

CCAC SPORT POUR TOUS CAPDENAC - GARE
RANDONNEES PEDESTRES - NOVEMBRE 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
Mercredi 1	<i>Férialé Pas de Marche</i>		D/10km
Vendredi 3	Ournes-Lentillac	Ch Lalo/ G Calvet	D/13,5 km/330m
Lundi 6	Petite Marche	C Bras	F/7 km
	Les Albres et Alentours	J-J Revel / F Cavalié	M/11,7km
Mercredi 8	Nayrac-Lissac et Mouret	B Meallet/J-CL Rambaud	D/12km
Vendredi 10	Sérignac-Célé	Ch Lalo/ G Calvet	D/13km/395m
Lundi 13	Petite Marche	M Galut	F/7 km
	Lunan-Moulin de Sérignac	J-J Revel / R Rigaldies	F/10km
Mercredi 15	St Julien-Mas de Vigne-Thomas	B Meallet/J-CL Rambaud	M/11km
Vendredi 17	Ambeyrac-Camboulan	Ch Lalo/ G Calvet	D/13,8 km/268m
Lundi 20	Petite Marche	D Meallet	F/7 km
	Asprières-Layzac	J-J Revel / F Cavalié	M/10,4km
Mercredi 22	<i>Sortie Stockfish-la Vitarelle</i>	B Meallet/J-CL Rambaud	M/ 10km
Vendredi 24	Bouillac-Plancat	G Calvet / Ch Lalo	D/15km/438m
Lundi 27	Petite Marche	M Galut	F/7 km
	Gare Naussac-Moulin Cavailiac	J J Revel/M lajeunie	M/10km
Mercredi 29	Foissac-Lozeral-Meau	B Meallet/J-CL Rambaud	M/9km

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

*** Le Vendredi à 13h30 ***

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

