

CALENDRIER des SORTIES des 1^{er} et 2^{ème} TRIMESTRES 2026



Rappels Ceux qui désirent participer à la sortie doivent le faire savoir, **au plus tard le vendredi soir** :

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

Quel que soit le niveau de la randonnée, il est impératif d'utiliser de **bonnes chaussures spéciales randonnée** et **les bâtons** sont fortement conseillés.

Pensez à vous prémunir contre la pluie et le froid, et à avoir dans votre sac des aliments énergétiques, une mini pharmacie **et de l'eau, bien sûr !**

Téléphone des accompagnateurs :

AUDURIER Françoise **06 87 21 84 85** - BONNAMOUR Jean-Yves **06 52 88 14 09** - CLIMENT Guy **04 67 03 05 85** ou **06 78 72 3140** - CHINAUD Chantal **06 13 11 01 55** -
 GUIBERT Marie-Claude **06 11 89 37 85** - GUIBERT Muriel **06 33 21 17 66** - HUGON Olivier **06 73 95 32 43** - LE MAIRE Jean-Paul **06 20 80 18 81** -
 LOPEZ Frédéric **06 73 48 68 85** - OFFEN Françoise **06 23 73 20 21** - VILLENEUVE Yves **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/ou dénivelé en cours de parcours.

Un accompagnateur est désigné pour vous permettre d'emprunter le raccourci en toute sécurité.

Attention ! 2 nouveautés ! Pour satisfaire le plus grand nombre d'adhérents nous proposerons parfois DEUX RANDOS DIFFERENTES le même jour.

Pour ne pas pénaliser ceux qui ne viennent pas le week-end de Pentecôte, une rando supplémentaire est organisée pour le 17 mai

date	nom	itinéraire d'accès	départ Parking lieu et heure	accompa gnateur	difficulté dénivelé longueur	durée totale
Dim 4 janvier ■	Les Salines de Villeneuve et le Creux de la Miège (attention moustiques) ■	A 40 Km de Montpellier Se rendre à Villeneuve-Lès-Maguelone à la maison du site des Salines 30 minutes	Parking en terre battue à côté de la maison des Salines à Villeneuve GPS : N 43.51711 / E 3.85002 ° 9h30 ■ départ retardé à 10h00	Yves VILLENEUVE ■ Jean-Paul LE MAIRE	P1 -T0 L : 16km500 d : 40 m ■ P0 -T0 L : 12km500 d : 40 m	6 h ■ 5h
Dim 18 janvier	Le Lac de Matane et Saint Martin de Londres	A 40 Km de Montpellier Direction St Mathieu de Treviers par D 17, poursuivre sur 3 km, après l'embranchement de Valflaunes prendre à gauche D17E6 direction Pompignan 50 minutes	Après environ 7 km, Parking au bord de la D17E6 N 43.842228° / E 3.856656° 9h30	Olivier HUGON	P1 -T0 L : 15km d : 360 m	5 h

Dim 1er février	Autour des Cougnets à partir d'Aniane	A 36 Km de Montpellier Prendre l'A750 sortir à Gignac sortie 9 direction Aniane 35 minutes	Se garer sur le Parking de la chapelle St Laurent GPS : N 43.684932° / E 3.594914° 9h30	Françoise AUDURIER	P0 -T0 L : 12km600 d : 225 m	5 h
Dim 15 février	LAC de CÉCÉLÈS En boucle au départ de St Mathieu de Trévièrs	A 32 Km de Montpellier A709 sortie Vendargues. Puis D68 et D26 direction St Mathieu de Trévièrs (34276) Accès Google map : https://maps.app.goo.gl/JUY9mjvEVtdfmenR6 30 minutes	Parking des Dominicaines St Mathieu de Trévièrs GPS : N 43.767389° / E 3.879778° 9h30	Jean-Yves BONNA MOUR	P1 -T0 L : 15km400 d : 262 m	6 h
Dim 1er mars	Le CROS en boucle	A 73 Km de Montpellier Via A750 puis A75 jusqu'au Caylar, 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. 1 heure	Tournez à droite pour vous garer au Parking du Stade GPS : N 43.863729° / E 3.323529° 9h30	Françoise OFFEN	P1 -T0 L : 13km d : 93 m	5 h
Dim 15 mars 	Le Château de Fressac AR montée raide jusqu'au château 	A 57 Km de Montpellier par Quissac puis Sauve par D999 après Sauve par D117 jusqu'à Durfort Accès Google map : https://maps.app.goo.gl/JUY9mjvEVtdfmenR6 1 heure 10 minutes	Parking au village de Durfort GPS : N 43.9910° / E 3.9525°  9h30 montée au château facultative, cela évite une descente raide	Yves VILLENEUVE	P1 -T1 L : 16km500 d : 460 m  P1 -T0 L : 16km d : 380 m	6 h
Dim 29 mars	Les Crêtes de Vissou et la Terrasse de l'Estabel	A 55 Km de Montpellier Prendre la direction de Lodève, bifurquer vers Clermont l'Hérault (sortie 57). Dans Clermont prendre direction Bédarieux. Après Villeneuve prendre à gauche par D15 vers Cabrières 50 minutes	à Cabrières, Parking Lien : https://maps.app.goo.gl/5h3jPQ1CpLpevmPb7 GPS : N 43.582606° / E 3.362159° 9h30	Marie-Claude GUIBERT	P1 -T1 L : 12km d : 476 m	5 h

