

ASLV : 4, rue du Chalut 34350 VALRAS-PLAGE

Site : www.valrasrandosloisirs.com

Septembre 2024

Départ de randonnée ☐ Espace Associatif Guy Combes

Bld l'Herminier à Valras-Plage

Mardi 03 : LAVAL de NIZE « l'escandorgue » avec Alain (06.74.51.11.23)
pkg randonneurs – dénivelé 400m – 14 kms – Moyen – AR 180 kms soit 7€ CV.

Vendredi 06: PINET « via Domitia » avec Alain (06.74.51.11.23)
Pkg cave coop – dénivelé 50 m – 9 kms – Facile – AR 80 kms soit 6€ CV.

Samedi 07 : Journée des Associations de 9h à 13h à l'espace Guy Combes.

Mardi 10: MARGON « les banastes » avec Gilbert (06.95.21.11.05)
Pkg av d'alignan – dénivelé 220 m – 14 kms – moyen – AR 72 kms soit 7€ CV.

Vendredi 13 : LEUCATE « rando le Guetteur » avec Sonia (06.29.03.02.67)
Pkg village – dénivelé 200m – 14 kms – Moyen .
Rando à la journée – repas tiré du sac – départ local à 8h30 – AR 140 kms soit 8€ CV.
(péage compris).

Séjour Aslv à Platja d'aro du 16 au 21 septembre – 53 participants.

Mardi 17 : ST GUIHLEM « ND du lieu plaisant » avec Alain Bories (06.81.19.19.30)
Pkg payant 9€ - dénivelé 650m – 13 kms – Difficile – AR 150 kms soit 7€ + parking
Départ local à 8h00.

Vendredi 20 : SERIGNAN « sentier découverte » avec Isabelle (06.68.44.63.94)
Pkg Aïta - dénivelé 100m – 9kms - Facile – AR 10 kms soit 3€ CV.

Mardi 24 : GRAISSESSAC « le Devois » avec Jean-Paul (06 81 35 00 51)
pkg cimetièrre – dénivelé 700m – 14 kms – Difficile – AR 120 kms soit 7€ CV.
Départ local à 8h00.

Vendredi 27 : GRUISSAN « la capoulade » avec Marc (06.81.11.19.52)
Pkg PDC – dénivelé 200 m – 11 kms – Moyen - AR 72 kms soit 6€ 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 €**)

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

Le BUREAU

