



ARSEL de JACOU - randonnées du 2ème trimestre 2017

Marcheurs : * Tous ** Moyens *** Bons **** Très bons

Rassemblements et départs du centre oecuménique



Date	Niv	Heure départ	Nom de la rando	Long km	Durée	Déniv en m	Lieu de départ	Dist Jacou	N° de carte	Responsable rando	N° tél	Animateur adjoint
Mardi 4 avril	A***	8h00	Col de Lougarés	18km	6h00	765	Saint Martial	60km 6€	2641ET	Jean-Luc Arvieu	0650889886	
Mardi 4 avril	B*	9h00	La Gardiole	13km	4h00	270	Saint Félix de Monceau	35km 3€	2743ET	Michel Gobin	0669923155	François Tobia
Jeudi 6 avril	C	14h00	Le Puech Auziol	6km	2h30	50	Saint Hilaire de Beauvoir	12km 1€	2742ET	Marc Olivier	0637136857	Michel Gobin
Mardi 11 avril	A***	7h30	Crêtes de Dio et Mont Martin	18km	5h00	650	Valquières	70km 7€	2643OT	Jacky Jouannés	0698404614	
Mardi 11 avril	B***	9h00	Quatre Pilas	15km	4h30	315	Murviel les Montpellier	25km 2€	2743ET	Jean-Luc Arvieu	0650889886	Yves Théron
Jeudi 13 avril	C	14h00	Le Bois Nègre	5,8km	2h00	100	Montaud	10km 1€	2742ET	Marc Olivier	0637136857	Alphonse Lecroq
Mardi 18 avril	A***	7h30	Le Camp de César	22km	6h00	600	Mairie d'Orsan	100km 10€	2940OT	Jean-Pierre Grandjean	0676182324	
Mardi 18 avril	B**	9h00	De Campagne à Aspères	13km	3h30	170	Campagne	22km 2€	2842OT	Yves Théron	0662541251	Gilles Ricard
Jeudi 20 avril	C	9h30	Mini sac à dos : Coulondese	9,5km	3h30	110	Coopérative de Corconne	26km 3€	2742ET	Marc Olivier	0637136857	Jean-Pierre Grandjean
Mardi 25 avril	A***	7h30	Entre Lunas et Dio	18,5km	5h30	740	Lunas parking cimetière	70km 7€	2643OT	Alain Roussel	0631241591	
Mardi 25 avril	B**	8h30	Autour de la Costière	13km	3h30	130	Bellegarde parking place église	65km 6€	2942O-2942E- 2943ET	Gilles Ricard	0684955108	Yves Théron
Jeudi 27 avril	C	14h00	Ballade à Saint Nazaire	6,5km	2h30	50	Saint Nazaire de Pézan	22km 2€	2843OT	Yves Théron	0662541251	Marc Olivier
Mardi 2 mai	A***	7h30	Circuit de l'Oiselette	18,5km	6h00	900	Saint Laurent le Minier	50km 5€	2641Ezt - 2642ET	Christophe Combe	0667266477	
Mardi 2 mai	B**	8h30	Les Balcons de Soumont	12km	4h00	280	Soumont Parking	65km 6€	2643OT	Alain Roussel	0631241591	Michel Gobin
Du mercredi 3 mai au samedi 6 mai mini séjour 4 jours/3 nuits à Saint Pierre la Mer												
Jeudi 4 mai	C	14h00	Aqueduc de Castries	6km	2h30	82	Au pied de l'aqueduc route de Saint Drézéry	10km 1€	2843OT	Gérard Ascoli	0614058135	Alphonse Lecroq
Mardi 9 mai	A***	8h00	Sommet de Grézac	17km	5h00	600	Lodève	60km 6€	26430-26420	Christian Carreras	0688834804	
Mardi 9 mai	B***	8h30	Arboras	12km	4h00	420	Arboras	45km 4€	2642ET	François Tobia	0633332368	Jacky Jouannés
Jeudi 11 mai	C	14h00	Aérodrome Pic Saint Loup	5,4km	2h00	50	Parking Aérodrome	18km 2€	2742ET	Marc Olivier	0637136857	Christian Cames
Du jeudi 11 mai au jeudi 18 mai voyage aux Cinq Terres (Italie)												
Mardi 16 mai	A***	7h30	Plateau de l'Escandorgue	18,4km	5h30	640	Les Plans (village)	66km 7€	2642OT	Gilles Ricard	0684955108	
Mardi 16 mai	B**	8h30	Les Mazes	13,1km	4h00	380	Parking des Mazes	40km 4€	2842OT	Christian Cames	0685260736	Christophe Combe
Jeudi 18 mai	C	14h00	Les Combes	5,5km	2h30	100	Trévières	10km 1€	2742ET	Marc Olivier	0637136857	Michel Gobin
Mardi 23 mai	A**	7h30	du Céberou au Cayroux	18km	5h15	450	Celles	58km 6€	2643OT	Alain Roussel	0631241591	

