



PROGRAMME AVRIL 2023»

sous réserve consignes sanitaires et conditions météo

Date	Animateur	Heure Lieu de rendez- vous	Point de départ	Parcours	Temps de marche KMS dénivelé	Difficulté	COvoiturage	Observations
VENDREDI 7	SEBASTIEN DENIS	CASINO 09 00	MONTALBA d'AMELIE	Roc de la campana Roc de la dona morta	06 30 16 900		4	
VENDREDI 14	PATRICK	CASINO 09 00	COSPRONS	Torre de la MADELOC	6 16 900		4	
VENDREDI 21	GERARD	CASINO 09 00	VILLAMANISCLE	Sierra de la Balmette San QUIRZE	5 15 600		5	
VENDREDI 28	GEORGES	CASINO 09 00	SAN MARSAL	Passé minier des ASPRES	7 18 650		5	
DIMANCHE 30	SEBASTIEN	CASINO 09 30	TAPIS	Capilla del FAU Crête de la GUILLERA	7 18 800	 	5	Dîner à Can MACH s'inscrire Possibilité variante pour 4H/10/400

FACILE Premier niveau ouvert à tous

ASSEZ FACILE Petite randonnée cependant pas une promenade

PEU DIFFICILE modérée

ASSEZ DIFFICILE rando plus soutenue nécessite un engagement physique

DIFFICILE rando très soutenue