

CALENDRIER des SORTIES des 3^{ème} - 4^{ème} TRIMESTRE 2025

Rappels : Ceux qui désirent participer à la sortie doivent le faire savoir :

- soit sur Framadate : cliquer sur le lien reçu et s'inscrire – soit auprès de l'accompagnateur : par tel entre 17 h et 19 h la veille

Quel que soit le niveau de la randonnée, il est impératif d'utiliser de **bonnes chaussures spéciales randonnée**, d'être, le cas échéant, prémuni contre la pluie et le froid, d'avoir dans son sac des aliments énergétiques et, éventuellement, une mini pharmacie **et de l'eau, bien sûr !**

Téléphone des accompagnateurs :

BONNAMOUR 06 52 88 14 09 - CLIMENT 04 67 03 05 85 ou 06 78 72 3140 - GUIBERT 06 11 89 37 85

HUGON 06 73 95 32 43 - OFFEN 06 23 73 20 21 - VILLENEUVE 06 74 10 91 10

Le temps du trajet est donné à titre indicatif et doit être ajusté en fonction de votre domicile.

Le départ de la rando est généralement fixé à 9h30 ; une arrivée vers 9h15 est préconisée afin que tout le monde soit prêt à partir à l'heure.

■ Ce signe de couleur vous signale la possibilité pour cette randonnée de réduire longueur et dénivelé en cours de parcours. Il convient de contacter l'accompagnateur dans la semaine pour connaître avec précision les aménagements prévus. Un accompagnateur sera désigné pour vous permettre d'emprunter le raccourci en toute sécurité.

Dates	Nom	itinéraire d'accès	départ : lieu et heure	Accompagnateur	difficulté dénivelé longueur	durée totale
 Samedi 6 sept.	 CORNUS	 A 85 Km de Montpellier - A 75 , sortie LODEVE centre. - D 35 direction LUNAS A l'entrée de Lunas tourner à droite D8 1 heure 25 minutes	Parking à Avène Longer l'ORB, parking dans le coude de l'ORB 200m à gauche après office Tourisme. 9 h 30	 Olivier HUGON 	P1-T0 L = 14 km D = 400 m	6 h
Dim 7 sept.	§	La randonnée avancée au samedi 6 septembre vous permettra de participer dimanche à la fête des associations. Un lien framadate vous sera adressé pour que celles et ceux qui peuvent et veulent représenter le MUC-Randonnée s'inscrivent et choisissent un créneau horaire de participation à cette journée.				§
Dim 21 sept.	LE CROS EN BOUCLE	A 73 km de Montpellier Via A750 puis A75 jusqu'au Caylar sortie Saint Félix de l'Héras Parking du Stade Depuis la RD9, 200 m après être passé devant l'arbre mort sculpté, prendre à gauche la Rue du Stade puis à droite la Rue de la Lavogne. Tournez à droite devant celle-ci pour vous garer au parking du stade 1 heure environ	Parking du Stade GPS : N 43.863729° E 3.323529° 9 h 30	Françoise OFFEN 	P1-T0 Alt max 781 m L = 13 km D = 93 m	5 h

Sam - Dim 4 et 5 oct.	VOGÜE le 4/10 à 14h00 visite culturelle le 5/10 le matin rando autour de Vogüé Possibilité d'arriver la veille*	A environ 160 km de Montpellier Détails et autres renseignements donnés ultérieurement Le Domaine Lou Capitelle 470 rue du Pigeonnier 07 200 Vogüé Environ 2 heures 45 – 3 heures	samedi 4 octobre repas du soir, nuit et petit-déjeuner Domaine Lou Capitelle Pique-nique pour le dimanche 5 octobre	Marie-Claude GUIBERT 	*Vendredi 3 oct, visite proposée : la maison natale d'Alphonse Daudet à St Alban d'Auriole à 25 km de Vogüé	§
■ Dim 19 oct.	■ DE BRENAS A CHAPELLE ST AMANS	A 70 km de Montpellier A 75 direction Lodève sortie 55 Lac du Salagou aux Cartels direction Octon puis Brenas 50 minutes	Parking de l'église GPS : 43.662 3.257237 9 h 30	Guy CLIMENT 	■ P1-T0 Alt max 700 L = 14 km D = 380 m	6 h
Dim 2 nov.	LE CHÂTEAU DE FRESSAC montée raide jusqu'au château	A 57 km de Montpellier par Quissac puis Sauve par D999 après Sauve par D117 jusqu'à Durfort 1 heure 10 minutes	Parking village à Durfort GPS : 43.9910 3.9525 9 h 30	Yves VILLENEUVE 	P1-T1 Alt max 350 m L = 16,5 km D = 250 m	6 h
Dim 16 nov.	LAC de CÉCÉLÈS En boucle au départ de St Mathieu de Tréviès	A 32 km de Montpellier. A709 sortie Vendargues, puis D68 et D26 direction St Mathieu de Tréviès (34276) 30 minutes	Parking des Dominicaines GPS : N 43.767389° E 3.879778° 9 h 30	Jean-Yves BONNAMOUR 	P1-T0 Alt max 222 m L = 15,4 km D = 262 m	6 h
■ Dim 30 nov.	■ LE CANYON DU DIABLE au départ de RABIEUX	A 40 km de Montpellier. A750. Sortie 12 Saint Saturnin/Saint-Felix-de-Lodez. Au rond-point 2ème sortie sur av Marcelin Albert/D619. Traverser Saint-Felix-de-Lodez et continuer tout droit sur D619 en direction de Rabieux. Après le panneau Rabieux, prendre à droite de la patte d'oie, la D144 en direction de Saint Jean de la Blaquièrre sur 1 km. 40 minutes	Parking route de Saint Jean de la Blaquièrre sur un chemin sablonneux à droite. GPS : 43.6806 3.4382 9 h 30	Jean-Yves BONNAMOUR 	■ P1-T0 Alt max 292 m L = 15,3 km D = 391 m	6 h
Dim 14 déc.	BOUCLE DES CROZES à NEFFIES	A 65 km de Montpellier Prendre A750 puis A75 direction Lodève, sortie 58 Paulhan continuer sur D128 en direction de Neffiès 1 heure	parking à proximité de la mairie GPS : N 43.534269° E 3.333724° 9 h 30	Marie-Claude GUIBERT 	P1-T0 L = 14,60 km D = 380 m	6 h

* carte IGN Top 25 au 1/25 000

* Indications sur les difficultés :

P = pénibilité croissante de 0 à 3 – T = Technicité croissante de 0 à 3 – D = dénivelé cumulé – L = longueur totale de la sortie.

* durée totale = marche et arrêts !