Veillez respecter les consignes d'équipements (chaussures de randos obligatoires) et de marche données par l'animateur



ARSEL de JACOU - randonnées du 2ème trimestre 2017

Marcheurs : * Tous ** Moyens *** Bons **** Très bons

Rassemblements et départs du centre oecuménique



Date	Niv	Heure départ	Nom de la rando	Long km	Durée	Déniv en m	Lieu de départ	Dist Jacou	N° de carte	Responsable rando	N° tél	Animateur adjoint
Mardi 23 mai	B**	8h30	Ballade à la Boissières	13km	3h30	260	La Boissière	35km 3€	2643ET	Yves Théron	0662541251	Jean-Luc Arvieu
mercredi 24 mai : goûter salle Prévert pour les anniversaires du 2ème quadrimestre 2017 pour les adhérents qui ont cotisé le supplément de 13,00€												
Jeudi 25 mai Ascension : pas d'activités												
Le vendredi 26 mai les 4000 marches réservées aux bons marcheurs (pique-nique ouvert à tous) : une annonce spécifique sera envoyée												
Mardi 30 mai	A****	7h30	Le Caroux	18km	5h30	850	Douch	100km 10€	2543OT lamalou	Alphonse Lecroq	0623390318	
Mardi 30 mai	B***	8h30	Les sommets du Grézac	14km	4h30	450	Parking central de Lodève	60km 6€	2643OT	Jean-Pierre Grandjean	0676182324	Alain Roussel
Mercredi 31 mai sortie repas des animateurs de l'ARSEL												
Jeudi 1er juin	C**	9h30	<i>Mini sac à dos : Chemin de Saint Julien</i>	11km	3h30	50	Arènes de Sommières	25km 2€	2842O	Jacky Jouannés	0698404614	Alphonse Lecroq
Mardi 6 juin	A***	7h30	Esparon	18km	5h00	630	Molières Cavailac	65km 6€	2641ET	Michel Gobin	0669923155	
Mardi 6 juin	B**	8h30	Les gorges de la Buèges	13km	4h30	250	Saint Jean de Buèges	60km 6€	2642ET	Christian Carreras	0688834804	Christian Cames
Jeudi 8 juin	C	9h00	Au bois de la petite Motte	6km	2h00	0	Parking du Grand Travers	20km 2€	2843OT	Gérard Ascoli	0614058135	Jean-Pierre Grandjean
Jeudi 8 juin sortie en car à la journée à Martigues : une annonce spécifique sera envoyée												
Mardi 13 juin	A***	7h30	Le Gouffre de Peret	16km	5h00	460	Lieuran Cabrières	55km 5€	2643O	François Tobia	0633332368	
Mardi 13 juin	B**	8h30	Massif des Lens	12,7km	4h00	200	Parking cimetièrre de Crespian	30km 3€	2842O	Jacky Jouannés	0698404614	Alphonse Lecroq
Jeudi 15 juin	C	9h00	Autour de notre Dame d'Aleyrac	5km	2h30	32	Chapelle notre Dame d'Aleyrac	20km 2€	2742ET	Christian Carreras	0688834804	Gilles Ricard
Du 18 juin au 25 juin : séjour montagne à Val Cenis												
Jeudi 22 juin	C	9h00	Carnon	5km	2h00	0	Parking Petit Travers	20km 2€	2843OT	Gérard Ascoli	0614058135	Gilles Ricard
Mardi 27 juin	A***	7h30	La Serre de Mare	16,5	5h30	810	Parking St Gervais sur Mare	95km 9€	2543OT	Alain Roussel	0631241591	
Mardi 27 juin	B**	8h30	Bois de Valène à Murles	13km	4h30	300	Eglise de Murles	30km 3€	2742ET	Christophe Combe	0667266477	Alphonse Lecroq
Jeudi 29 juin	C	9h00	<i>Mini sac à dos : Ravin du Patus</i>	9,5km	3h00	200	Saint Martin de Londres	20km 2€	2842O	Marc Olivier	0637136857	Alain Roussel
Vendredi 30 juin repas champêtre de fin de saison au parc de Bocaud : repas tiré du sac et l'ARSEL offre l'apéritif et la brasucade												

Vacances scolaires : printemps du 2 avril au 17 avril 2017 et celles d'été du 8 juillet au 2 septembre

**LES RENDEZ VOUS DE LA RENTREE (sous réserve de confirmation)
ASSEMBLEE GENERALE DE L'ARSEL : le mercredi 30 Août 2017
LA FOIRE AUX ASSOCIATIONS : le samedi 9 septembre 2017**

Veillez respecter les consignes d'équipements (chaussures de randos obligatoires) et de marche données par l'animateur