

## Rendez-vous



**Dimanche 19 octobre :** Rando Occitane finale à Serres-sur-Arget (20<sup>ème</sup> anniversaire)

**Samedi 31 janvier au dimanche 1<sup>er</sup> février :** week-end raquettes à Goulier

*Note : les randonnées avec nuitées sont réservées aux adhérents*

**Courant janvier parution de la gazette n° 12 :** précisions diverses

**Courant juin :** diffusion du programme d'été

*Un tiré à part détaillant ces sorties sera édité. Demandez-le auprès des syndicats d'initiative des Monts de Lacaune*

### RANDO SEMAINE demi-journée

En milieu de semaine, chaque jeudi à 13h30, rendez-vous au parking de l'Office de Tourisme de Lacaune et un "Passejiaire chevronné" vous emmènera en "randonnée facile" (sauf durant les vacances scolaires et en période de neige) – **Licence demandée après 2 ou 3 sorties - Programme à l'Office de Tourisme de Lacaune - Venez nombreux.**

## L'ESPRIT DES RANDOS...

Nos randonnées vont à la découverte du patrimoine naturel et humain, en toute convivialité, sans esprit de compétition.

Nos parcours sont sélectionnés en fonction de leur attrait naturel et patrimonial.

Ils sont le fruit de l'implication des adhérents, et doivent être honorés en priorité.

## Sommaire de l'hiver 2008/2009

Dimanche	26 octobre	Ferrals-les-Montagnes
Dimanche	9 novembre	Ferrières
Dimanche	23 novembre	Singladou
Dimanche	7 décembre	Téléthon Lacaune
Dimanche	21 décembre	Rosis
Dimanche	4 janvier	Montlaur
Dimanche	18 janvier	Colombières
Samedi	24 janvier	Espérausses
W.E.	31 janv/1 <sup>er</sup> fév	Goulier Neige
Dimanche	15 février	Puylaurens
Dimanche	1 <sup>er</sup> mars	St-Affrique
Dimanche	15 mars	Montredon
		Labessonnié
Dimanche	29 mars	Murat
Samedi	24 avril	Rocquecezière
Dimanche	19 avril	Brusque
Vendredi	1 <sup>er</sup> mai	Murat
Dimanche	24 mai	Saint-Ferréol
Lundi	1 <sup>er</sup> juin	Tastavy
Samedi	13 juin	Le Marcou
Dimanche	28 juin	Ambialet

Ces randonnées sont ouvertes à tous sans inscription préalable. Elles sont maintenues quel que soit le temps.

Chaque participant doit pourvoir à son ravitaillement. L'horaire de départ sera respecté ; l'heure d'arrivée est donnée à titre indicatif.



### Autres renseignements

Pierre Caurier, Président Tél. 05.63.37.11.33. ou  
L'Office de Tourisme de Lacaune Tél. 05.63.37.04.98.  
ou auprès du guide de la balade concernée.

## Los Passejaires



### *Randonneurs*

#### *Des Monts de Lacaune*

Mairie – BP 18  
81230 Lacaune

### *Année record*

Cette fin de saison, le Club s'est retrouvé, au mois de juin, avec un nombre d'adhérents faramineux, c'est-à-dire 99 membres ; c'est un record depuis les 5 années d'existence, ce qui montre une progression constante de notre activité et des adhésions.

Nous espérons que la saison 2008/2009 sera aussi propice que la précédente et que nous accueillerons de nouveaux adhérents.

### Certificat médical

Lors de l'assemblée générale du 5 septembre 2008, l'attention des adhérents a été attirée sur l'obligation de fournir un certificat médical ; en effet la Commission médicale fédérale s'est prononcée à l'unanimité, elle recommande vivement aux présidents d'associations d'inciter leurs adhérents **à fournir un certificat médical avant de leur délivrer une nouvelle licence.**

### REDUCTIONS

Nous vous rappelons que la licence de randonnée vous ouvre des réductions auprès de différents partenaires : le CDRP 81, Go Sport Albi, Optique Vergely et Chaussures Rascol-Milhau à Lacaune.

