



CALENDRIER JUIN A SEPTEMBRE 2024

RANDONNÉE
MONTAGNE ESCALADE

t des voitures - Dimanche : parking de l'école Rivière, rue d'Estujats / Bd Victor Hugo. - Jeudi : parking de l'Espace MONESTIÉ (cinéma Écran 7)

Les sorties "alpinisme" que nous proposons ne sont pas toutes dans le calendrier car elles ne sont programmées que peu de temps avant la date.

Voir la définition des niveaux à la fin du document

Date	Jour	Niveaux	Intitulé de la randonnée	Long. Km	Déniv.	Durée	Altitude maxi	Type	Départ	Heure départ	Dist. Aller	Observations	
23/05/24	Jeudi	Douce	Les Pêcheurs de sable	10	70			B	SEILH (31)	09:30	23		
23/05/24	Jeudi	I	Saramon	13	160			B	SARAMON (32)	08:15	60		
23/05/24	Jeudi	II	Pic de l'Estibat	10	560		1663	B	COL DE PORT (09)	07:15	133		
23/05/24	Jeudi	III	Vallée et cascade du Fouillet	14	750		1680	B	GUZET NEIGE (09)	07:30	130		
23/05/24	Jeudi	IV	Port du Marterat	18	1300	9h	2219	A/R	OSSÈSE (09)	06:30	130		
25/05/24	Séjour	I - II	Séjour du 25/05 au 01/06						BARDENAS REALES (Espagne)			Inscriptions closes	
26/05/24	Dimanche	II	Escoussens - cascade Moussailou	14,7	620			B	ESCOUSSENS (81)	07:45	97		
26/05/24	Dimanche	III	La Roche Ronde	13	750	6h	1180	B	SAURAT (09)	08:00	105		
25/05 26/05/24	Dimanche	Alpinisme	Terrain d'aventure (Week end)	-	-	-	-		MONS LA TRIVALLE (34)	07:00	164		
30/05/24	Jeudi	I	Roquetaillade Lussan	11	210			B	LUSSAN (32)	08:00	55		
30/05/24	Jeudi	II	Boucle au départ de Saint-Paulet	16	235			B	SAINT PAULET (11)	09:00	67		
30/05/24	Jeudi	III	le Picou par la cabane de la Devéze	16	880		1700	B	COL DE LEGRILLOU (09)	07:00	110		
30/05/24	Jeudi	IV	Etang de Gnioure		1000	5h	1832	A/R	parking du BOUYCHET (09)	07:00	120		
02/06/24	Dimanche	Familiale	Sortie "Train à 1 €" / Musée Laperouse + visite guidée de la vieille ville							ALBI (81)	08:15		RV au métro Basso Combo
02/06/24	Dimanche	II	Boucle en balcon entre vallées d'Aure et du Louron	13	550	5h	1700	B	COL D'AZET (65)	07:00	140		
02/06/24	Dimanche	III	Étang de Peyregrand	15	980	7h	1903	A/R	SIGUER (09)	07:00	120		
02/06/24	Dimanche	IV	Cap de la Taoula et Pène Lounque	11	1220	6h	2275	A/R	D918 après GRIPP (65)	07:00	165	par la cabane du Cap Det Courtaou	
06/06/24	Jeudi	I	VignoRando - Chiroulet - Ctes de Gascogne	13	200	4h		B	LARROQUE SUR L'OSSE (32)	07:30	115		

