



Pour participer aux sorties :

- ❖ **La Carte Neige** couvre les activités de randonnée
- ❖ **Adhésion FFRP** (Fédération Française de Randonnée Pédestre) **obligatoire** pour les autres. (individuel 38€ - Famille 72€).  
*Un Certificat Médical est demandé.*

Pour joindre le responsable de la sortie :

- ❖ Jean-Louis Grossen 05 61 91 17 62 / 06 72 50 56 57
- ❖ P. et P. Caussade 05 61 91 46 54 / 06 48 08 86 86
- ❖ Robert Catala 06 30 91 24 63
- ❖ G. et B. Messmer 05 61 91 48 91 / 06 16 38 32 82
- ❖ Claude Barry 06 85 82 81 36
- ❖ Emile Tonello 06 45 15 12 57
- ❖ *ou par mail : adresse personnelle du responsable de la sortie qui vous aura contacté(e)*

Les enfants ne sont acceptés qu'accompagnés de leurs parents.  
Pour les détails de chaque sortie (heure départ...): le responsable de la sortie vous informera en temps voulu par mail (en général en début de semaine précédant la sortie). Les départs ont toujours lieu à partir du **parking des Glycines** (à côté de la maison départementale de proximité et du local du ski).

Le transport pour les sorties se fait en **voitures individuelles**. Les frais de carburant et d'autoroute sont partagés entre l'ensemble des passagers, *les chauffeurs ne payant pas.*

Sorties raquettes : Le club dispose de 4 paires de raquettes à neige qui peuvent être empruntées (pour 5€ ) pour la semaine. Pensez à prévenir le vendredi précédant la sortie.

Pour les week-ends : inscription suffisamment à l'avance pour réserver le bon nombre de places d'hébergement, avec dans certains cas versement d'un acompte. Le nombre de places pourra être limité par l'organisateur.

NB / Des sorties sur la journée pourront être organisées, en semaine ou week-end, « au coup par coup » (surveillez votre boîte e-mail).

Ne manquez pas de visiter notre site internet à l'adresse <https://saint-lys-ski-montagne.clubffs.fr/>

SLO SKI ET MONTAGNE

1 Rue des Glycines

31470 – SAINT LYS

<https://saint-lys-ski-montagne.clubffs.fr/>



# SAINT LYS OLYMPIQUE SKI MONTAGNE

Automne - Hiver - Printemps - Eté

## 2022/2023

# PROGRAMME RANDONNÉES 2022-2023

| Dates                 | Destinations                                     | Descriptif   | Responsable |
|-----------------------|--|--|-------------|
| Dimanche 16/10/22     | Les 31 du 31                                     |  | Jean-Louis  |
| Dimanche 23/10/22     | Entre vallon et coteaux                          | Cologne – 15km - 4h00 -moyen                                 | B&G         |
| Dimanche 6/11/22      | Boucle de Goyrans                                | Par clermont le fort 15km- 4h00 - dénivelé 420m – moyen      | P&P         |
| Samedi 12/11/22       | Crêtes de Comudère et pic de Paloumère par Arbas | Moyenne montagne - dénivelé 600m                             | Robert      |
| Dimanche 20/11/22     | Boucle des Couestas – Montmaur                   | Montmaur 16km - moyen  | Claude      |
| Dimanche 4/12/22      | Le grand tour de Giscaro                         | 15km 4h00 - moyen  | Jean-Louis  |
| Dimanche 18/12/22     | De vigne en forêts dans le Frontonnais           | 15km 4h00 - moyen  | B&G         |
| Samedi 7/01/23        | Sortie raquettes initiation                      | Guzet ou col de Port (S'il y a de la neige)                  | Robert      |
| Dimanche 8/01/23      | Rando Galette                                    | Lieu à définir   | Emile       |
| Dimanche 22/01/23     | Le chemin des diligences                         | Monleon-Magnoac 13km 3h30 - moyen                            | Claude      |
| Dimanche 5/02/23      | Sur les terres de d'Artagnan                     | Lupiac – 15km 4h30 - moyen                                   | B&G         |
| Dimanche 5/03/23      | Le sentier de Naudot et de Guillou               | Ariège – Mérigon 15km dénivelé 350m                          | P&P         |
| <i>WE 11-12/03/23</i> | <i>Week-end raquettes</i>                        | Dans les P.O. Lieu exact à définir                           | Robert      |
| Dimanche 19/03/23     | Abbaye de Combelongue                            | Rimont – 13km dénivelé 570m - moyen                          | P&P         |
| Dimanche 2/04/23      | La côte gelée et le Pech d'Ablanc                | 5h de marche , 15 km difficulté moyenne (+400m) trajet 1h45  | Claude      |
| Dimanche 16/04/23     | Oppidum de Berniquaut et chapelle St-Jammes      | 6h marche , 16km dénivelé +500m – 1h40 de route              | Émile       |
| Dimanche 30/04/23     | Au dessus de Billière                            | Bagnères de Luchon- Moyenne montagne 4h - 8km dénivelé +620m | Émile       |
| Dimanche 14/05/23     | Circuit boisé de Lacapelle                       | Entre Castres et Lavaur - 5h- 20km                           | Jean-Louis  |
| Dimanche 28/05/23     | Montagne d'Espiau par croix de Garin             | Moyenne montagne 5h30 11.5km dénivelé+680m                   | Émile       |
| Dimanche 11/06/23     | Le Chateau de St Barthélemy                      | Durban-sur-Arize 13km dénivelé+500m                          | B&G         |
| <i>WE 24-25/06/23</i> | <i>Week-end montagne</i>                         | Lieu à définir   | Robert      |
| <i>WE 16-17/09/23</i> | <i>Week-end montagne</i>                         | Lieu à définir   | Robert      |

<sup>c)</sup> (En bleu les séjours sur plusieurs jours)

Une réunion avec les adhérents sera programmée courant mai 202 (date à définir) pour faire un point sur les sorties et le fonctionnement du club.