

# LATTES LOISIRS et CULTURE

## Randonnées Pédestres Mercredi Rouge – 4<sup>ème</sup> trimestre 2018

Date	Destination	Dur	Long	Déniv	IGN	De Lattes	
		H	Km	M	N°	Km	Tmp
19 septembre	Roqueredonde La Borie Noble (34)	5h 15	20	525	2642 OT	80	1h 15
26 septembre	St Guiral Alzon (30)	6h	18	850	2641 ET	100	1h 30
3 octobre	Mont Bouquet Seynes (30)	4h 25	18	570	2840 OT	100	1h 30
10 octobre	La Tour du Pin Vieussan (34)	4h 30	14	775	2543 OT	105	1h 30
17 octobre	Les Raspes du Tarn Le Truel (12)	4h 30	14	630	2441 ET	140	1h 50
24 octobre	La Redonne Cote Bleue	5h	15	600	3144 OT	140	1h 50
31 octobre	St Eutrope Castanet Le Haut (34)	6h 15	15	930	2543 OT	105	1h 35
7 novembre	Monthaut Pégairolles de Buège (34)	5h 20	18	800	2642 ET	70	1h 10
14 novembre	Bardou Héric Mons (34)		16	950	2543 OT	105	1h 30
21 novembre	La Coquillade Cabreyrolles (34)	5h 15	16	850	2644 OT	95	1h 10
28 novembre	Bout du Monde Gourgas (34)	5h	18	600	2642 OT	70	50'
5 décembre	L'Arnède Murles (34)	5h	16	400	2742 ET	30	40'
12 décembre	Canyon du Diable Rabieux (34)		20	680		50	40'
19 décembre	Villeneuve Salines + Resto						
Reserve	Laurenque Roquebrun (34)	5h 30	21	900	2543 OT	110	1h 45
Reserve	Ravin Tude Baraquette Gorniès (34)		18	750	2642 ET	70	1h 15
Reserve	La Trescoulade Arrigas (30)	5h	13	750	2641 ET	110	1h 30

Rendez-vous devant le **Centre Commercial de la Cougourlude** pour le départ à **7h 30** des randonnées.

**Les dénivelés cumulés et durées de marche effectives donnés, le sont à titre indicatif et peuvent sensiblement varier (+100m à +200m) et (+30' à +1 h).**

**Le co-voiturage est calculé par véhicule par rapport au km réel, le péage autoroutier est à ajouter.**

**Renseignements 04 67 65 30 79**

**En cas de changement ou d'annulation vous serez averti par mail Entre 19h et 20h la veille.  
Pensez à regarder votre boîte mail.**