

PLANNING DU 4ème TRIMESTRE 2020

Grande rando = 12 à 16 km à la demi-journée – 18 à 25 km à la journée – allure soutenue – dénivelé moyen à fort

Moyenne rando = 10 à 12 km à la demi-journée – 15 à 22 km à la journée – allure modérée – dénivelé moyen

Petite rando = 8 à 10 km à la demi-journée – 12 à 15 km à la journée – allure tranquille – peu de dénivelé

Balade = 5 à 7 km sur terrain plat

CONSIGNES SANITAIRES : Covoiturage avec port du masque - Distanciation 1 m entre chaque marcheur - pas de limitation du nombre de marcheurs.

Kit sanitaire personnel composé de : 1 masque - Gel Hydroalcoolique - lingettes désinfectantes - petit morceau de savon - sac poubelle

Date	Type RANDO	Animateurs	Téléphone	Nom du circuit – nombre de km – niveau de difficulté	Lieu précis de départ	km AR	Nbre pers
Jeudi 1 octobre	Grande	Bernadette BRUN	0676477440	Le Chalon 15km (longue descente raide et caillouteuse)	entrée de Tressac (prendre rue du clouzet)	14km	10
	Moyenne	Annie et Jean Marie LANGLADE	06 30 93 33 00	Les sources de la Souchere 12 km facile	place de FELINES	68	16
	Petite	Lucette Odile Paula Joelle	06 24 56 94 24	Le gouffre de la Monette 10.2 km	Les Vastres	88km	28
Lundi 5 octobre	Balade	Danielle Malartre	06-86-45-12-13	Etang des Barthes et éoliennes. Très facile	Route de Moudeyres (éolienne)	60 km	
Jeudi 8 octobre	Grande	Huguette BRUNET	06 30 12 22 02	St Voy / Pic du Lizieux M+ 15 km 500	Mazet St Voy, direction le Temple - le stade PK La Chapelle St Voy	76 km	17
	Moyenne	Monique FERRIERE	07 50 68 42 50	Les croix de Grazac M 13 km dénivelé 250 m	Parking de l'église à Grazac	70 km	28
	Petite	Jean CHARROIN	04 71 03 16 70	GR70 Sur les traces de Stevenson - 9 km	Le Bouchet-St-Nicolas	40 km	33
Lundi 12 octobre	Balade	Jean CHARROIN	04 71 03 16 70	Le marais de Landos - 7 km - 130 m de dénivelé	Parking de Landos	47 km	21
Jeudi 15 octobre	Grande	Paul BARGEON	06 82 10 50 74	De Chalencou à la coulée de Bourriane	Saint André de Chalencou pk eglise	95km	
	Moyenne	Lucette Odile Joelle Paula	0611236264	Beaumont 9 km500	Bonneval à côté de l'église	86 km	
	Petite	Denise DUBOEUF	06 84 11 92 44	Circuit Berthoud-Chavagnac - 10km	Saint Paulien - PK école	30km	
Lundi 19 octobre	Balade	Odette Marrel	0615742737	Peyrard - 6 km	PEYRARD	18 km	
Dimanche 25 octobre	Rando – culture	Vals en Forme		Les Feuilles Mortes 19 km	Chanteuges	76 km	
jeudi 22 octobre	Grande	Marie Claude ROLLAND	06 10 82 49 41	marais de Limagne La Durande 14 km, courte montée difficile	Le Vernet	45 km	
	Moyenne	Yvon Mialon	06 23 34 14 64			44 km	
	Petite	Simone Boyer		Plateau de Beaune sur Arzon 10.2 km	Plan d'eau de Beaune	80 km	
Lundi 26 octobre	Balade	Lucette Odile Paula Joelle	06 72 62 97 00	La Sumene Blavozy 6 km 700	maison pour tous	22 km	
	Grande	André Bordel	06 30 39 79 92	Goudet par Fleurac 12 km - Dénivelé 210m - Passage en balcon au dessus de la Loire avec main courante	Goudet	25km	

