

**SAMEDI
27 MAI**

CUXAC-CABARDÈS

DES FERMES ET DES FOURS

Distance : 10 km (raccourci possible 8km)
Dénivelé positif : 200m
Départ à 9h de la ferme Escoussols
Prévoir la matinée



SAISSAC

LES PASSERELLES DU LAMPY

Distance : 20 km
Dénivelé positif : 600m
Départ à 8h du parking du cimetière
Prévoir la journée
Possibilité de réserver un pique-nique



SORÈZE

LE SENTIER KARSTIQUE

Distance : 8 km
Dénivelé positif : 320m
Départ à 9h du parking du cimetière
Prévoir la matinée



MAZAMET

DES SKIEURS, DES BERGERS,
DES LOUPS & DES ÉTOILES

Distance : 11 km
Dénivelé positif : 260m
Départ à 9h du Col del Tap sur la D87
de Pic de Nore à Mazamet
Prévoir le pique-nique



CASTANS

DE CASTANS AU ROC DE L'AIGLE

Distance : 24 km
Dénivelé positif : 1000m
Départ à 9h du Cayac à Laviale
Prévoir la journée
Possibilité de réserver un pique-nique



**DIMANCHE
28 MAI**

TRAUSSE-MINERVOIS

SUR LES HAUTEURS DE TRAUSSE

Distance : 11 km
Dénivelé positif : 350m
Départ à 8h30 de la chapelle Saint-Roch
Prévoir la matinée



FOURNES-CABARDÈS

RANDO PATRIMOINE

CHEMINS DES PIERRES

Distance : 8 km
Dénivelé positif : 240m
Départ à 9h du parking du réservoir d'eau
(route de Sérès)
Prévoir la matinée



MASSAGUEL

CASTRUM DE CONTRAST

Distance : 18 km
Dénivelé positif : 660m
Départ à 9h de l'ancienne carrière
de la rivière du Sant (D14)
Prévoir la journée



SAINT-FERRÉOL

SUR LES HAUTEURS DU LAC

Distance : 16 km
Dénivelé positif : 520m
Départ à 9h du parking l'Hermitage
au bout du lac
Prévoir la journée



SAINT-DENIS

ENTRE LAVOIRS ET FONTAINES

Distance : 13 km
Dénivelé positif : 315m
Départ à 9h de la place de l'église
Prévoir la journée



**LUNDI
29 MAI**

LES MARTYS

LES DEUX LACS

Distance : 10 km
Dénivelé positif : 150m
Départ à 9h de la salle polyvalente
Prévoir la matinée



L'OMBRAGEE

Distance : 10 km
Dénivelé positif : 250m
Départ à 9h de la salle polyvalente
Prévoir la matinée



VERS LE CAMPMAS

Distance : 10 km
Dénivelé positif : 100m
Départ à 9h de la salle polyvalente
Prévoir la matinée



LE HAMEAU ABANDONNÉ

Distance : 13 km
Dénivelé positif : 400m
Départ à 8h de la salle polyvalente
Prévoir la matinée



RANDONNÉE VTT

25 km familiale
Départ à 9h de la salle polyvalente
Prévoir la matinée

RANDONNÉE VAE (VELO ÉLECTRIQUE)

35 km
Départ à 9h de la salle polyvalente
Prévoir la matinée

facile
moyen
moyen +
difficile

Les chiens sont tenus en laisse.
Les organisateurs se réservent
le droit d'annuler des randonnées
en cas de mauvais temps.

LES PIQUE-NIQUES

Réservation obligatoire
des pique-niques avant le 24 mai
À récupérer le jour J au départ de la randonnée
TARIF : 9€

Pour la randonnée n°2
Réservation à la Boulangerie Arnaud
04 68 76 67 36

Pour la randonnée n°5
Réservation auprès du GRAAL à Castans
07 61 53 95 98

LES REPAS
POUR LES RANDONNÉES AUX MARTYS
Réservation obligatoire
des repas avant le 24 mai

Repas dans la salle polyvalente
des Martyrs

Réservation au 06 78 03 02 93
ou
martyrsloisirs@saude@gmail.com

