



# PROGRAMME SEPTEMBRE 2024

sous réserve conditions météo

Date	Animateur	Lieu RDV Heure	Point de départ	Parcours	Durée KMS dénivelé	Difficulté	COvoit	Observations
<b>VENDREDI 13</b>	<b>DENIS</b>	<b>THERMES 1300</b>	<b>CASINO</b>	<b>Autour du Pic ESTELLE</b>	<b>5 13 300</b>		<b>0</b>	<b>Rando de cohésion et d'intégration</b>
<b>SAMEDI 14</b>	<b>10 H 30 AG LBEM à la salle Claude PEUS suivie d'une grillade</b>							
<b>VENDREDI 20</b>	<b>GERARD</b>	<b>THERMES 0900</b>	<b>PORT DE LA SELVA</b>	<b>PARC NATUREL CAP DE CREUS</b>	<b>6 15 400</b>		<b>5</b>	<b>Baignade à la cala TABALLERA</b>
<b>VENDREDI 27</b>	<b>SEBASTIEN</b>	<b>THERMES 0900</b>	<b>COSPRON</b>	<b>Anse PAULILLES</b>	<b>6 15 300</b>		<b>5</b>	<b>Baignade dans la baie</b>



ASSEZ FACILE Petite randonnée cependant pas une promenade



PEU DIFFICILE modérée



ASSEZ DIFFICILE rando plus soutenue nécessite un engagement physique