Dim 12 avril	Les mines de Pioch Farrus, Eglise de St Gély d'Arques (Cabrières)	A 55 Km de Montpellier Prendre l'A750 jusqu'au changement vers l'A75 en direction de Béziers, prendre la sortie 57 vers Clermont-l'Hérault, puis Villeneuve, puis prendre la D15 à gauche vers Cabrières 50 minutes	à Cabrières, Parking Lien : https://maps.app.goo.gl/5h3jPQ1CpLpevmPb7 GPS : N 43.582606° / E 3.362159° 9h30	Frédéric LOPEZ	P2 -T1 L : 15km500 d : 420 m	5 h 30
-----------------	---	--	---	-------------------	---	--------

proposition d'une autre rando ce même jour, il faudra choisir !

Dim 12 avril	La Roque d'Aubais (Sommières)	A 50 Km de Montpellier Route de votre choix pour aller à Sommières. Traverser le Vidourle sur le Pont Vieux. Prendre la route d'Aubais 50 minutes	Parking en hauteur à gauche à la sortie de Sommières, route d'Aubais GPS : N 43.78008° / E 4.092236° 9h30	Jean-Paul LE MAIRE	P0 -T0 L : 15km d : 156 m	5 h
Dim 29 avril ■	Cirque de Navacelles ■	A 77 Km de Montpellier Via A750 et D25 St Maurice de Navacelles (34520) Accès Google map : https://maps.app.goo.gl/8Cr3A7EZAp3WDWJP9 1 heure 20 minutes	Deux départs différents : 9 h 30 Baume Auriol (rando longue) ■ départ retardé à 9 h 45 Navacelles (rando courte)	Jean-Yves BONNA MOUR ■ Chantal CHINAUD	P1 -T0 L : 12km500 d : 520 m ■ P0 -T0 L : 9km300 d : 242 m	■ 5 h ■ 4 h 30
Dim 10 mai ■	Le Causse et les bords de la Sorgue (Cornus) ■	A 87 Km de Montpellier Prendre l'A750 puis l'A75 en direction de Lodève. Après le Caylar, prendre la sortie 48 en Direction d'Alzon, Nant et Cornus par la D7 1 heure 10 environ	Parking randonneurs à Cornus GPS : N 43.904501° / E 3.178962° 9h30	Françoise OFFEN	P1 -T1 L : 16km d : 333 m	5 h 30
Dim 17 mai	rando supplémentaire Le Trou du Loup (Soubès)	A 52 Km de Montpellier Via A750 puis A75 direction Lodève, sortie 52 direction Soubès. 35 minutes	Parking randonneurs à Soubès GPS : N 43.76682° / E 3.34823° 9h30	Guy CLIMENT	P1 -T0 L : 14km d : 608 m	6 h 30

<p>Dim 17 mai</p>	<p>une autre rando avec moins de dénivelée sera proposée ce même jour, il faudra choisir ! Ce sera une surprise de dernière minute. Tout sera expliqué par Framadate</p>					
<p><u>WE de Pente côte</u> Sam 23/05 Dim 24/05 Lun 25/05</p>	<p>Au cœur du village de Vassieux en Vercors, dans le Parc du Vercors, à 1050m d'altitude, entouré de nombreux monts, falaises, crêtes, plateaux et chemins propices aux randonnées</p>	<p>A 270 Km de Montpellier direction Nimes , Orange, Die Arrivée à l'hôtel le le vendredi soir vers 17h00 4 heures environ</p>	<p>Le samedi et le dimanche deux randos de niveaux différents seront proposées et seront menées par un guide local. La commission technique prendra en charge la randonnée du lundi matin qui précèdera le pique-nique pris en commun. <u>Infos diverses :</u> Samedi soir apéritif offert par le MUC Rando</p>		<p>Hôtel** Salon-bar Chambres avec salle d'eau privative. Les lits sont faits à l'arrivée, les serviettes de toilette sont fournies. Apporter boîtes, couverts et gourdes pour les pique-niques</p>	
<p>Dim 7 juin</p>	<p>Le bois de Latude et la bruyère de la Rouquette depuis St Jean</p>	<p>A 46 Km de Montpellier Prendre A750 sortie 12 vers St Felix de Lodez, traverser St Felix puis Rabieux. Continuer jusqu'à St Jean de la Blaquière 45 minutes environ</p>	<p>Se garer au centre du village de St Jean de la Blaquière GPS : N 43.7146° / E 3.422496° 9h30</p>	<p>Françoise AUDURIER</p>	<p>P0 -T0 L : 15km500 d : 345 m</p>	<p>6 h</p>
<p>Dim 21 juin</p>	<p>pique-nique de fin d'année (infos complémentaires ultérieurement)</p>					