



# PROGRAMME

## 4ème Trimestre 2016

\* 2 h de marche, faible dénivelé  
 \*\* de 3 H de marche dénivelé < 400 m  
 \*\*\* de 5 H de marche et de 15 Km dénivelé < 700 m  
 \*\*\*\* + de 5 H de marche dénivelé > 700 m

Randonnées régulières toutes les deux semaines (lignes vertes) et randonnées additionnelles de nature différente ou plus difficiles (lignes blanches et grises).

Date	Lieu	Départ	Km	Durée	Déniv.	Dif.	Km voiture	Heure départ	Encadrement	Note
11/09/2016	La Chapelle Saint Julien	Saussines	18	5h00	60	**	0	9h00	Jeanne	
16/09/2016	Randonnée nocturne	Saussines	7	2h00	0	**	0	21h00	Jean	(1)
18/09/2016	Le Vidourle en kayak	Sommières	13	5h00	0	**	4	9h00	Yves	(2)
25/09/2016	Sentier de Rouville	Saint Jean du Gard	18	5h30	55	***	52	9h00	Denis et Annie	
30/09/2016	Les capitelles de la Bénovie	Saussines	10	2h30	0	**	0	15h00	Jean	(3)
01/10/2016	Villeneuve les Maguelonne	Palavas Pkg avant pont	11,6	3Hoo	10-	*	25	9h00	Jean	(3)
02/10/2016	Le pont du Gard	St Bonnet du Gard	12	4h00	150	**	60	10h30	Denis	(3)
09/10/2016	Falaise de Lauret	Mas Neuf	14	5h00	400	****	28	9h00	Francis/François	
16/10/2016	Chapelle St Gabriel	Les Alpilles	12	4h00	350	**	78	9h00	Yves/Alain	
23/10/2016	Les sentiers de la Gardiole	Gigean	16	5h00	550	****	65	9h00	Yves et Henry	
06/11/2016	Bois de Lens	Montmirat	14	4h30	285	**	18	9h00	Yves	
20/11/2016	Brissac à Seranne	Brissac	14	4h30	580	****	62	9h00	Jeanne/Alain	
04/12/2016	Cazevielle – Mas de Londres	Cazevielle	15	4h30	330	****	33	9h00	Jeanne/Alain	
09-11/12/2016	Bordeaux								Denis et Annie	(4)
17/12/2016 *	Mer de rochers	Sauve (rando-repas)	7	2h30	40	*	28	9h00	Jean	

(1) Soupe à l'oignon au retour à la salle des fêtes de Saussines.

(2) Pas de sac à dos. Apporter un pique-nique dans un sac en plastique, de l'eau, des chaussures/sandalettes pour marcher dans l'eau, maillot de bain, crème solaire, serviette de bain

(3) Programme d'échange avec un club de randonnée de Macon

(4) Programme culturel

- C'est le Samedi !