

## AVEYRON

## Programme de la semaine

### Samedi 18 juin

Réception et briefing 18h30'

**Dimanche 19 juin:** randonnées sur place Départ **8h30** place de la mairie

**matin** circuit de « la Vinzelle » 10 kms (variante 9 kms) dénivelé 365 m *pique nique bords du Lot pont de Coursavy.*

**après midi** 2 circuits au choix : « Tieulet »(9 kms) dénivelé 250 m ou « Le Roucan »(4 kms).dénivelé 87 m

**Lundi 20 juin :** Marcillac Vallon déplacement en voiture 20 kms 30' Départ de Grand Vabre **8h30**

arrivée Marcillac 9h00 parking du cimetière

**Matin :** Circuit « de la vigne à la forêt » (12 kms) dénivelé 320 m *pique nique à la chapelle de*

*Foncourrieu.(Marcillac)*

**après-midi :** 2 circuits au choix : sur place « Marcillac des vignes aux moulins » (environ 11 kms) dénivelé 235 m

ou « commune de **Valady-Nuces** le sentier des terrasses » (7 kms) dénivelé 180 m. RDV parking du pigeonier à

Fijaguet à 10 kms (environ 12' de voiture)

**Mardi 21 juin :** Conques randonnée sur place **Départ 8h30 place de la mairie**

circuit du « sentier Dadon »(24 kms).dénivelé 700 m. *pique nique à Conques le midi.*

**après-midi :** poursuite de la rando avec retour sur Grand Vabre ou « site du Bancarel » (3 kms) dénivelé 80 m

nécessitant un retour sur Grand Vabre en voiture.

**Mercredi 22 juin:** l'Aubrac déplacement en voiture 70 kms 1h30' **Départ 8h00**

arrivée Laguiole station du « Bouyssou »aux alentours de 9 h 45'

**matin** sentier botanique départ de la station du « Bouyssou »(8 kms) *pique nique à Aubrac au buron de*

*« Caméjane ».*

**Après-midi** visite d'une fabrique de couteaux à Laguiole(gratuite), visite scindée en 2 groupes de 40 personnes environ

1<sup>er</sup> groupe à 15h00 (durée 45') puis quartier libre à Laguiole.

**Jeudi 23 juin:** Entraygues : La vallée du lot. déplacement en voiture 20 kms 30'

**Départ de Grand Vabre 8h30** arrivée Entraygues 9h00 parking bords du lot et château à Entraygues.

**Matin :** « des coteaux à la vallée du lot » 12 kms dénivelé 330 m. *pique nique à Entraygues au confluent du lot et de la truyère.*

**Après-midi** déplacement en voiture vers Le FEL (6kms) 10' parking mairie Le Fel.

2 circuits au choix : « Crestes » 8,5 kms dénivelé 240 m ou « au cœur du vignoble du Fel » 6 kms dénivelé 270 m

**Vendredi 24 juin :** St Cyprien déplacement en voiture ( 10 kms) 15'

**Départ de Grand Vabre 8h30** arrivée St Cyprien 8h45' parking jardin public route de Lunel ( à gauche au centre de St Cyprien)

**Matin :** circuit du « sentier des croix »(12kms) dénivelé 450 m. *Pique nique jardin public de St Cyprien*

**après-midi :** déplacement en voiture vers Sénergues (10 kms) 15' parking en arrivant sur la droite au dessus du stade.

Circuit « autour du clocher sur le chemin de St Jacques » 8 kms dénivelé 205 m .

Retour en voiture à Grand Vabre par Conques.