



Calendrier Randos 1er trimestre 2017

Type: **N** - Normale (5/10km), **S** - Soutenue (>10 km) , **SPN**- Soutenue avec Pique Nique

Marches Douces de St Paul (4/5 km):
Tous les Jeudi 9 h 00, RDV place de la mairie.
Lieu du circuit choisi sur place

Marche Nordique: (8/10 km):
Tous les Samedi Matin, Lundi APM, Jeudi 18h00.
Lieu du circuit et RDV, contacter Evelyne

Tarif covoiturage
0,07€ / km
arrondi à l'€

Date	Evènement	Animateur	Randonnées				Heures		Lieu départ	Covoitu	
			Commune	libellé	Type	KM	Départ Flaunac	Départ rando		Distance km	€
ven.-06-janv.		Joel	Flaunac	Tenant compte des fetes passées un sortie vous est proposée pour se ventiler les poumons,			14h00				0 €
sam.-14-janv.		Maite	Rouillac	Circuit du chemin de Rouillac	N	8,5	13h00	13h30	Office du Tourisme de Montquc	31 KMs	2 €
dim.-22-janv.		Patrick L.	Vazerac	Chemin du quercy / Vazerac Moissac	SPN	14	9h30	10h	Vazerac Cascade de Pontalaman	31 Kms	2 €
ven.-27-janv.		Dany de la Conception	Cezac		N	9	13h30	14h00	Eglise	9 KMs	0 €
sam.-04-févr.	Galette	M deheil	Fontanes		N	9	13h30	14h00	Mairie	9 KMs	0 €
dim.-12-févr.		Hubert	St Cyrice		S	10	13h30	14h00	Eglise	26 kms	1 €
ven.-17-févr.		Danielle	Vaylas		N	8	13h30	14h00	Eglise	25 KMs	1 €
sam.-25-févr.	Vacances scolaires	Alain	Le Boulve	Circuit de Creyssens	N	7,5	13h30	14h15	Eglise	33 KMs	2 €
dim.-05-mars		Patrick L.	Bouziès, Conduché	Coteaux du Célé , peche Merle	S	13	13h00	14h00	Conduché	47 KMs	3 €
ven.-10-mars		Pierre	Catus		S	14	13h00	14h00	Place de la mairie	43 KMs	2 €
sam.-18-mars		Hubert E.	Cahors	Mt St Cyr	N	7	13h30	14h15	Buvette du Mt St Cyr	25 KMs	1 €
dim.-26-mars		Danielle	St Etienne de Tulmont	Circuit de Pousiniès	N	11	13h30	14h00	Château de Pouzinies	35 KMs	2 €
ven.-31-mars		Patrick L.	Cazal (82)	Belvédère du Cirque de Bône	SPN	16	9h	10h	Place de la mairie	42 KMs	3 €

Alain D.
Christiane B.
Claude A.
Danielle S.
Evelyne C,
Gérard L.
Hubert E.
Jean-Paul G.
Joël B.
Maïté C.
Marie Christine F,
Michèle D,
Patrick L.
Pierre D.