

**Programme des randonnées : janvier – février – mars 2025**

**Chaussures de marches à tige rigide et semelles crantées obligatoire.** Prévoir vêtements chaud, boisson et barre énergétique. Pour diverses raison, les randonnées peuvent être modifiées ou annulées, contacter l'animateur ou consulter votre boîte mail. **Si l'enneigement le permet, les randonnées peuvent être remplacées au dernier moment par une sortie raquettes, prévoir le matériel nécessaire en permanence dans la voiture.**

Lundi randonnée – Aurillac 2h30 à 3h environ - Départ 13h15 - Parking Georges Pompidou						Lundi mini randonnée – Aurillac 1h30 environ - Départ 13h30 - Parking Georges Pompidou					
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables
06-janv.	Aurillac (Puy Courny)	Pkg G. Pompidou	8	200	J-Luc / Mireille P.	06-janv.	Belbex	Pkg G. Pompidou	5,5		J-François / Pierrette
13-janv.	Carlat ( Lagane – Puy Basset)	Pkg G. Pompidou	11	230	Gilles / Martine	13-janv.	Crandelles	Pkg G. Pompidou	6		Michel M. / Pierrette
20-janv.	Marcoles (L'Enseigne)	Pkg G. Pompidou	11	200	Michel M. / Mireille M.	20-janv.	Arpajon	Pkg G. Pompidou	5		J-Pierre / Françoise
27-janv.	St Mamet	Pkg G. Pompidou	11	300	Yvette M. / Mireille M.	27-janv.	Naucelles	Pkg G. Pompidou	6		J-François / M-Paule
03-févr.	Arpajon ( Plantelière)	Pkg G. Pompidou	9	160	Mireille P. / J-Louis M.	03-févr.	Vic sur Cère	Pkg G. Pompidou	6		Andrée / Mireille M.
10-févr.	Arpajon ( Puy de Vours)	Pkg G. Pompidou	12	300	J-Luc / Gilbert	10-févr.	St Mamet	Pkg G. Pompidou	5		Michel G. / Andrée
17-févr.	St Martin Valmeroux	Pkg G. Pompidou	10	340	Gilles / Joëlle	17-févr.	Lacapelle del Fraysse	Pkg G. Pompidou	6		J-Louis / M-Paule
24-févr.	Carlat	Pkg G. Pompidou	7	200	J-Luc / J-Louis M.	24-févr.	St Jean de Dône	Pkg G. Pompidou	6		Andrée / M-Paule
03-mars	St Cirques	Pkg G. Pompidou	10	300	Yvette M. / Bernard	03-mars	Marcoles	Pkg G. Pompidou	6		J-François / Pierrette
10-mars	St Simon ( Melicomps)	Pkg G. Pompidou	12	400	Guylaine / Michel G.	10-mars	Le Rouget	Pkg G. Pompidou	6		J-François / Andrée
17-mars	Ladinhac	Pkg G. Pompidou	9	220	J-Pierre / Alain	17-mars	Vézac	Pkg G. Pompidou	6		Andrée / Suzanne
24-mars	Pailherols	Pkg G. Pompidou	11	250	Michel M. / Yvette M.	24-mars	Lacapelle Viescamp	Pkg G. Pompidou	6		J-François / M-Paule
31-mars	Lafeuillade	Pkg G. Pompidou	10	260	Michel G. / J-Pierre	31-mars	Pers	Pkg G. Pompidou	6		Michel M. / Mireille M.

Lundi randonnée – Sud Cantal Départ à 13h puis à partir du 24 fév. Départ 13h30 - Environ 3h de marche						Mardi randonnée – Pays de Montsalvy 2h à 3h - Départ 13h30 de la salle polyvalente de Montsalvy					
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Diff.	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Diff.	Responsables
06-janv.	Quézac	Place du bourg	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	07-janv.	Montsalvy/Bois de Momaur/Viste/Ste Anne/Puy de l'arbre	Salle polyvalente	9	**	Pierre-Dominique
13-janv.	Lafeuillade	Pkg salle des fêtes	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	14-janv.	Le Fel/Roc/Encabrières/Laborie Cayron	Salle polyvalente	8	**	Robert-Christine
20-janv.	Génat (circuit La Vaysse)	Entrée du bourg	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	21-janv.	Croix du coq/ Peyre/Arses/Lacam	Salle polyvalente	9	**	Lulu -Georges
27-janv.	Vitrac (Le trou du diable)	Place de la Mairie	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	28-janv.	Le Mont/Les Lignes/Pons/Bois de Riols	Salle polyvalente	8,5	**	Robert-Christine
03-févr.	St-Saury	Prk cimetièrre	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	04-févr.	Sansac-Veinazés/Cazelle/Masgranier/3 ft basse	Salle polyvalente	9	**	Pierre-Dominique
10-févr.	Prunet	Place du village	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	11-févr.	Jonquières/Murgat/Vignat/Gges Maubert	Salle polyvalente	9	***	Georges-lulu
17-févr.	St-Constant/Fournoulès	Place de l'église	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	18-févr.	Cassaniouze/Felgines/Ayrolles Vieille/Calvinet	Salle polyvalente	9	**	Robert-Christine
24-févr.	Sousceyrac (46)	Place du village	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	25-févr.	Laguarrigue/Vidalie/Aynés	Salle polyvalente	10	***	Pierre-Georges
03-mars	Le Trioulou (rando des abeilles)	Place de la Mairie	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	04-mars	Brammarie/Photovoltaïque/Mazut/Forêt	Salle polyvalente	10	**	Robert-Dominique
10-mars	Cayrols – Caldeyroux	Place du restaurant	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	11-mars	Pt coursavy/Rigaldie/Becarie/Vinzelle/Pélie	Salle polyvalente	9,5	***	Lulu-Christine
17-mars	Marcolès	Prk de la Mairie	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	18-mars	St etienne de carlat/croix des lucs	Salle polyvalente	10	**	Pierre-Robert
24-mars	St-Jean-de-Dône	Place du village	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques	25-mars	Golinhac/château des Vernhettes	Salle polyvalente	10	**	Dominique-Georges
31-mars	Montredon (12)	Place de la Mairie	10-12	**	Maryse/Patrick/Jacques						

