Programme d'hiver 2019 - Jeudi

NIVEAUX

I	Randonnée en plaine de 10 à 13 km, dénivelé inférieur à 300m. Sur chemins et sentiers, rythme promenade
II	Randonnée en plaine ou piémont de 13 à 18 km, dénivelé entre 300 et 600m. Sur sentiers, rythme moyen
III	Randonnée en piémond et montagne de 13 à 20 km, dénivelé entre 500 et 900m. Rythme plus soutenu

Jour	Date	Activité	Niveau	Randonnée	Long. (km)	Déniv. (m)	Type
Jeudi	3-janv.	Randonnée plaine	1	LEZAT (09) - Lacaugne	14	285	Boucle
Jeudi	10-janv.		1	LABRIHE (32) La Ronde des Chateaux	16	176	Boucle
Jeudi	10-janv.		2	SAINTE CROIX VOLVESTRE (31)	17	506	Boucle
Jeudi	10-janv.		3	LUCHON - Cabane de Salode (raquettes)	9	644	Boucle
Jeudi	17-janv.		1	BRETX (31)	11,5	75	Boucle
Jeudi	17-janv.		2	ST MARTIN D'OYDES (09)	15,5	330	Boucle
Jeudi	24-janv.		1	BONREPOS SUR AUSSONNELLE (31)	12,8	171	Boucle
Jeudi	24-janv.		2	LAROQUES DES ARCS (46)	13,5	553	Boucle
Jeudi	24-janv.		3	BARBAZAN (31) - Le refuge Saint Martin	14	650	Boucle
Jeudi	31-janv.		1	SIMORRE (32)	14,8	256	Boucle
Jeudi	31-janv.		2	LE PLAN (31)	16	500m	Boucle
Jeudi	31-janv.		3	BORDERES LOURON (65) - de villages en villages	12	860m	Boucle
Jeudi	7-févr.		1	LE VERNET (31)	13,8	375	Boucle
Jeudi	7-févr.		2	A définir			
Jeudi	7-févr.		3	LUCHON (31) - Cabane de Saunères (raquettes)	9	500	Boucle

Jeudi	14-févr.		1	Garona 4 - Carbone - Rieux-Volvestre	10		En ligne
Jeudi	14-févr.		2	DAUMAZAN SUR ARIZE (09)	16	380	Boucle
Jeudi	21-févr.		1	MAUVEZIN (32) - Labrihe	15,6	224	Boucle
Jeudi	21-févr.		3	ST ANTONIN NOBLE VAL (82) - cirque Nibousou	18	550	Boucle
Jeudi	28-févr.		1	CASTELNAU-BARBARENS (32)	10,9	160	Boucle
Jeudi	28-févr.		2	L'ISLE EN DODON (31)	17	400	Boucle
Jeudi	28-févr.		3	LASCOUX / ORLE (09) - Les tunnels de Decauville en vallée d'Orle	11	890	Boucle
Jeudi	7-mars		1	AURIMONT (32)	15,3	222	Boucle
Jeudi	7-mars		2	BRUNIQUEL- PENNE (81)	18	400	Boucle
Jeudi	7-mars		3	LE PRAT D'ALBIS (09) - Bout de Touron	9	570	Aller/Retour
Jeudi	14-mars			SORTIE COMMUNE AVEC REPAS			
Jeudi	21-mars		1	L'ISLE-JOURDAIN (32)	12	60	Boucle
Jeudi	21-mars		3	CAHUZAC SUR VERE (81)	17,6	500	Boucle
Vendredi	22-mars		1	Nocturne - LE CASTERA (31)	14,5	229	Boucle
Jeudi	28-mars		1	Garona 5 - Rieux-Volvestre - Cazères	13,8		En ligne
Jeudi	28-mars		2	VILLENEUVE LA COMPTAL (11)	15	500	Boucle
Jeudi	28-mars		3	COL DE LA CORE (09) - Les étangs de Bethmale et d'Ayes	16,5	930	Boucle
Jeudi	4-avr.		1	SAINT ANTONIN (32)	15,7	191	Boucle
Jeudi	4-avr.		2	DURBAN S/ ARIZE (09)	15	650	Boucle
Jeudi	11-avr.		1	POMPIAC (32)	12	300	Boucle
Jeudi	11-avr.		2	JEGUN (32)	15,8	350	Boucle

Jeudi	18-avr.		1	AUREVILLE (31)	14	370	Boucle
Jeudi	18-avr.		3	CAZEAUX DE LARBOUST - Pays des Pâtres	15	720	Boucle
Samedi	20-avr.		1	Nocturne - LAVARDENS (32)	14,2	372	Boucle
Jeudi	25-avr.		1	VILLAUDRIC (31)	10,3	50	Boucle
Jeudi	25-avr.		2	ROQUEFIXADE (09)	12,5	600	Boucle