

**Randonnées demie Journée Septembre-December 2023**

Dates	Type	Longueur - Dénivelé	Description	Départ randonnée (lieu, heure)	RDV Covoiturage (lieu et heure)	Difficulté	Animateur
vendredi 6 octobre	Après-midi	-distance: 11 km -dénivelé positif: 23m -temps estimé: 3h15 hors pauses	Du Lac de l'Oustalet au Parc du Cabriol	-	RV pour départ de rando: 13h30 au parking arrière du Market, à côté station bus Jean Gay	facile	Rémy
Vendredi 20 Octobre 2023	Après-midi	8 - 9 km	Colomiers	Départ de la rando a partir du petit parking chemin de Selery à Colomiers (près de la voie ferrée)	13h40 au Dojo de Tournefeuille pour covoiturage	facile	Stella
Vendredi 17 Novembre 2023	Après-midi	8 - 9 km	des berges du Touch aux berges de l'Ousseau	13h45 du parking Rue Des Frènes à Tournefeuille	-	facile	Stella
Vendredi 15 Décembre	Après-midi	8 - 9 km	de Tournefeuille à Colomiers	-	RdV à 13h 45 au Dojo de Tournefeuille	facile	Stella

**Randonnées Journée ASTGV Septembre-December 2023**

Dates	Type	Longueur - Dénivelé	Description	Départ randonnée (lieu, heure)	RDV Covoiturage (lieu et heure)	Difficulté	Animateur
Vendredi 22 septembre	Journée	distance: 9 km -dénivelé positif: 200m -temps estimé: 3h20 hors pauses	Carbonne entre Garonne et Arize	RV pour départ de rando: 09h45 au parking du centre socio-culturel, bord Est du pont sur la Garonne 3, route de Lacaugne 31390 CARBONNE)	RV covoiturage: 09h00 parking arrière du Market, à côté station bus Jean-Gay	assez facile	Rémy
Samedi 7 octobre	Journée	8 km – 350 m dénivelée – 3 h 15	Oppidum de Bernicaud . Plus visite de Sorrèze et de son abbaye	RDV départ rando : parking en bout de village Sud 9 h 45	RDV covoiturage : parking dojo 8 h 30	Bons marcheurs	Geneviève
Samedi 21 Octobre	Journée	distance 14km dénivelé +440m – 440m durée 5h30	Rando dans le Tarn de Arifat au Mont Roc . Vallées, cours d'eau et pitons rocheux, cette boucle nous fait descendre jusqu'au ruisseau Dadounet pour nous faire remonter vers Mont Roc pour un superbe point de vue sur les monts alentours		RDV à 7h45 pour départ à 8h au parking gymnase Jean Zay	Bons marcheurs	Bernard
vendredi 3 novembre	Journée	-distance: 18 km -dénivelé positif: 283 m -temps estimé: 5 heures hors pauses	Lac de Thil et abbaye de Bellegarde	RV pour départ de rando: 9h10, place de l'église à THIL	RV covoiturage: 8h30 8h30, parking arrière du Market, à côté station bus Jean Gay	Bons marcheurs	Rémy
Samedi 11 novembre	Journée	18 km – 100 m dénivelée – 4 h 30	Entre Labastidetete, l'Herm et canal de St Martory	RDV départ rando : parking des terrains de sport de Labastidetete 9 h	RDV covoiturage : parking dojo 8 h 30	Bons marcheurs	Geneviève
Samedi 18 Novembre	Journée	distance 18km dénivelé +280m – 280m durée 6h	Rando dans le Gers de l'Isle-en-Dodon à Puymaurin . l'Isle-en-Dodon et Puymaurin sont deux belles bastides du sud-ouest, une belle boucle en campagne entre vallées et coteaux avec de superbes points de vue		RDV à 7h45 pour départ à 8h au parking gymnase Jean Zay	Bons marcheurs	Bernard
vendredi 1er décembre	Journée	-distance: 15 km, denivelé 230m -temps estimé: 4h15mn hors pauses	Lac de Balerm et cimetière des Petites Filles Modèles	RV pour départ de rando: 9h30, parking du centre En Solomiac de Verfeil, en contrebas de la ville	RV covoiturage: 8h30, parking arrière du Market, à côté station bus Jean Gay	Bons marcheurs	Rémy
Samedi 9 décembre	Journée	18 km – 250 m dénivelée – 5 h	Cambiac, ses collines et le joli village de Falga	RDV départ rando : parking au centre de Cambiac 9 h 30	RDV covoiturage : parking dojo 8 h 30	Bons marcheurs	Geneviève
Samedi 16 décembre	Journée	distance 19km dénivelé +250m – 250m durée 5h20	Rando dans le Tarn et Garonne autour d'Auvillar Une randonnée en boucle autour d'Auvillar et d'Espalais et en bord de Garonne Visite d'Auvillar un des plus beaux villages de France en cours de randonnée		RDV à 7h45 pour départ à 8h au parking gymnase Jean Zay	Bons marcheurs	Bernard

**Inscriptions aux randonnées à la journée :**

Rémy : [remy.gv@gmx.fr](mailto:remy.gv@gmx.fr)  
Geneviève : [g.crokaert@free.fr](mailto:g.crokaert@free.fr)  
Bernard : [bmercadier@orange.fr](mailto:bmercadier@orange.fr)