Jeudi randonnée - Montsalvy 2h env. - Départ 13h30 de la salle polyvalente de Montsalvy						Coordonnées des animateurs :					
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables						
09-janv.	Paille Courbessere	Salle polyvalente			Raymonde	<b>Aurillac :</b> Andrée T 06.32.39.09.03 ; Bernard 06.82.26.58.58 ; Françoise 06.61.06.07.97 ; Gérard G 06.83.84.99.56 ; Gilbert 06.42.08.60.89 ; Gilles 06.43.85.17.41 ; Guylaine 06.42.68.07.96 ; J.François 06.43.77.80.79 ; J.Louis A 06.47.72.33.71 ; J.Louis M 06.30.66.69.47 ; J.Luc 06.03.85.77.49 ; J.Paul 04.71.47.13.91 ; J.Pierre A 06.32.37.74.73 ; Joëlle 06.70.73.52.43 ; M.Liesse 06.75.40.92.75 ;					
16-janv.	Fraysse le Meyniol	Salle polyvalente			Raymonde						

23-janv.	Junhac Arses	Salle polyvalente			Raymonde	<b>Aurillac suite</b> : M.Paule 06.71.84.53.81 ; Martine 06.40.29.54.12 ; Michel G. 06.59.72.17.64 ; Michel M. 06.09.59.92.92 ; Mireille M. 06.70.92.75.62 ; Mireille P. 06.88.09.39.08 ; Odile 06.85.19.07.68 ; Pierrette 06.83.93.05.34 ; Suzanne 04.71.47.13.91 ; Yvette M 06.81.57.64.18  <b>Sud Cantal</b> : Patrick 06.74.80.34.68 ; Jacques 06.13.09.17.67 ; Maryse 04.71.43.31.40  <b>Montsalvy</b> : Robert 06.76.46.32.74 ; Georges 06.70.40.92.72 ; Lulu 06.32.83.88.75 ; Raymonde 06.85.24.12.87 ; Christine 06.70.74.88.24 ; Dominique 06.72.74.10.60 ; Pierre 06.83.41.80.11  <b>Ytrac</b> : Marcelle 06.79.73.67.08 ; Huguette 06.77.78.53.55 ; Ginette 06.32.58.51.83 ; Évelyne 06.10.56.00.40 ; J.Louis 06.52.80.36.73 ; Nadine 06.33.69.38.94 ; Hervé 06.41.11.84.45 ; Pascal 06.32.59.73.74 ; Jean 06.07.22.18.01 ; Françoise 06.81.09.62.75 ; Marc 06.50.32.20.28 ; Nicole 06.75.82.88.75 ; Evy 06.83.53.12.01 ; Richard 06.80.76.28.94 ; Gilles 06.07.76.03.65
30-janv.	Sansac Veinazes	Salle polyvalente			Raymonde	
06-févr.	Prunet	Salle polyvalente			Raymonde	
13-févr.	Cassaniouze	Salle polyvalente			Raymonde	
20-févr.	Les pistes de Cassos	Salle polyvalente			Raymonde	
27-févr.	Calvinet	Salle polyvalente			Raymonde	
06-mars	Ginolhac emperre	Salle polyvalente			Raymonde	
13-mars	Auberoques le Moulin de Nadal	Salle polyvalente			Raymonde	
27-mars	Le Fel le Fond de la Côte	Salle polyvalente			Raymonde	