Date	Jour	Niveaux	Intitulé de la randonnée	Long-Km	Déniv.	Durée	Altitude maxi	Type	Départ	Heure départ	Dist. Aller	Observations	
06/06/24	Jeudi	II	Castelnau-Durban	14,6	565			B	CASTELNAU-DURBAN (09)	08:00	96	Trajet 1h30	
06/06/24	Jeudi	IV	Pic des 3 Seigneurs par le cirque d'Embans		1200		2 199	B	parking de la COUBIÈRE (09)	07:00	120	Circuit via le col de la Couillade	
08/06/24	Samedi		Journée Portes Ouvertes ESCALADE						Gymnase Rivière - Plaisance du Touch				
09/06/24	Séjour	I - II	9 au 16 juin - Tour de Belle-Ile-en-Mer sur le GR 34							BELLE-ILE-EN-MER (56)			Inscriptions closes
09/06/24	Dimanche	I	Par les hauteurs d'Eaunes	11	230	3h45	305	B	EAUNES (31)	09:00	20		
09/06/24	Dimanche	III	Etangs Soucarrane et Roumazet	11,5	700	5h	2300	B	Barrage de SOULCEM (09)	07:00	130		
09/06/24	Dimanche	IV	Via Ferrata Poi d'Unha		400	3h	1 930		Salardu	07:00	120		
13/06/24	Jeudi	Douce	La forêt de Bouconne depuis Pujaudran	10	130			B	PUJAUDRAN (32)	09:30	14		
13/06/24	Jeudi	I	Saint Orens - Touget	14	240			B	SAINT ORENS (32)	08:30	50		
13/06/24	Jeudi	II +	Sous les falaises et les terrasses de Souribet	11	450			B	LE MAS D'AZIL (09)	08:00	75		
13/06/24	Jeudi	III	Sommet de Cournudère	11	800	6h	1 544	A/R	HERRAN (31)	07:30	88		
13/06/24	Jeudi	IV	Etang d'Embizon	16,7	1 100	8h	2 107	A/R	SAVIGNAC LES ORMEAUX (09)	07:00	130		
15/06/24	Samedi	Nocturne	Lavardens	14,5	380			B	LAVARDENS (32)	21:00	82		
16/06/24	Séjour	i - II	16 au 23 juin - La Boucle des Hospitaliers - Larzac							LA CAVALERIE (12)			
16/06/24	Dimanche	II	Les 3 Etangs de Rabassoles	8	430	3h20		A/R	COL DE PAILHÈRES (09)	08:00	150		
16/06/24	Dimanche	III	Lac Vert du Lys	12,5	950	5h	2 050	B	VALLÉE DU LYS (31)	07:00	145		
20/06/24	Jeudi	I	Daumazan sur Arize	13	230	4h		B	DAUMAZAN SUR ARIZE (09) - Mairie -	09:15	57		
20/06/24	Jeudi	II	Sur les hauteurs d'Aspet	15	550	5h		A/R	ASPET (31)	07:30	85		
20/06/24	Jeudi	III	à la recherche des bornes frontières	13	920		2 140	B	HOSPICE DE FRANCE (31)	07:00	145		
20 - 21/06	Jeu - Ven	IV	Madres		1 000	8h	2 468	A/R	ODEILLO (66)	15:00	200	nuit en gîte jeudi soir	
23/06/24	Dimanche	Familiale	Moulin à papier Brousses et Villaret	10,5	200	4h15	300	B	BROUSSES ET VILLARET (11)	08:00	112		
23/06/24	Dimanche	III	Lac d'Aygue Longue	7	650	4h	2 079	A/R	ORGEIX (09)	07:15	150	Identique à la rando d'Isidore mais on s'arrêtera à l'étang	
23/06/24	Dimanche	IV	Lac d'Aygue Longue et pic de l'Homme	9,5	1 015	5h40	2 431	A/R	ORGEIX (09)	07:15	150		

