

CCAC SPORT POUR TOUS CAPDENAC - GARE
RANDONNEES PEDESTRES - MAI 2017

Condition : être licencié à la FFRandonnée

Contacts : Guy Calvet-06 23 44 91 68 / Bernard Meallet - 06 45 15 39 60

Roger Carnus - 06 87 45 95 63 / Jean-Jack Revel - 06 83 29 99 89

F = Facile / M= Moyen / D = Difficile

DATES	ITINERAIRES	GUIDES	Difficulté/KM Dénivelé Positif
Lundi 1	Férié Pas de Rando		
Mercredi 3	Faycelles - Frontenac	B Meallet / J-D Ouvrieux	D /11 km
Vendredi 5	Cajarc -La Dent Cassée	G Calvet / Ch Lalo	D/13 km/405m
Lundi 8	Férié Pas de Rando		
Mercredi 10	Saut de la Mounine - Salvagnac	B Meallet / J-C Rambaud	M /12 km
Vendredi 12	Lacapelle Balaguier	G Calvet / Ch Lalo	D/14 km/322 m
Lundi 15	Petite marche	D Meallet	F /7 km
	Salle Courbatier-jardin de Lamothe	J-J Revel / M Lajeunie	M 10 km
* Visite du jardin 3€ .Inscription avant le 10mai auprès de J-J Revel			
Mercredi 17	St Rémy - Le Ht de Villefranche	B Meallet / J-C Rambaud	D /12 km
Vendredi 19	Bregues - Espagnac	G Calvet / Ch Lalo	D/12 km/408 m
Lundi 22	Repas sac/Marais de Bonnefond	J-L Viguié/ Se faire inscrire	Am F/7 km
	Départ 9 H Parc de Capèle/ Visite guidée du Marais 5€		Pm F/2 km
	Forêt de la vaysse - Cransac	J-J Revel / R Rigaldi	M / 10 km
Mercredi 24	Bregues	B Meallet / J-C Rambaud	D / 12 km
Vendredi 26	Pas de Rando/Sortie Brusques		
Lundi 29	Petite marche	M. Galut	F / 7 km
	St jean Mirabel	J-J Revel / R Rigaldi	F / 10 km
Mercredi 31	Villeneuve-Les Sources de la Diège	B Meallet / J-C Rambaud	M / 11 km

Les Lundis et Mercredi : Rendez-vous sur le parking du parc Capèle à 14h

Le Vendredi à 14h

Le Samedi Rendez-vous à la C.A.S. (près gare de la marchandise) à 14h