



## ***Nous avons rendez-vous au PP***

**Avec ce programme saisonnier, diffusion de la gazette (elle est réservée exclusivement aux adhérents) venez donc nous rejoindre...**

**Courant juin** : diffusion du programme d'été, à demander auprès de l'office de tourisme des monts de Lacaune ou des bureaux d'information touristique.

**RANDO JEUDI** : voir le programme sur le site ou sur demande par messagerie

Le jeudi, à 13h30 (demi-journée) ou à la journée, rendez-vous au parking de la poste (**abréviation PP**) de Lacaune et un "Passejaire" vous guidera (sauf en période de neige : raquettes)

**RANDO DOUCE** : le lundi, à 13h30 rendez-vous PP

Licence auprès de la Fédération Française de Randonnée Pédestre demandée après 2 ou 3 sorties d'essais : venez nombreux pour découvrir la randonnée à nos côtés.

## ***L'ESPRIT DES RANDOS...***

Nos randonnées vont à la découverte du patrimoine naturel et humain, en toute convivialité, sans esprit de compétition.

Nos parcours sont sélectionnés en fonction de leur attrait naturel et patrimonial.

Ils sont le fruit de l'implication des adhérents, et doivent être honorés en priorité.

## ***Sommaire de la saison 2024/2025***

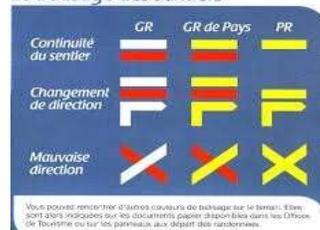
Dimanche	20 octobre	Cauduro
Dimanche	10 novembre	Nant
Dimanche	17 novembre	Lautrec
Samedi	23 novembre	Murasson
Dimanche	8 décembre	Cessenon-sur-Orb
Dimanche	5 janvier	Viane
Dimanche	19 janvier	Masnau-Massuguiès
Dimanche	2 février	Gruissan
Dimanche	16 février	Guitalens
Dimanche	2 mars	Riols
Dimanche	23 mars	Lacabarède
Dimanche	30 mars	Montredon Labess.
Dimanche	13 avril	Villemagne
Dimanche	27 avril	Damiatte
Dimanche	11 mai	Escande
Dimanche	25 mai	Hospitalet Larzac
Dimanche	8 juin	St-Amans-Soult

Ces randonnées sont ouvertes à tous sans inscription préalable.

Elles peuvent être annulées en fonction de la météo créant un risque pour les randonneurs.

Chaque participant doit pourvoir à son ravitaillement. L'horaire de départ sera respecté ; l'heure d'arrivée est donnée à titre indicatif.

### ***Le balisage des sentiers***



### ***Autres renseignements***

**Pierre Courier, Président** : ☎ 05 63 37 11 33

Ou auprès du guide de la randonnée

Ou le site : <http://lospassejaires-montsdelacaune.fr/>

Ou la messagerie : [los.passejaires@gmail.com](mailto:los.passejaires@gmail.com)

Ou Facebook : **Los Passejaires Rando Lacaune**

## **Los Passejaires**



***Randonneurs des Monts de Lacaune***

25, avenue de Naurois  
81230 Lacaune

## ***Saison 2024/2025***

Après un été au service des associations du territoire, nous reprenons le cours de notre programme d'hiver pour la nouvelle saison 2024/2025.

Nous souhaitons vous retrouver nombreux sur les chemins de randonnée de ce programme alléchant...

## ***COVOITURAGE***

*Il est rappelé aux adhérents que, par souci d'économie, il est effectué un covoiturage lors des randonnées ; ceci entraîne des frais qu'il y a lieu de partager selon la règle votée en assemblée générale.*

