

### **DES DATES A RETENIR:**

**VENDREDI 30 JANVIER: REPAS DE LA RANDONNEE.**

**DIMANCHE 29 MARS: rando « BEBES CALINS »,** départ salle Elie CASTELLE, route de Sémalens (circuits sous notre responsabilité).

**SAMEDI 11 AVRIL: Matinée d'ENTRETIEN DE NOS CHEMINS.**

**LUNDI 29 JUIN: PIQUE-NIQUE du CLUB,** base des Etangs.

### **VOYAGE-RANDO: EN CORREZE.**

*20 au 27 JUIN 2015.*



#### **RANDONNEES TARNAISES 2015**

26.04: Rando challenge DAMIATTE.

23 et 24.05: Rando Occitane SENOULLAC.

27.05: Rando Paysagère Vignoble Gaillacois.

Ou chercher sur:

[www.randonnee-tarn.com](http://www.randonnee-tarn.com)

#### **QUELQUES RAPPELS.**

**Pour participer aux activités du club de randonnées des M.J.C. de SAIX –VIVIERS LES MONTAGNES, il faut:**

**-Être membre de l'une des M.J.C. du Tarn .**

**. Il est recommandé de prendre aussi la carte de la Fédération de Randonnée Pédestre (FDRP)**

**-Fournir un certificat médical d'aptitude à la randonnée pédestre**

**-La M.J.C. de SAIX demande une participation de 15 euros.**

#### **Adhésion à la Fédération Française de Randonnée Pédestre:**

Afin de montrer notre soutien aux actions d'entretien et de promotion en faveur des chemins de randonnées, afin de profiter des avantages qu'elle procure (**assurance, réductions dans certains magasins...**), afin d'être reconnus par les administrations... les responsables vous proposeront **une licence 2015** dont les tarifs seront précisés dans la grille qui vous sera donnée.

**FICHE A DEMANDER à Jean-Claude RAMOND ou Alain GIMENO.**

## **SECTION RANDO DES M.J.C. DE SAIX ET DE VIVIERS-LES-MONTAGNES.**

**Affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre**

# **CALENDRIER 2015 (Janvier à Aout)**

**DIMANCHE A LA JOURNEE:** Départ du parking de la Mouline, sous l'église de SAIX, à 8H .

**LUNDI APRES-MIDI :** Départ du terrain de rugby à 13 H 15.

**LUNDI A LA JOURNEE:** Départ Caisse d'Epargne à 8 H.

**MARDI APRES-MIDI:** Départ au parking de la Mouline à 13 H 15.

**JEUDI APRES-MIDI:** Départ du terrain de rugby à 13 H 30.

**VENDREDI APRES- MIDI:** Départ du terrain de rugby à 13 H 15.

#### **CONTACTS:**

**M.J.C.SAIX:** 05 63 74 82 29

**M.J.C.VIVIERS:** 05 63 74 77 68

**Dimanche:** A.GIMENO: 05 63 74 77 68 J-C. LACLAU 05 63 74 79 61

Maguy PECH: 05 63 74 86 08

J. BONNEL: 05 63 74 76 21

Jacques GENOUDET: 05 63 74 74 95 Yves NEGRE: 05 63 74 76 46

Daniel VAL: 05 63 74 74 07

Marc HERVIER: 05 63 74 79 23

**Lundi journée:** Maguy PECH: 06 84 31 77 86

Yves NEGRE: 06 88 67 42 95

Marc HERVIER: 06 73 74 07 45

Pierre BOUISSET: 05 63 74 70 09

**Lundi après-midi:** Jean-Pierre BONNAFOUS: 05 6 3 71 74 63

J-Claude RAMOND: 05 63 74 70 04 Jean VEAUTE: 05 63 74 75 83

Christian TRESSOL: 05 63 74 74 64 Michel GARROUSTE: 05 63 72 35 29

**Mardi:** Jacques GENOUDET: 05 63 74 74 95

Alain GIMENO: 05 63 74 77 68

J.Claude LACLAU: 05 63 74 79 61

Yves NEGRE: 05 63 74 76 46

Daniel VAL: 06 50 69 67 90

Paulette et J. BONNEL: 05 63 74 76 21 Claude ROQUE: 06 71 28 26 08

**Jeudi:** J-Claude RAMOND: 05 63 74 70 04

**Vendredi:** Michel GARROUSTE: 05 63 72 35 29

Aimé MONTAGNE: 05 63 72 27 49 Gérard PIQUEMOLES: 05 63 35 68 41

## RANDOS SPORTIVES DES DIMANCHES

Avant votre première sortie, **informez-vous** auprès d'un responsable des difficultés éventuelles du circuit proposé, de l'équipement souhaitable...

