

ASLV : 7, rue de Bacchus 34350 VENDRES

Site : www.valrasrandosloisirs.com

Novembre 2023

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



Vendredi 03: NARBONNE "Parc de la Campan" avec Sonia (06.29.03.02.67)
Pkg Parc - dénivelé 150m - 10 kms - Moyen- AR 84 kms soit 6€ + 1€ péage

Mardi 07 : ROQUEFORT des CORBIERES "boucle du pastoralisme" avec Jean-Luc (06.82.16.11.66) Pkg village - dénivelé 400m - 17 kms - Moyen - AR 120 kms soit 7€ CV + 2€ péage

Vendredi 10: SERIGNAN-Plage "les Orpellières" avec Denis (06.43.35.06.64)
Pkg camping-cars - dénivelé 50 m - 10 kms - Facile - AR 20 kms soit 3€ CV

Mardi 14: MALAVIEILLE "Planète Rouge" avec Jean-louis (07.78.35.41.56)
Pkg village ' dénivelé 250 m - 14 kms - Moyen - AR 150 kms soit 7€ CV

Vendredi 17: CHICHOULET "rando oenologique" avec Marc (06.81.11.19.52)
Départ espace Combes à 13h30 - CV 1€ symbolique

Dégustation du Vin Nouveau vers 16h30 offert par Aslv devant la Capitainerie

Mardi 21 : ST NAZAIRE DE LADAREZ "Ermitage St Antoine et Pech de la Suque" avec Alain (06.74.51.11.23) Pkg village - 1ère boucle de 8 kms et 350m - pique nique au village - 2ème boucle de 6,5 kms et 300m l'après midi. Possibilité de faire une seule boucle - Moyen - AR 84 kms soit 7€ CV

Vendredi 24 :GRUISSAN "Découverte" avec Sonia (06.29.03.02.67)
Pkg intermarché - dénivelé 50m - 8 kms - Facile - AR 60kms soit 6€ CV.

Mardi 28 : HEREPIAN "vallée des arômes" avec Nadine (06.81.35.00.51)
Pkg Cave - dénivelé 350 m - 14,5 kms - Moyen - AR 96 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

