






PROGRAMME SEPTEMBRE 2024

sous réserve conditions météo

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



ASSEZ FACILE Petite randonnée cependant pas une promenade



PEU DIFFICILE modérée



ASSEZ DIFFICILE rando plus soutenue nécessite un engagement physique