Jeudi randonnée 1 – Aurillac						Jeudi randonnée 2 – Aurillac					
Journée - Départ 9h - Prévoir pique-nique						Journée (allure plus modérée) - Départ 9h30 - Prévoir pique-nique					
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables
09-janv.	Montsalvy (Riols)	Pkg G. Pomicidou	19	760	Yvette / Gilles	09-janv.	Roumegoux	Pkg G. Pomicidou	16	200	Michel M. / Bernard
16-janv.	Polminhac (Le Coyan)	Pkg G. Pomicidou	19	600	Suzanne / J-Paul	16-janv.	Pleaux	Pkg G. Pomicidou	16	200	Guylaine / Mireille P.
23-janv.	Rando Repas St Santin/St Julien (infos à suivre)	Pkg G. Pomicidou	14	350	J-Pierre / J-Louis M.	23-janv.	Rando Repas St Santin/St Julien (infos à suivre)	Pkg G. Pomicidou	14	350	J-Pierre / J-Louis M.
30/31 janv	Séjour raquettes Prat de Bouc (infos à suivre)	Pkg G. Pomicidou			Suzanne / J-Paul	30-janv.	Arpajon (Couffins)	Pkg G. Pomicidou	16	380	J-Louis A. / Michel G.
06-févr.	Ladinhac	Pkg G. Pomicidou	15	650	J-Luc / Gilbert	06-févr.	Aubazine <b>Départ 9H</b>	Pkg G. Pomicidou	15	400	Guylaine / Mireille P.
13-févr.	Pailherols	Pkg G. Pomicidou	18	550	Suzanne / J-Paul	13-févr.	Parlan	Pkg G. Pomicidou	15	240	Gérard / J-Louis M.
20-févr.	Thiezac (Gîte Lafon/Nierveze) ou Raquettes	Pkg G. Pomicidou	18	700	Gérard/Yvette/Suzanne/J-Paul	20-févr.	Marmanhac	Pkg G. Pomicidou	15	550	Joëlle / Gilles
27-févr.						27-févr.	Laroquebrou	Pkg G. Pomicidou	16	400	Gilles / Bernard
06-mars						06-mars	St Martin Cantales	Cimetière	14	450	J-Luc / Michel M.
13-mars	Fontanges	Pkg G. Pomicidou	19	800	Joëlle / Gilles	13-mars	Le Neyrac	Pkg G. Pomicidou	16	320	Mireille P. / Guylaine
20-mars	St Jacques (Le Glizieu)	Pkg G. Pomicidou	20	700	Suzanne / J-Paul	20-mars	Anglars de Salers	Pkg G. Pomicidou	18	350	Guylaine / Gilles
27-mars	Entraygues / Le port de Vieillevie	Pkg G. Pomicidou	18	650	J-Pierre / Joëlle	27-mars	Curemonte <b>Départ 9H</b>	Pkg G. Pomicidou	17	400	Michel M. / Alain

Vendredi grande randonnée – Ytrac						Vendredi petite randonnée – Ytrac					
Départ 13h15						Départ 13h30					
Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables	Date	Destination	Lieu RDV	Kms	Déni	Responsables
10-janv.	Puy de Vours	Poste Arpajon	9	300	Pascal – Hervé	10-janv.	Sansac	Sansac	9	100	Evy – Evelyne
17-janv.	La Capelotte	Le Bex	9	250	Marc – Evelyne	17-janv.	Le Bouzaï Boisset	Sansac	7	300	Evy – Gilbert
24-janv.	Vézac	Cim Arpajon	11	250	Gilles – Richard	24-janv.	Badailhac	La Vidalie	8,5	220	Jean – Evy
31-janv.	Marais du Cassan	Dojo	11	150	Pascal – Gilles	31-janv.	Labrousse	La Vidalie	7,5	200	Nadine – Marcelle
07-févr.	Leucamp	la Vidalie	10	350	Jean Louis – Marc	07-févr.	Roumégoux	Sansac	8	200	Evy – Françoise
14-févr.	Le Pt Martinet St Mamet	Sansac	11	350	Jean – Françoise	14-févr.	St Jean de Dône	Cim Aurillac	7	200	Ginette – Hervé
21-févr.	St Gérons Rénac	Dojo	11	150	Richard – Jean Louis	21-févr.	Vigouroux	Le Bex	7,7	220	Marc – Marcelle
28-févr.	Rouziers	Sansac	11	220	Evelyne – Gilles	28-févr.	Ayrens	Vialenc	7	100	Gilbert – Ginette
07-mars	St Etienne de Carlat	La Vidalie	10	330	Nadine – Hervé	07-mars	Freix Anglards	Vialenc	7	280	Jean – Françoise
14-mars	Vézels Roussy	La Vidalie	11	350	Jean Louis – Gilles	14-mars	Lafeuillade	La Vidalie	8	200	Marcelle Pascal
21-mars	Raulhac Cropières	La Vidalie	12	450	Nadine – Richard	21-mars	Le Rouget	Sansac	8	200	Ginette – Pascal
28-mars	Prunet	La Vidalie	12	300	Gilbert – Marcelle	28-mars	Laroquevieille	Vialenc	6	260	Nadine – Ginette