

ASLV : 7, rue de Bacchus 34350 VENDRES

Site : www.valrasrandosloisirs.com

Mai 2023

Départ de randonnée → Espace Associatif Guy Combes
Bld l'Herminier à Valras-Plage



Mardi 02: ST JEAN DE BUEGES “Peyre Martin” avec Jean-Luc (06.82.16.11.66)

Pkg église - dénivelé 650m - 17 kms - Difficile - route AR 190 Kms soit 7€ CV

Départ à 8h00.

Vendredi 05: SETE “la pointe courte” avec Laure (06.47.76.53.66)

Pkg club nautique du Barou - dénivelé 150m - 10 kms - Facile-route AR 95 KMS soit 6€ CV

Mardi 09 : ST PIERRE LA FAGE “ND de Parlatges” avec Jean-Louis (07.78.35.41.56)

Parking village - dénivelé 750m - 17 kms - Difficile - route 170kms AR soit 7€ CV

Départ à 8 h00.

Vendredi 12: NOUVEAU - sortie à la journée - repas tirée du sac - Départ local à 9h30

LEUCATE “la Franqui” avec Sonia (06.29.03.02.67)

Pkg Leucate village - dénivelé 120m - 13 kms - Moyen - route 145 kms AR soit 6€ + 2€

Péage autoroute soit 8€ en tout.

Mardi 16 : Journée rencontre à Rosis - pique-nique prévu par Aslv - information suivra.

Rando “ Gorges de Colombières” avec Alain (06.74.51.11.23)

Pkg Colombières s/Orb - dénivelé 820 m - 13 kms - Difficile - 130 kms AR soit 7€ CV

Vendredi 19: GRUISSAN “la Capoulade” avec Marc (06.81.11.19.52)

Pkg entrée Gruissan - dénivelé 200 m - distance 12 kms - Moyen - route AR 72 kms soit 6€

Mardi 23 : NAVACELLES “moulin de la Foux” avec Alain Bories (06.81.19.9.30)

Pkg baume Auriol - dénivelé 600 m - distance 14 kms - Difficile - route AR 200 kms soit 7€

CV - **Départ à 8h00.**

Vendredi 26: CASTELNAU DE GUERS “Hermitage” avec Alain (06.74.51.11.23)

Pkg cimetière - dénivelé 150 m - 10 kms - Moyen.

Mardi 30 : MINERVE “Gorges du Briant” avec Louis (06.77.79.66.61)

Pkg village payant - dénivelé 550 m - 15 kms - Moyen - route AR 112 Kms soit 7€ CV

Un grand merci à tous nos animateurs de randonnée !

Les mardis, randonnée à la journée : **départ 8h30** devant le local. **Covoiturage → 7 €**,
quelquefois plus selon le kilométrage.

Les vendredis, randonnée l'après-midi : **départ 13h30** devant le local. **Covoiturage → 6 €**

En cas de mauvais temps, la randonnée sera annulée et reportée à une date ultérieure ou bien, en raison d'un imprévu, elle pourra être modifiée au dernier moment. Il est rappelé que les randonnées se déroulent sous l'entière responsabilité de chaque adhérent.

Chaque participant doit prévoir pour chaque sortie la tenue et un équipement adapté aux conditions météo et à la marche. (Chaussures de randonnée, bâton...)

Pour les questions concernant les randonnées contacter l'animateur de la randonnée.

Pour les autres renseignements joindre : **Alain BRUNEL → tel : 06.74.51.11.23**

Les inscriptions : (1 personne → **25 €** ; 1 couple → **50 €**)

A l'inscription → le certificat médical est obligatoire !

Demander une fiche d'inscription et la rapporter entièrement complétée et signée.

Le BUREAU