



PROGRAMME DE RANDONNEES JANVIER / JUILLET 2022

DATE	GUIDE / CONTACT	LOCALISATION	KM / TEMPS DE MARCHÉ	DENIVELE	NIVEAU	RDV	PROGRAMME	ACCES	CO-VOITURAGE (Oui / non) et COÛT
DIMANCHE 09/01/22	Nathalie nfenouil@gmail.com 06.37.54.16.81	Montjoire	11.5 KM - 3H30	110 M	FACILE	13H -Eglise de Montjoire <u>ou</u> 16H30 Halle de Montjoire pour manger la galette	Rando puis galette à 16H sous la halle couverte de Montjoire		NON
DIMANCHE 16/01/22	Joël et Monique joecol@hotmail.fr 07.68.01.92.96	Estantens / Muret	15 KM / 4H	220 M	MOYEN	9H - Aire co-voiturage de Garidech <u>ou</u> 10 H - Eglise d'Estantens	Rando sur les falaises dominant la Garonne entre Estantens et Muret - A voir : un des dernies bacs en service et église romane	Estantens se situe à 53 km de Garidech - 52 mn de route - Accès : AA68/A61/A64	OUI 16 € / voiture
VENDREDI 21/01/22	CA DE RANDONAT'					18H30 - Lieu encore à définir - RESTO Auberge de Gragnague ou Salle Ancien collège de Montastruc	SOIREE AG DE RANDONAT ET REINSCRIPTIONS 2022 - Resto à l'Auberge de Gragnague si les conditions sanitaires le permettent		
DIMANCHE 23/01/22	Nathalie nfenouil@gmail.com 06.37.54.16.81	Ayguesvives / Canal du midi	18KM / 5H	100 M	MOYEN	9H - Aire co-voiturage de Garidech <u>ou</u> 9H30 - Eglise d'Ayguesvives	Cette balade alterne les vastes panoramas du Sud-Lauragais avec les rives paisibles du Canal du Midi	Ayguesvives est à 42 KM de Montastruc et à 32 mn par la A61	OUI 12 € / voiture
MERCREDI 26/01/22	Nathalie nfenouil@gmail.com 06.37.54.16.81	Saint Rustice	7.5 KM / 2 H30	110 M	FACILE	14H - Parking des écoles - Rue Jean de La Fontaine à St Rustice	67 % de sentier pour cette balade qui alterne coteaux et bords du Canal de Garonne - A voir église classée monument historique, lavoir, fontaines, château, écluse	St Rustice est à 27 KM de Montastruc et à 34 mn par la D20	NON mais Possibilité <u>sur</u> <u>demande</u> <u>uniquement</u> à l'inscription et si possible : 4,70 € / voiture
DIMANCHE 06/02/22	Nathalie et Monique nfenouil@gmail.com 06.37.54.16.81	Castelnaudary	5 KM / 1H30	40 M	FACILE	9H - Aire de Co-voiturage de Garidech <u>ou</u> 10H - Place de la République à Castelnaudary	<u>RANDO SUR RESERVATION</u> : Si Castelnaudary m'était contée... Balade culturelle suivie d'un petit Cassoulet au Relais des Cheminières Sur la RN 113 (19 euros : 3 plats dont cassoulet et vin compris)	Castelnaudary est à 76 KM et à 54 mn de Garidech par la A61	OUI co-voiturage : 26 € / voiture + 19 € le repas
JEUDI 10/02/22	Bernadette	Villaries	9 KM / 2H30	0 M	FACILE	14H -Eglise de Villariès			NON

