



PROGRAMME OCTOBRE 2024

Date	Animateur	Lieu RDV Heure	Point de départ	Parcours	Durée KMS dénivelé	Difficulté	COvoit	Observations
VENDREDI 4	DENIS	THERMES 0900	ST MARTIN de l'ALBERE	Crête frontière pic NEOULOUS 1294	0530 13 700		3	Sur les traces del manel
VENDREDI 11	GEORGES	THERMES 0900	TAULIS	A la conquête du col de FORMENTERA	0530 11 600		5	
VENDREDI 18	GERARD	THERMES 0900	CERET	La ronde des mas	0430 13 550		2	
DIMANCHE 20	SEBASTIEN	MEDIATEK 0900	VERNET les bains	Tour de GOA 1267	6 15 700		FR	
VENDREDI 25	SEBASTIEN	MEDIATEK 0900	Abbaye San MIQUEL de CUIXA	Canal de Bohères TAURINYA	0530 16 400		5	
VENDREDI 1 NOV	DENIS	THERMES 0900	THERMES LE BOULOU	La grande boucle des CLUSES	5 13 400		0	TOUSSAINT

ASSEZ FACILE
 PEU DIFFICILE
 ASSEZ DIFFICILE
 PLUTOT DIFFICILE

DIFFICILE nécessite un engagement physique et un bon entraînement

Bientôt le profil de la sortie vous sera donné pour pouvoir faire votre propre évaluation.