

# EMS - PLANNING MARCHE - Septembre à Décembre 2022

Recherche historico -culturelle proposée par



## ITINÉRAIRES PARTAGÉS

(voir circuits joints pour plus de détails: distance, dénivelée)

JOURS	Horaire de départ	ITINÉRAIRES PARTAGÉS (voir circuits joints pour plus de détails: distance, dénivelée)	
Lundi 26/09	8h30	Reprise en douceur au départ du <b>Fréchet</b> , dans les bois	Jean-Paul
Jeudi 29/09	8h00	<b>Boucle au départ de Durban-sur-Arize, pour 13 km et environ 250 m de dénivelée. Prévoir pique-nique, eau, casquette...</b>	Travail de groupe
Lundi 03/10	8h30	De <b>Monferran-Savès à Frégouville</b> , en boucle + GR 653	Marie-Thérèze
Jeudi 06/10	8h30	Circuit au départ de <b>Ausseing</b>	Claude
Lundi 10/10	8h30	Boucle boisée au départ de <b>Bédeille</b>	Ange-Marie
Jeudi 13/10	8h30	Circuit de <b>Touille</b>	Luc
Lundi 17/10	8h30	Boucle au départ de <b>Saint-Christaud</b>	Claudine
Jeudi 20/10	8h30	Circuit au départ de <b>Plagne</b>	Josette
Lundi 07/11	8h30	Boucle au départ de <b>Marquefave</b>	Josiane
Jeudi 10/11	8h30	Boucle au départ de <b>Lussan-Adeilhac</b>	Jean-Claude
Lundi 14/11	8h30	Circuit de <b>Mauzac à Montaut</b>	Chantal
Jeudi 17/11	8h30	Circuit au départ de <b>Castagnède</b>	Daniel
Lundi 21/11	8h30	Boucle de <b>Sainte-Croix-Volvestre</b> (Labidaouse, Maharage, forêt royale...)	Colette
Jeudi 24/11	8h30	Boucle au départ de <b>Rieux-Volvestre</b>	Serge
Lundi 28/11	8h30	Les pêcheurs de sable entre <b>Seilh et Gagnac-sur-Garonne</b>	Christine
Jeudi 01/12	8h00	<b>Proposition de sortie à la journée dans l'Ariège autour de Montesquieu-Avantès : 13,5 km à la découverte des paysages calcaires du Plantaurel. Départ de Audinac-les-Bains, centre Bayard. Prévoir pique-nique, eau, casquette...</b>	Travail de groupe
Lundi 05/12	8h30	De <b>Montespan à Ganties</b> en boucle	Claudine
Jeudi 08/12	8h00	Circuit du Belvédère du Couserans au départ de <b>Saint-Lizier</b> (Tuc de Montcalivert)	Pierre
Lundi 12/12	8h30	Circuit au départ d' <b>Auzas</b>	Franca
Jeudi 15/12	8h30	Boucle au départ d' <b>Alan</b>	Annick

\*Le programme des randonnées est susceptible d'être modifié en fonction des intempéries et du nombre de participants.