Date	Jour	Niveaux	Intitulé de la randonnée	Long. Km	Déniv.	Durée	Altitude maxi	Type	Départ	Heure départ	Dist. Aller	Observations
27/06/24	Jeudi	I	Monferran Saves	14,5	180			B	MONFERRAN SAVES (31)	09:00	30	
27/06/24	Jeudi	II	Etang de Médécourbe	12,5	560		2204	B	ETANG DE SOULCEM (09)	07:00	148	
27/06/24	Jeudi	III	Lac de Campana par lac de Greziolles	13	810	6h	2210	A/R	Dernier lacet av. le col du TOURMALET	07:00	170	
27/06/24	Jeudi	IV	Porteille de Madides	13,6	1300	8h	2500	A/R	MÉRENS LES VALS (09)	06:30	140	
30/06/24	Dimanche	Familiale	Opération 'Ramassage des déchets'						PLAISANCE DU TOUCH - C. Cial Bernad	09:30		En soutien de "Plaisance pour le Climat" de 9h30 à 11h30
30/06/24	Dimanche	II	Circuit des dolmens du Mas d'Azil	16	500	5h	570	B	LE MAS D'AZIL (31)		75	Visite de la grotte possible en fin de rando
30/06/24	Dimanche	V	Tuc des Molières		1 400	8h	3 010		Tunnel de VIELHA (Esp.)	06:30	166	crampons et piolet
07/07/24	Dimanche	II	Pic de la Quère	11,5	640	5h0	1 129	B	ALOS (09)	07:30	105	
07/07/24	Dimanche	III	Tuc de Berbégué		950		2 477	A/R	COL DE PAUSE (09)	07:00		par le Port d'Aula
06/07/24	Samedi	IV+	Pic Montardo d'Aran (Encantats)	18	1 500	7h30	2 833	A/R	Parking Pont deth Ressec (ARTIES)	17:00	130	2 nuits à Melles - Max 8 pers (départ le vendredi 05/07/24)
07/07/24	Dimanche	IV	Lacs du Cirque de Colomers et Port de Colomers (Encantats)	16,7	1 000	6h45	2 607	B	Parking Banhs de Tredos (SALARDU)			
11/07/24	Jeudi	II	Le Pacte des Loups	10	480	4h	1 265	B	ESPARROS (65)	07:00	130	
14/07/24	Dimanche	IV	Etang bleu - Estagnol du Najar par col des Calmette	15	1 000	6h	2 318	B	Parking du PLA DES PEYRES (09)	06:30	130	une partie hors sentier
13/07 14/07	Sam. Dim	IV+	Pic du Milieu et Pic du Grand Tapou	13	1 470	8h30	3 150	A/R	Barrage d'OSSOUE (65)	14:00	224	Bivouac
13/07 14/07/24	Sam. Dim	Alpinisme	Pic Montserrat par pointes inf et sup du Tapou AD-	14	1 350	10h	3 219	B	Barrage d'OSSOUE (65)	14:00	224	Bivouac - Course : encadrant + 2 personnes expérimentées et endurantes
20/07/24	Séjour	tous	20/07 au 03/08 - Camp d'été						SAINT JEAN DE MAURIENNE (73)			Inscriptions en cours
21/07/24	Dimanche	III	Cascade d'Ars et étang du Guzet	13	935	5h40	1 590	B	AULUS LES BAINS (09)	07:15	125	
21/07/24	Dimanche	IV	Pic de Soularac et Saint Barthélemy	10	1 050	6h	2 368	B	LUZENAC (09) - Carrière de talc	07:00	130	
25/07/24	Jeudi	III	Crête de Bidour - Plo del Naou	13	750	5h30	1 740	B	Lac de PAYOLLE 65	07:00	130	
28/07/24	Dimanche	III	Collada de Juclar	12,7	850	6h	2 441	A/R	PLA DES PEYRES - Aston (09)	06:30	130	









