

RANDONNEES PEDESTRES - AVRIL 2025

CAPDENAC RANDO 12 - 12700 CAPDENAC GARE

Condition : être Adhérent au Club

Contacts : C. Lalo - 06 82 98 89 33 / R. Carnus - 06 87 45 95 63

F. Cavalié - 06 14 30 14 11 / M. Jarque - 06 24 86 37 78

F = Facile / M = Moyen / D = Difficile / P = Parking / Cov = Covoiturage

DATES	ITINERAIRES	GUIDES	Difficulté/KM	Cov
Mercredi 2	Grézes / P = Parking au virage avant le village	M. Galut	F / 7 à 8 km	3 €
	Leclerc - Bouby / P = Parking Leclerc	M. Jarque, R. Carnus	D / 11,5 km / 270 m	2 €
Vendredi 4	Issepts - Assier / P = Issepts	C. Lalo, M. Jarque	D / 15 km / 299 m	3 €
Lundi 7	Guirande - Le Lac / P = Chapelle Guirande	R. Rigaldies	F / 7 à 8 km	2 €
	Montredon - Montmurat / P = Derrière Mairie	R. Carnus, M. Jarque	M / 9 km / 230 m	2 €
Mardi 8	DEBROUSSAILLAGE: Rdv. à la Fontaine de St-Julien à 7 H 00 (Voir détails sur site)			
Mercredi 9	Espédaillac / P = Face à l'étang	Jackie Mounal	F / 7 à 8 km	3 €
	Bédier / P = Eglise	M. Jarque, R. Carnus	M / 12 km / 290 m	2 €
Jeudi 10	DEBROUSSAILLAGE: Rdv. à la Fontaine de St-Julien à 7 H 00 (Voir détails sur site)			
Vendredi 11	Bouillac - Plancat / P = Eglise	C. Lalo, M. Jarque	D / 15 km / 438 m	2 €
Samedi 12	DEBROUSSAILLAGE: Rdv. à la Fontaine de St-Julien à 7 H 00 (Voir détails sur site)			
Lundi 14	Salles-Courbatiers / P = Parking carrière	M. Galut	F / 7 à 8 km	2 €
	Lunan - Le Batut / P = Salles des fêtes Lunan	M. Jarque, R. Carnus	M / 10 km / 180 m	2 €
Mercredi 16	Assier / P = Parking au château	M. Galut	F / 7 à 8 km	2 €
	Beauregard: RANDO A LA JOURNEE avec repas tiré du sac. Départ à 9 H 00 du Parc Capèle	R. Carnus	M / 16 km / 120 m	5 €
Vendredi 18	Pont de Cambes / P = Pont SNCF	C. Lalo, M. Jarque	D / 14,5 km / 440 m	2 €
Lundi 21	PAS DE RANDOS = Lundi de Pâques			
Mercredi 23	Saut de la Mounine / P = Carrefour rte de Saujac	B. Meallet	F / 7 à 8 km	3 €
	St-Pierre-Toirac / P = St-Pierre-Toirac	R. Carnus, M. Jarque	M / 11 km / 280 m	2 €
Vendredi 25	Cajarc - Maison Pompidou / P = Piscine	C. Lalo, M. Jarque	D / 13,5 km / 405 m	3 €
Lundi 28	Gréalou / P = Salle des fêtes	G. Baraillé	F / 7 à 8 km	3 €
	St-Julien d'Empare -Tour de Diège / P = St-Julien	R. Carnus, M. Jarque	M / 9 km / 220 m	0 €
Mercredi 30	Loupiac (un peu de dénivelé) / P = S. des fêtes	G. Baraillé	Un peu de dénivelé	2 €
	Cajarc - La Plogne / P = Piscine	R. Carnus, M. Jarque	D / 10 km / 400 m	3 €

Les Lundis et Mercredis : Rendez-vous sur le parking du PARC CAPELE à 14 h 00

Le vendredi : Rendez-vous sur le parking du PARC CAPELE à 13 h 30