



RANDO-SOLHER 2016

Programme de la saison été 2016

Tous les lieux de pique-nique sont pratiquement accessibles en voiture

DATES HEURES	LIEUX DE RENDEZ-VOUS et PARCOURS	Distance Durée Dénivelé
05 juillet 9 heures	Aire de pique nique - route du Moulinet - Le Moulinet - Le Cabaretou - Bourdelet par la route forestière (PN) - Lignièrès Basses - Valière - Retour route forestière	15,5 km 5 heures 70 m
12 Juillet 9 heures	Renteille - Le Redondel - D52 - Moussous - PN – Vialanove - Renteille	13,5 km 4 heures 30 230 m
19 Juillet 9 heures	La Croix de Bouisset - parcours historique - Font Brave - Le Brandis - Métairie neuve (PN) - La Tour Bouscarie - Les Faillades - Bouisset	14,5 km 5 heures 200 m
26 juillet 9 heures	De Cambon à Salvergues (PN) par les Bourdils Retour par Pratenjalié Cournil	14,5 km 5 heures 230 m
02 Août 9 heures	La Salvetat - Goursolles - La Moutouse - Picarel - Bonnabou Bas (PN) - Las Pesses - Le Peyral - Pesseplane - Le Rieu - St Etienne - La Salvetat	15 km 5 heures 15 300 m
9 Août 9 heures	Moulin de Vergounac - Ginestous - Navines - Grandsagnes - Vaïsse Plégade - Maison forestière - route de l'Espinouse - La Boule - Croix du Bessou (P/N) - Le Pont - la Pierre du Sacrifice - La Miellouane - Les Cabanasses - Vergounac	16,4 km 5 heures 280 m
16 Août 9 heures	Cabot- le Besset - Lavalette - Montalet (PN) - Griffoulou - Pontis - Cabot	14,5 km 4 heures 30 350 m
23 août 9 heures	Repas Fraïsse Le Fau - col de Fontfroide - Serre d'Usclatx - La Roussie - Fraïsse	11 km 3 heures 30 230 m
30 août 9 heures	Anglès - Les Girmanes - Les Terrières Basses - Le Sac - Les Crouzettes (PN) - St Martin - La Griffoulade - Pieffarat - Anglès	14 km 4 heures 30 240 m

NB : L'accès aux randonnées étant libre et gratuit, les participants les effectuent sous leur propre responsabilité.

PN : Pique-Nique