**PROGRAMME DES RANDONNÉES DE L'HIVER 2008/2009 – « LOS PASSEJAIRES »**

Date - Horaire départ rando	Titre et thème	Lieu de départ covoiturage	Distance	Niveau	Guide
Dimanche 26 octobre 2008 Parking entrée Ferrals en venant de St-Pons de 9h30 à 15h30	Les hauts de <b>FERRALS-LES-MONTAGNES</b> : circuit qui atteint le Col de Serrières, témoin des combats de la résistance puis les crêtes des premiers contreforts de la Montagne Noire	Lacaune Parking de la Poste (PP) covoiturage 8 h La Salvetat Parking cimetière 8h20	15 km Dénivelé 600 m	Moyen	Martine VISTE 04.67.97.68.88 Jacqueline Rouanet
Dimanche 9 novembre 2008 14h à 17 h	<b>Sentier du Luthier à FERRIERES</b> Départ du Château de Ferrières et arrivée au musée (visite 2 €)	PP covoiturage 13h30	12 km	Facile	Daniel Duvernay 05.67.46.82.89. Régine Beziat
Dimanche 23 novembre 9h30 à 16 h	<b>Sentier du Singladou</b> éoliennes du Margnès : points de vues et balades en sous bois – Départ Le Pial direction Castres (fin de la 3 voies)	PP covoiturage 9h15	21 km	Moyen	Andrée et Claude Fourgassié 05.63.37.09.79
Dimanche 7 décembre 13h30 à 17h	<b>TELETHON</b> (l'OT prévoit de vendre des gilets et/ou kway) Circuit autour de Lacaune : la voie Romaine	Lacaune OT 13h30	14 km	Facile	Mauricette Cambon – J.Marie Calvet 05.63.37.46.38
Dimanche 21 décembre 8h45 à 17h30	<b>Le tour de la montagne de ROSIS</b> : aux abords du Caroux Départ de Compeyre -	Lacaune PP 8h Murat OT 8h15	24 km Dénivelé : 850m	Entraîné	Adèle et Jacques Mendès 06.31.40.28.97
Dimanche 4 janvier 2009 Salle des fêtes 10h à 17h	<b>Balade rupestre à MONTLAUR (12)</b> : Traverser le Rougier en passant par des canaux d'arrosage	Lacaune PP 9h15	20 km	Moyen	Mauricette Cambon 05.63.37.20.32
Dimanche 18 janvier 9h à h	<b>COLOMBIERES / SAINT-MARTIN DE L'ARCON</b> par le bastion, passage de la Vire de la Roque Rouge (randonnée à éviter par temps humide - cailloux)	Lacaune PP h	12 km Dénivelé : 600m	Difficile	Jean-Louis Mailhé 04.67.97.64.70
Samedi 24 janvier 14 h à 17 h	<b>ESPERAUSSES</b> : entre Viane et Brassac...	Lacaune PP 13h30	10 km Dénivelé 200 m	Facile	Andrée et Claude Fourgassié 05.63.37.09.79
Samedi 31 janvier et Dimanche 1 <sup>er</sup> février	<b>GOULIER NEIGE</b> Week-end raquettes... (voir fiche d'inscription avant le 26 octobre)				Claude Bousquet 05.63.37.41.45
Dimanche 15 février Puylaurens 9h à 17h30	<b>LA VOIE ROMAINE PUYLAURENS-LAVAU</b> Possibilité de raccourcir avec les véhicules	Lacaune PP 7 h 30	28 km	Moyen	Pierre Caurier 05.63.37.11.33
Dimanche 1 <sup>er</sup> mars Parking St-Af 8h30 à 17h30	<b>Balade en pays St-Affricain</b> : Caylus – Rando d'un autre âge : dolmens, cazelles doubles, chapelle, sarcophage...	Lacaune PP 7 h 30	27 km	Moyen	Anne-Marie et Jean-Marie Calvet 05.63.37.46.38
Dimanche 15 mars Montredon Labessonné Eglise 9h30	<b>Ruisseau de l'Houlette</b> où subsistent les ruines de ce qui fut un important moulin à farine et à huile de la vallée de l'Agoût	Lacaune PP 8 h 30	20 km	Moyen	Janine et Michel Cauquil 05.63.98.04.00
Dimanche 29 mars Murat 7h à 18h15	<b>FAMOUSE ESPINOUSE</b> un sol ingrat, le froid, la chaleur, l'isolement : en voilà une contrée de misère. Alors dame Nature la para de toutes les richesses du monde	Lacaune PP 6h45	37 km Dénivelé 1 200m	Sportif	André Suc 05.63.37.45.21 Francine Valery 05.63.37.42.59
Murat OT 14h15	<b>CHEMIN DES TOURELLES</b> : rando de l'après-midi	Lacaune PP 14h	12 km	Facile	
Samedi 4 avril 14 h 30 à 18 h 30	<b>ROCQUECEZIERES</b> : traduction le Rocher de César maillage des champs des Monts de Lacaune et d'Alban, (possibilité de repas le soir au restaurant sur inscription au départ de la rando environ 20 €)	Lacaune PP 14h	15 à 16 kms	Moyen	Mauricette Cambon – J.Marie Calvet 05.63.37.46.38
Dimanche 19 avril Place 10h à 16 h	<b>BRUSQUE (12)</b> La dent de St-Jean – Blanc	Lacaune PP 9h15 Murat OT 9 h 30	17 km Dénivelé : 700m	Entraîné	Maryline et Claude Vabre 05.63.37.43.76
Vendredi 1 <sup>er</sup> mai 9h à 12h 9h à 17h30	<b>Randonnées du Muguet -Ballades Murataises</b> (avec le concours du Syndicat d'Initiative de Murat) En cours d'élaboration avec deux niveaux	Lacaune PP 8h15		Facile Entraîné	André Suc 05.63.37.45.21
Dimanche 24 mai Parking du Lac 9h à h	<b>SAINT FERREOL</b> Rando des deux lacs, oppidum, Cammazes	Lacaune PP 7h	27 à 28 km Dénivelé 800m	Entraîné	Marc Salesses 05.63.41.90.02
Lundi 1 <sup>er</sup> juin 9h à 17h	<b>TASTAVY</b> : un parcours en pleine nature, agrémenté d'une pause sur le toit du Tarn, un petit coin de paradis...	Lacaune PP 8h30	19 km	Moyen	Claude Bousquet 05.63.37.41.45
Samedi 13 juin Albès (près St-Amans-de-Mounis) 11h à 19h 16 h à 19 h	<b>LE MARCOU (34)</b> belvédère exceptionnel sur 3 départements. A l'arrivée, repas de fin de saison à l'auberge du Fau (inscription avant le 7 juin 2009)	Lacaune PP 10h15  Lacaune PP 15h15	15 km Dénivelé 1053 m  8 km	Entraîné  Facile	Claude Bousquet 05.63.37.41.45 André Suc 05.63.37.45.21
Dimanche 28 juin Prieuré 9 h	<b>Autour d'AMBIALET</b> : un site pittoresque, une randonnée à couper le souffle...	Lacaune PP 8h	21 km Dénivelé 873 m	Moyen	Marc Salesses 05.63.41.90.02