Date	Jour	Niveaux	Intitulé de la randonnée	Long. Km	Déniv.	Durée	Altitude maxi	Type	Départ	Heure départ	Dist. Aller	Observations
27/07/24	Samedi	V	Punta Alta de Comalesbienes	10	1 270	7h30	3 014	A/R	Parking étang de Cavallers (Vall de Boi)	16:30	204	Départ vend 26 juillet - camping 2 nuits à Barruera (Espagne)
28/07/24	Dimanche	IV	Pic de Gelada	15	1 180	6h	2 447	A/R	Village de Senet (Vall de Boi)			Départ vend 26 juillet - camping 2 nuits à Barruera (Espagne)
01/08/24	Jeudi	III	Etang de Baxouillade	12	800	5h30	1912	A/R	ORLU (09) - Parking de Fanguil	07:00	140	
11/08/24	Dimanche	II	Cologne	15	200	4h30		B	COLOGNE (32)	09:30	43	+ visite du château de Laréole
11/08/24	Dimanche	IV	Pic Negre d'Envalira par la via ferrata		700	8h	2 819	A/R	Station de GRAU DE ROIG (Andorre)	06:30		Via ferrata Bony d'Envalira
18/08/24	Dimanche	IV	Pic d'Aret		1 660	12h	2 935	A/R	piste forestière d'ARTIGUES (09)	15:00		Camping ou autre
25/08/24	Dimanche	IV+	Pic Schrader ou Grand Bachimale		1 400	8h	3 177		Refuge de VIADOS (Espagne)	13:00		Départ samedi
01/09/24	Séjour	I - II	01 au 08 septembre - Le Cotentin						HAUTEVILLE SUR MER (50)			Inscriptions closes
01/09/24	Séjour	III	01 au 08 septembre - Le Vercors						AUTRANS (38)			Inscriptions closes
01/09/24	Dimanche	I	La Capelette par les gorges du Taurou	10	350	4	600	B	DOURGNE (81)	08:00	90	
01/09/24	Dimanche	IV	Port de Venasque et retour par l'Escalette	14	1 300	7h	2 500	B	HOSPICE DE FRANCE (31)	06:45	140	
05/09/24	Jeudi	Douce	Coulée verte de l'Ayguebelle - Saint-Lys -	8	50	3h		A/R	SAINT LYS (31)	10:00	11	
05/09/24	Jeudi	III	Le Cagire par Pique Poque	11	750	5	1 920		COL DE MENTÉ (31)	07:30	110	
05 et 06/09/24	Jeudi Vendredi	IV	Mont Valier		2 000	10h	2 838		parking PLA DE LA LAU (09)	10:00		Départ Jeudi, retour vendredi soir - 15 personnes maxi
08/09/24	Dimanche		Forum des Associations						Espace Monestié			
08/09/24	Dimanche	IV	Pic de l'Har	13	1 450	7h15	2 424	A/R	EYLIE (09) vallée de Biros	07:00	121	
12/09/24	Jeudi	I	Pompignan	13	210	4h		B	POMPIGNAN (82) - Mairie	09:30	40	
12/09/24	Jeudi	II	Tour des Rochers de Pène Nère	12,2	575	5h15	1 250	B	ASPET (31) Col de Louzet	07:45	92	
12/09/24	Jeudi	III	Balaguères – Forêt domanial de l'Estelas	15	685	5h30	1 070		ALAS (09)	07:30	110	
12/09/24	Jeudi	IV	Tuc de la Messe		1 200		2 446		COL DE LA CORE (09)	07:00		
15/09/24	Dimanche	Tous	Plaisance pour le Climat - Clean Up	11	70			B	PLAISANCE DU TOUCH	10:00		Départ du parking de Monestié

Date	Jour	Niveaux	Intitulé de la randonnée	Long. Km	Déniv.	Durée	Altitude maxi	Type	Départ	Heure départ	Dist. Aller	Observations
15/09/24	Dimanche	II	Les alentours de Lavit et Montgaillard	17	426	5h45	147	B	LAVIT (82)	07:45	80	
15/09/24	Dimanche	III	Burlats - boucle de Gourteau	20	500	7h	443	B	BURLATS (81)	07:00	108	
14/09 et 15/09/24	Samedi Dimanche	V	Grand Barbat (voie Ledormeur)		1 500		2 813		CAMBASQUE (65) Parking du Courbet	14:00		Refuge d'Hilèou ou bivouac
19/09/24	Jeudi	I	Boucle du Pistouille	13	190	3h	300	B	SEGREVILLE (31) Parking église	09:00	53	
19/09/24	Jeudi	II	Cirque de Hounta	8	570		1 462	A/R	LASCOUX (09800)	07:00	118	
19/09/24	Jeudi	III	Crêtes de Peyres Aubès	15	700		1 730	B	GRAILHEN (65)	07:30	145	
19/09/24	Jeudi	IV	Pic de Malcaras	23	2 100	13h	2 878	B	PRADIÈRES (09)	07:00	130	Sur 2 jours avec nuit au refuge
21/09/24	Samedi		Accueil des nouveaux randonneurs de 10h à 16h						Maison des Associations - rue d'Estujats			
21/09/24	Samedi	Nocturne	L'Isle-Jourdain	13,5	100			B	L'ISLE-JOURDAIN (32)	21:30	23	
22/09/24	Dimanche	II	Les chalets des Goutets - Col de Goulur	12	610		1 565	B	LA FOULIE (09)	07:30	125	
22/09/24	Dimanche	III	Etang d'en Beys		900	5h30	1 954	A/R	ORLU (09) - parking de Fanguil	07:00	140	
21/09/24	Samedi	IV	Pic d' Amitges par la vallée de Bonaiga	16	1 200	7h	2 851	A/R	Parking télésiège La Peulla (BAQUEIRA)	17:00 ou 20:15	130	2 nuits à Melles - Max 8 pers (départ le vendredi 21/09)
22/09/24	Dimanche	IV	Lacs d'Angllos par le riu Salenques	13	1 050	6h	2 350	B	Parking Pont de Salenques (Tunnel VIELHA)			2 nuits à Melles - Max 8 pers (départ le vendredi 21/09)
26/09/24	Jeudi	Douce	Lacs de Bidot et Frouzins	10,5	5			B	FONSORBES (31)	09:30	8	
26/09/24	Jeudi	I	Le Grès	13	260			B	LE GRÈS (31)	08:15	33	
26/09/24	Jeudi	II	à définir									
26/09/24	Jeudi	III	Boucle Estagnole - Pic du HAN - Pic du GALINAT .	11	900	5h	2 115	B	LES MONTS D'OLMES (09)			
29/09/24	Dimanche	I	Entre 2 lacs à Ste Foy de Peyrolières	13	140	4h	270	B	SAINTE FOY DE PEYROLIÈRES (31)	08:00	15	
29/09/24	Dimanche	II	Cordes sur Ciel	12	370	3h30			CORDES SUR CIEL (81)	08:00		
29/09/24	Dimanche	III	Etangs de la Gardelle	10	950	6h	2 476	B	Barrage de SOULCEM (09)	07:00	140	
28/09 et 29/09/24	Samedi Dimanche	IV	Roc Blanc		1 000	6h	2 542	A/R	REFUGE DE LAURENTI (11)	15:00		Bivouac à la voiture



