsable : Lionel 06 37 78 49 50