DATE	GUIDE / CONTACT	LOCALISATION	KM / TEMPS DE MARCHÉ	DENIVELE	NIVEAU	RDV	PROGRAMME	ACCES	CO-VOITURAGE (Oui /non) et COÛT
DIMANCHE 13/02/22	Joël et Monique joecol@hotmail.fr 07.68.01.92.96	Pibrac	14 KM / 3H30	0 M	MOYEN	9H - Aire de Co-voiturage de Garidech <u>ou</u> 9H45 - Parking de la Poste à Pibrac	Sur les traces des pèlerins de Saint Jacques de Compostelle, nous cheminerons le long des ruisseaux à travers bois et prairies. Nous irons aussi à la découverte du patrimoine culturel de l'histoire de sainte Germaine	Pibrac est à 38 KM de Montastruc et à 46 mn par A68 puis A62 direction Blagnac / Auch / N124 / Sortie 7 Pbrac	OUI 4.80 € /voiture
JEUDI 10/03/22	Bernadette et Joël	Castelmaurou / Lapeyrouse Fossat	8 KM / 2 H	0 M	FACILE	14H - parking de la Médiathèque à Castelmaurou			NON
DIMANCHE 13/03/22	Joël et Monique joecol@hotmail.fr 07.68.01.92.96	Flourens	14 KM / 3H30	20 M	MOYEN	9H - Aire de Co-voiturage de Garidech	Lac et côteaoux	Flourens est à 18 KM et à 25 mn de Garidech par Castelmaurou / Beaupty / Mondouzil et Mons	OUI
DIMANCHE 27 /03/22	Joseph nitramjo5@gmail.com 06.58.72.40.39	Beaumont S/Lèze - Miremont	15.6 KM / 5H	210 M	MOYEN	9H - Aire de Co-voiturage de Garidech <u>ou</u> 10H - Mairie de Beaumont S/Lèze	Promenade agréable dans la vallée de la Lèze ; A Miremont, église avec sarcophages historiés ; charmant jardin près du stade pour déjeuner	Beaumont est à 56 KM et à 1H de Garidech par la A68/A62 / A64 vers Foix / sortie 36 / D820 / D4 / D43	OUI 12 € / voiture
MERCREDI 06/04/22	Sylvie sylvie.roques@gmail.com 06.81.58.71.03	Seilh	8 KM (+2 km possible) / 2H OU 2H30	14 M	FACILE	14H30 - Départ rando - RDV 14H20 : Centre Commercial Rémy Raymond (ront point du golf), devant le Pub Le Brennan's snug	Vous munir du pass sanitaire si vous voulez boire un coup à la fin de l rando !		NON
DIMANCHE 10/04/22 Attention jour élections 1er tour !	Joël et Monique joecol@hotmail.fr 07.68.01.92.96	Bouillac et la forêt de Grand Selve	17.5 KM / 4H30			9H30 - Aire de Co-voiturage de Garidech DEPART RETARDE AFIN DE VOUS PERMETTRE D ALLER VOTER <u>ou</u> 10H30 - place près de la mairie	Rando entre vallée de Garonne et Lomagne ; histoire riche liée à son ancien monastère au Xlle s. et à son trésor détenu en l'église de Bouillac	Bouillac est à 47 KM et à 56 mn de Garidech par la D45/Castelnau d'Estretfonds/ Grenade / Grisolles / Aucamville (82) / Bouillac	OUI 8 € / voiture
SAMEDI 23/04/22	Sylvie sylvie.roques@gmail.com 06.81.58.71.03	Toulouse	10 KM / 3H	0 M	FACILE	10H00 - Départ rando - RDV 9H50 : Devant l'ancienne prison St Michel (28 grad rue St Michel) à Toulouse PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE POUR RESTO	<u>SUR RESERVATION AVANT LE 17 AVRIL:</u> Rando culturelle ayant pour thème la Résistance à Toulouse lors de la 2e guerre Mondiale. Partez à la découverte des lieux mythiques empreints d'histoire. Restaurant à midi (à suivre)	Accès : Métro St Michel - Marcel Langer	NON