Date	Jour	Niveaux	Intitulé de la randonnée	Long. Km	Déniv.	Durée	Altitude maxi	Type	Départ	Heure départ	Dist. Aller	Observations
------	------	---------	--------------------------	----------	--------	-------	---------------	------	--------	--------------	-------------	--------------

DEFINITION DES NIVEAUX



Randonnées pédestres (Licence FFRP ou FFME)

N		Randonnée nocturne en plaine de 10 à 13 km - Dénivelé inférieur à 300m - Rythme promenade.
F		Randonnée familiale, de 10 à 12km avec un rythme adapté pour les enfants et généralement suivie d'une visite de site.
Douce		Randonnée de moins de 10 km sans dénivelé significatif et d'un rythme "cool"
1		Randonnée en plaine de 10 à 13 km, dénivelé inférieur à 300m. Rythme promenade.
2		Randonnée en plaine 12 à 18 km ou en montagne, dénivelé maxi 600m, ascension 300 m/h.
3		Randonnée en piémont entre 15 et 25 km, ou en montagne entre 600 et 1000 m de dénivelé, ascension 350 m/h.
4		Randonnée en montagne exigeante de 6 à 8 heures, dénivelé jusqu'à 1300 m. En partie hors sentiers, passages exposés ou délicats, ascension 400 m/h.
5		Randonnée sportive en montagne de plus de 8 heures, dénivelé au-delà de 1300 m. Ascension de pics par leur voie normale, parcours de crêtes, passages de névés. <i>(Licence FFRP RANDO PLUS obligatoire ou FFME)</i>

Randonnées raquettes (Licence FFRP ou FFME)

R1		Itinéraire ne dépassant pas 600m de dénivelé. Sur terrain ne comportant pas de difficulté particulière, cheminement de type nordique. Condition physique moyenne.
R2		Itinéraire dont le dénivelé dépasse 600 m. Terrain et cheminement plus difficile, distance plus importante, cheminement de type alpin. Connaissance et pratique du matériel individuel de secours. Bonne condition physique.

Alpinisme (Licence FFME obligatoire)

	Course de montagne niveau >PD sans limite de temps ni de dénivelé, en caractère mixte neige-glace-rocher nécessitant des techniques d'alpinisme et du matériel adapté/ excellente condition physique et endurance.
	Skier en tout terrain, toutes neiges, avoir du matériel spécifique (skis avec fixations articulées et chaussures adaptées, peaux, couteaux, bâtons télescopiques) sans oublier le matériel de sécurité (casque, pelle, dva, sonde), voire d'alpinisme (crampons, piolet).

Date	Jour	Niveaux	Intitulé de la randonnée	Long. Km	Déniv.	Durée	Altitude maxi	Type	Départ	Heure départ	Dist. Aller	Observations
------	------	---------	--------------------------	-------------	--------	-------	------------------	------	--------	-----------------	----------------	--------------