jeudi 29 octobre	Moyenne	Jacques GATELLIER	0682253833	De la Fioule au Briançon 11 km D 400 m	BAVAT . Coudert à la sortie du village	86km	
	Petite	Jean LOUBIER	07 82 61 12 04	Landos, circuit des marais : 10km ; Dénivelé : 210 m -- F / M (au départ montée ass	Landos - grande place du marché	56km	
Lundi 2 novembre	Balade	Jacques GATELLIER	0682253833	Les bois de fix 7 km d = 150 m facile	D 40 1 km en forêt, carrefour /sentiers	45 km	
Jeudi 5 novembre	Grande	Daniel Crespe	06 75 13 23 56	les grottes de la terrasse 14 kms M+	mairie d'Arsac (je serai sur place)	30 km	
	Moyenne	Monique Ferrière	07 50 68 42 50	Bellevue la Montagne 12 km : Dénivelé 180m	Allée du château à Bellevue	56 km	
	Petite	Danielle Malartre	06-86-45-12-13	Circuit des 3 Bornes. 10 kms	Gare de Darsac	44 kms	
Lundi 9 novembre	Balade	Lucette Odile Paula Joelle	06 72 62 97 00	Le Versant des pommes 6 km F	avant Malrevers parking à gauche près du four	30 km	
Jeudi 12 novembre	Grande	Roselyne Dussaud	06 77 93 53 29	Laussonne Moudeyre 12km Dénivelé:300m	Parking Mairie Laussonne	44km	
	Moyenne	Bernadette Brun	0676477440	La chapelle de saint Roch 12 km F	Bains (parking face à l'école)	32 km	
	Petite	Michelle Ribeyron	0645382032	L'oppidum gaulois 8km F	Saint Paulien	30 km	
Lundi 16 novembre	Balade	Danielle MALARTRE	06-86-45-12-13	Chemin des Crêtes 5,6 km	Beauregard - Vazeilles		
Jeudi 19 novembre	Grande	Paul MICHEL	0677195531	Les sources de Saint Paulien 13 km	Place Jeanne d'Arc St Paulien		
	Moyenne	Paul BARGEON	06 82 10 50 74	La croix de Fourgoulas - 11km - F	Vergezac - Place de l'Eglise	35km	
	Petite	Jean LOUBIER	07 82 61 12 04	Bargettes et le tour du Mont Burel ; 9,5 km Dénivelé : 180 m -- F	Bargettes (entrer directement dans le hameau à droite et se garer)	37 km	
Lundi 23 novembre	Balade	Simone BOYER		Plateau de Chaspinhac	Chaspinhac		
Jeudi 26 novembre	Grande	Daniel Crespe	0675132356	Source de Bonnefont 13 km moyenne	parking gauche apres le pont de colempce (Chadron)	25	
	Moyenne	Denise Duboeuf	0684119244	Les villages templiers 10km	Saint jean Lachalm. Place de l'église.		
	Petite	Simone BOYER		Autour du Bourbouilloux 9,5 km	Saint-Paulien		
Lundi 30 novembre	Balade	Lucette Odile Paula Joelle	0611236264	La petite tortue 6 km	Saint-Julien Chaptueil	54	
Jeudi 3 décembre	Grande	Bordel André	0630397992	La laussonne 14 KM moyen	Arsac en velay	30 KM	
	Moyenne	Jean CHARROIN	04 71 03 16 70	Sur les traces de Modestine - 12 km 450	Entrée du Bouchet-St-Nicolas	40 km	
	Petite	Lucette Odile Paula Joelle	06 11 23 62 64	des Badiou à couteaux 9km500	parking transevenole la Collange	30 km	
Lundi 7 décembre	Balade	Simone BOYER		Agizoux 6 km	Solignac		
	Grande	Alain et Colette Pays	06 70 84 84 69	Autour du suc de Garde 12 km	Parking de la Mairie de St Etienne Lardeyrol	28 km	

Jeudi 10 décembre	Moyenne	Thérèse Montchamp Renée Play	06 73 58 19 02	saint vidal 11 kms	parking st vidal	24	
	Petite	Lucette Odile Paula Joelle	06 72 62 97 00	autour de coubon. 9 km	parking place de coubon	15 km	
Lundi 14 décembre	Balade	Odette MAZARD					
Jeudi 17 décembre	Grande	Huguette Brunet	06 30 12 22 02	Circuit de l'Herm M - 11km	Avenue du Puy, en face du cimetière Le Monastier sur Gazeille	34 km	
	Moyenne	Guy Vernet, Bernadette Brun	0683006390	Circuit de la vio basse, 11km	Lissac place de la Fontaine	30km	
	Petite	Danielle Malartre	06 86 45 12 13	Marais de Limagne 8 km	Baissac		
Lundi 21 décembre	Balade	Adrienne SACRESTE		Espaly			