



# ASURANDONNEE

**Campagne, Montagne et Nature ...**

Siège Social: Mairie de L'Union - 31240

Affiliée à la Fédération Française de Randonnée pédestre (N° 09717)

[randoasu@gmail.com](mailto:randoasu@gmail.com)

<https://www.asurandonnee.org/>



**Juillet -Août  
Septembre 2023**

Date	Dépt	RANDONNÉES	Resp	IGN	Départ	IBP	Km	Dénivelé	Temps
Jeudi 06 juillet	81	Le Lampy Neuf - Arfons	CR	2344OT	Lac du Lampy	55	18	350	5h30
<b>Dimanche 09 Juillet</b>	09	Cirque de Cagateille - Etang de la Hilette	CVA	2048OT	Moussures- USTOU	126	15	1200	6h
<b>Dimanche 23 juillet</b>	09	Cascade d'Ars - Etang de Guzet	DG	2047ET	Aulus les bains	97	13	936	5h30
<b>Dimanche 30 Juillet</b>	31	Pic de Bacanère	CVA	1848OT	Artigue	107	16	1040	5h30
Jeudi 03 Août	09	Circuit des cinq cols au pays d'Aillou	JPS	2148ET	Col de Marmare	70	15	500	5h
<b>Dimanche 06 Août</b>	81	Sentier du chevreuil	CVA	2342SB	Paulinet	78	18	630	5h
<b>Dimanche 20 Août</b>	09	5 Lacs: Ayes, Milouga, Arauech, Cruzous, Eychelles	CR	2048OT	Lac de Bethmale	157	19	1363	7h
Jeudi 24 Août	81	Mont-Roucous – Tourbière des Pansières	DG	2443ET	Col de la Bassine	70	19	505	5h30
<b>01 au 05 Septembre</b>	<b>Esp.</b>	<b>Séjour en Aragon, Aïnsa (Espagne)</b>	CR		<b>Morillo de Tou</b>				
<b>Dimanche 10 Septembre</b>	31	Pic du Gar et Saillant en boucle	CR	1947OT	Bezins-Garraux	106	13	1195	5h30
Jeudi 14 Septembre	11	Boucle forestière du lac de Laprade	JPS	2344OT	Barrage de Laprade	57	17	330	5h
<b>Vendredi 22 - Dimanche 24 Septembre</b>	<b>66</b>	<b>Séjour Canigou</b>	CVA		<b>Taurinya</b>				
Jeudi 21 Septembre	81	Sentiers des Châtaignes	JPS	2341E	Villeneuve sur Tarn	75	19	720	5h30
Jeudi 28 Septembre	82	Autour de Caylus	CVH	2140E	Lac de Caylus	60	19	430	5h30

Le logo "Rando Moderato" indique une randonnée accessible à toutes & tous, des groupes de niveau encadrés chacun par un animateur permettront à chacun de trouver son rythme.

La programmation est en principe d'un jeudi et d'un dimanche sur deux avec un jour supplémentaire par mois pour une randonnée modérée.

Cette programmation est susceptible d'être modifiée en particulier en fonction des conditions météorologiques.

Indice IBP pour marcheur (euse) entraîné(e): **IBP<50: Facile** **50<IBP<70:modéré** **70<IBP<90:moyen** **IBP>90:Difficile**

« Le bonheur n'est pas au bout du chemin, il est le chemin »