DATE	GUIDE / CONTACT	LOCALISATION	KM / TEMPS DE MARCHÉ	DENIVELE	NIVEAU	RDV	PROGRAMME	ACCES	CO-VOITURAGE (Oui /non) et COÛT
DU DIMANCHE 1ER MAI AU DIMANCHE 8 MAI	Nathalie et Frédéric	Semaine dans le Parc Naturel du Luberon				SUR INSCRIPTION AVANT LE 15 JANVIER 2022 RESERVATION MOBIL HOME PAR VOS SOINS VOIR PROGRAMME A PART	Une semaine de rando pour tous et de visites de villages haut perchés typiques	Découverte du Colorado Provençal	VOIR PROGRAMME DÉJÀ ENVOYÉ
DIMANCHE 15/05/22	Michel michel.ecoffard@yahoo.fr 06.95.62.90.24	Itzac (81) - Les collines de Maraval	18 KM / 5H30	460 M	DIFFICILE	8H30 - Aire de Co-Voiturage de Garidech	Superbe paysage composé de Collines ocre qui vous rappellera votre séjour dans le Luberon !	Itzac est à 64 km et à 50 mn de Garidech par la A68 / sortie Gaillac	OUI 11 € / voiture
DIMANCHE 22/05/22	Joseph nitramjo5@gmail.com 06.58.72.40.39	Saint Antonin Noble Val	13 KM / 4H				Le circuit de la Gourgue vous mènera le long de la bonnette à l'ancienne filature de Cantalouve, à une cascade, une résurgence, une ancienne carrière		
JEUDI 09/06/22	Bernadette bernadette.mialaret@free.fr 06.70.55.79.08	Varenes	8 KM / 2 H		FACILE	14H - Eglise de Varenes			NON mais Possibilité <u>sur demande</u> <u>uniquement</u> à l'inscription et si possible
week end du 11/12 juin 2022	Bernadette et Nathalie bernadette.mialaret@free.fr 06.70.55.79.08	Week-end transhumances en Ariège				PROGRAMME A SUIVRE En attente d'informations	Découverte du Couserans, de Saint Girons et de la Vallée de Bethmale)		
SAMEDI 18/06/22	Sylvie sylvie.roques@gmail.com 06.81.58.71.03	Gratentour	10 KM / 2H30	80 M	FACILE	10H00 - Départ rando - RDV 9H50 : Jardin de la Mairie de Gratentour	2 circuits : - matin : Rando autour de Gratentour avec panorama sur le Nord toulousain et une promenade dans les bois de chênes : 6 KM - après-midi : visite commentée village de Gratentour en passant prioritairement par des points d'intérêt ou des vues dégagées : 4 KM		NON
DIMANCHE 19/06/22	Joël et Monique joecol@hotmail.fr 07.68.01.92.96	Forêt de Bouconne	19 KM / 5H	42 M	MOYEN	8H30 - Aire de Co-Voiturage de Garidech	Rando au frais !		OUI

DATE	GUIDE / CONTACT	LOCALISATION	KM / TEMPS DE MARCHÉ	DENIVELE	NIVEAU	RDV	PROGRAMME	ACCES	CO-VOITURAGE (Oui /non) et COÛT
DIMANCHE 26/06/22	Nathalie nfenouil@gmail.com 06.37.54.16.81	Village médiéval d'Aussillon Village- Le Pech d'Enblanc	15 KM / 4H30	460 M	DIFFICILE	8H30 - Aire de Co-Voiturage de Garidech ou 9H50 Place de la Crabial Aussillon <u>Village</u> (attention Aussillon tout court exite aussi !)	Rando en Montagne noire dans la vallée de l'Aussillon où s'abrite une ancienne usine de délainage, près de Mazamet. Le chemin grimpe sous les châtaigniers, puis gagne les hauteurs d'où le regard porte jusqu'au Pic de Nore. Plus loin on appréciera , à l'ombre des épicéas, le charme tranquille du Lac des Montagnès où nous déjeunerons.	Aussillon est à 76 KM et à 1H20 de Garidech par la N126 (direction Mazamet)	OUI 13.20 € /voiture
SAMEDI 09/07/22	Nathalie nfenouil@gmail.com 06.37.54.16.81	Rallye pédestre sur Mautauban et alentours	8 KM / SUR LA JOURNEE	0 M	FACILE	Programme à suivre	Journée de découverte du patrimoine. Par équipe de 4, à l'aide d'un dossier et de photos concoctés par Nathalie, vous irez le temps d'une journée à l'aventure via un jeu de piste, pour terminer sur Montauban. Le soir nous nous retrouverons autour de grillades pour la proclamation des résultats et des gagnants et pour fêter la fin de notre année de randonnées		OUI 16 € / voiture