



ASLV : 4, rue du Chalut 34350 VALRAS-PLAGE

Site : www.valrasrandosloisirs.com

Janvier 2025

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

Vendredi 03 : BEZIERS TOURISTIQUE avec Sonia (06 29 03 02 67)

Parking du Pont Vieux – dénivelé 150m – 10 kms – Facile – AR 34 kms soit 5€

Départ du local à 14h30 afin de profiter des illuminations à Béziers.

Mardi 07 : LE PRIOU avec Alain (06 74 51 11 23)

Pkg AU HAMEAU – dénivelé 250m – 13 kms – Moyen – AR 94 KMS soit 7€ CV.

Dégustation de la Galette des rois au local après rando.

Vendredi 10 : ST PIERRE LA MER avec Marc (06 81 11 19 52)

Pkg Oustalet – dénivelé 120m – 9 kms – Facile – AR 30 kms soit 5€ CV.

Mardi 14 : GRUISSAN « Gourp source – Domaine de Portes - Canal Ste Marie » avec Gilbert (06 95 21 11 05)

Pkg Casino – dénivelé 330m – 14kms – Difficile (très caillouteux) AR 74 Kms soit 7€ CV.

Vendredi 17 : AUTIGNAC « los coquilhats » avec Jean (06 81 13 17 08)

Pkg salle Bastide – dénivelé 160m – 9 kms – Moyen – AR 80 kms soit 7€ CV.

Mardi 21 : FLEURY « Fortifications - Karantes – les Exals » avec Denis (06 43 35 06 64)

Pkg Oustalet – dénivelé 360m – 16 kms – Moyen – AR 30 kms soit 5€.

Vendredi 24: PORTIRAGNES «Port Cassafières » avec Marc (06 81 11 19 52)

Pkg plage de la Redoute – dénivelé 50m – 9 kms – Facile – AR 34 Kms soit 5€

Mardi 28 : LAMALOU « roc de Bessède » avec Louis (06 77 79 66 61)

Pkg bld St Michel – dénivelé 650m - 14 kms - Moyen – AR 106 kms soit 7€ CV.

Vendredi 31 : CORNEILHAN « les Hauts de Corneilhan » avec Denis (06 43 35 06 64)

Pkg Cave Coop – dénivelé 130m – 10 kms – Moyen – AR 50 kms soit 5€ 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 → 7 €

Pour les trajets inférieurs à 50 kms : forfait de 5€.

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