**Pour chaque sortie** : bonnes chaussures de randonnée, carte MJC obligatoire.

**Dans le sac à dos** : cape de pluie, gourde d'eau, en-cas, pique-nique pour midi et goûter pour l'après-midi indispensables. Chiens non souhaités.

**En cas de mauvais temps**: la randonnée sera annulée ou modifiée.

En général, randonnées de **5 à 7H de marche**.

DATES	DEPART	LIEUX	Animateurs	PARTICULARITES
11.01.15	8H	LABASTIDE-Rx. Dolmen-Pt Gaulois.	Alain Viviane	18Km D:750 m..
22.02.15	8H	SOREZE- MALAMORT.	Yves Marc	
22.03.15	9H	Cascade de CUBSERVIES.	Viviane Alain	D: 950m.
12.04.15	8H	CABRESPINE- Grotte du Maquis.	Yves Marc	D: 1000m.
03.05.15	8H	CAROUX: Le 8 de MONS.	Groupe Caroux	D: 1150m.
07.06.15	7H30	SAINT -ANTONIN- NOBLE-VAL. Cir- cuit de BROUSSES.	Paulette Jacques	6 h de marche. 18 km.

### SORTIES PYRENEES 2015:

**14/15 MARS: Raquettes ( refuge des Bouillouses).**

**4/ 5 JUILLET: Lac Gréziolles, pic Portarras (refuge Campana de Cloutou).**

**29/30 AOUT: lac Portet, cols Aratille et des Mulets, retour Gaube (refuge Wallon).**

### RANDONNEE D'UN JOUR AVEC DEPLACEMENT EN CAR:

**Lundi 27 Avril:** Les Capitelles de la Livinière. D:8H Place du Rivet.  
Animatrices: Marie-Claude CAFFORT et Aline CRESPIY.

## RANDOS DES LUNDIS APRES-MIDI

Sorties programmées en dehors des vacances scolaires.

Départ: du terrain de rugby de Saïx, à 13 h 15.

Pas de lieu programmé à l'avance, pas d'heure de retour précise! Lieu de sortie choisi en fonction du temps et des responsables.

3 à 4 heures de marche.

Accompagnateurs: Jean-Pierre BONNAFOUS, J. Claude RAMOND, Christian TRESSOL, Jean VEAUTE, Michel GARROUSTE.

## RANDOS DES LUNDIS A LA JOURNEE

Sorties programmées **tous** les lundis, vacances comprises.

Départ: Caisse d'Epargne de Saïx à 8 H.

Accompagnateurs: Maguy PECH, Pierre BOUISSET, Yves NEGRE, Marc HERVIER.

## RANDOS DES MARDIS APRES-MIDI

Sorties programmées hors vacances scolaires.

Départ: A 13 h 15, du parking de la Mouline, sous l'église de Saïx.

Caractéristiques: A la portée de tout randonneur: 3 heures de marche environ, 9 à 12 km, des montées. Chiens non souhaités.

Lieux: Sidobre, Causse de Caucalière, Montagne Noire, ...

Accompagnateurs: Paulette et Jacques BONNEL, Jacques GENOUDET, Alain GIMENO, Jean-Claude LACLAU, Yves NEGRE, Claude ROQUE, Daniel VAL...

## RANDOS DOUCES DES JEUDIS APRES-MIDI

Départ: 13h 30 du terrain de rugby.

Caractéristiques: 2 h de marche sans gros dénivelés dans les environs.

Accompagnateurs: Jean-Claude RAMOND (coordonnateur), Maguy. PECH, A.GIMENO, M.HERVIER, P.BOUISSET, J-P.BONNAFOUS, A.MONTAGNE, C.TRESSOL...

## RANDOS DES VENDREDIS APRES-MIDI

Départ du stade de rugby à 13 h 15.

Caractéristiques: 2 à 4 heures de marche dans les environs, à la demande.

Accompagnateurs: Michel BOURGES, Michel GARROUSTE, Aimé MONTAGNE, Gérard PIQUEMOLES.