## PROGRAMME SAISON 2024/2025 - "LOS PASSEJAIRES" – RANDONNEURS DES MONTS DE LACAUNE

Date et heure départ	Titre de la randonnée et thème	Covoiturage Lieu de départ	Distance Dénivelé	Niveau	Animateur
Dim 20 octobre 9h - 16h	<b>De Babeau à Cauduro</b> : à travers vignes et garrigues, arrivée au très beau hameau de Cauduro, en passant par la source du Vernazobre	PP 8h Parking de Babeau 9h	16 km D+ 600 m	Moyen	Annie et Gérard BACOU 06 85 29 80 70
Dim 10 novembre 9h30 à 17h	<b>Le roc Nantais</b> : vaisseau de pierre amarré au Causse Begon avec une vue panoramique sur le Causse des Cévennes et le petit gourd de Nant (l'ascension en vaut la peine)	PP 8h Nant 9h30	8 km D+ 450 m	Entraîné	Jean-Marie CALVET 06 83 00 08 79
Dim 17 novembre 9h à 16h	<b>Balade autour de Lautrec</b> : Une randonnée au pays de l'ail rose entre pigeonniers et moulins à vent	PP 7h30 AquaVal Lautrec 9h	15 km D+ 450 m	Moyen	Daniel DUVERNAY et Régine BÉZIAT 06 27 05 14 11
Samedi 23 nov 13h45 à 17h	<b>Murasson en son vallon</b> : À cœur vaillant pour sortir du village par son chemin de croix, si escarpé.	PP 13h30 Église Cabannes 13h45	11 km D+ 350 m	Entraîné	André SUC 07 82 09 54 39
Dim 8 déc 10h à 16h	<b>Les bords de l'Orb à Cessenon-sur-Orb</b> : circuit le long des bords de l'Orb qui plonge de turbulences en effervescence, à la rencontre d'un fleuve atypique et surprenant, tour à tour calme et tumultueux, rapide et lent... Vue sur la base de Réals.	PP 8h30 Cessenon parking bord Orb 10h	13 km D+ 150 m	Facile	Martine VISTE & Claude MOINE 06 83 09 14 51
Dim 14 déc	<b>Repas de fin d'année à Fraïsse-sur-Agoût (déjeuner)</b>				
Dim 5 janvier 9h à 16h	<b>La Malquière</b> : sur les hauteurs de Viane, cheminement dans des sentiers bordées de houx et une forêt aux allures d'habitat de lutins	PP 8h30 Viane 9h Parking mairie	16 km D+ 300m	Moyen	Jean-Marie CALVET 06 83 00 08 79
Dim 19 janvier 9h à 17h	<b>Le Masnau-Massuguies</b> : autour du Masnau dans les bois avec de beaux points de vue	PP 8h30 Le Masnau 9h parking église	18 km	Moyen	Yves ENJALBERT 06 38 10 47 69
Dim 2 février 9h30 à 16h30	<b>Gruissan</b> : Balade dans la Clape. Depuis la vigie, beau point de vue sur Gruissan et ses étangs	PP 7h30 Les Ayguades 9h30	16 km D+ 300 m	Moyen	Pierre CAURIER 07 68 74 95 05
Dim 16 février 9h à 16h	<b>Le sentier de Saint-Sébastien</b> : Depuis la vallée de l'Agout vous gagnez les hauteurs des collines à l'air Toscan et à la douceur du pastel	PP 7h30 Guitalens 9h	18 km D+ 600 m	Moyen	Daniel DUVERNAY et Régine BÉZIAT 06 27 05 14 11
Dim 2 mars 9h à 16h	<b>Notre-Dame de Trédos</b> : itinéraire dominant la vallée du Jaur en offrant des points de vue saisissants sur le massif du Somail et le saut de Vézoles, avant de découvrir la fabuleuse chapelle Notre-Dame de Trédos	PP 8h Riols 9h place du foirail	13 km D+ 496 m	Moyen +	Annie et Gérard BACOU 06 85 29 80 7

Date et heure départ	Titre de la randonnée et thème	Covoiturage Lieu de départ	Distance Dénivelé	Niveau	Animateur
Dim 23 mars 9h30 à 15h	<b>Lacabarède</b> : parcours varié paysages vallonnés, des champs, des plantations de résineux bordés de châtaigniers, de beaux alignements de hêtres	PP 8h30 9h30 parking voie verte	12,5 km	Moyen	Michel et Janine CAUQUIL 06 49 09 13 30
Dim 30 mars 9h à 16h30	<b>L'Houlette</b> : Les hautes terres du Montredonnais réservent d'agréables surprises : reliques des hameaux oubliés au fond des vallons, larges panoramas courant jusqu'au Pyrénées	PP 8h Montredon 9h parking église	17 km D+ 500 m	Moyen +	Aline et Daniel CAMP 06 33 54 56 94
Dim 13 avril 9h à 16h	<b>Le Causse de Boussagues</b> : Jolie randonnée en terrain vallonné entre vignes et cerisiers, visite du village médiéval de Boussagues	PP 8h- Murat 8h15 Villemagne 9h	16 km D+ 500 m	Moyen	Monique et Francis BÉZIAT 06 71 56 67 27
Dim 27 avril 9h à 16h	<b>Circuit boisé de la capelle</b> : depuis la vallée de l'Agoût vous gagnez les hauteurs des collines à l'air toscan et à la douceur du pastel	PP 7h30 Damiatte parking passage niveau 9h	18 km D+ 400 m	Entraîné	Daniel DUVERNAY et Régine BÉZIAT 06 27 05 14 11
Dimanche 11 mai 9h à 16h	<b>Hameau d'Escande</b> : du ruisseau du Vernoubre aux Pansières à travers la forêt	PP 8h30 Escande 9h	17 km D+ 500	Moyen	Annie et Gérard BACOU 06 85 29 80 70
Dimanche 25 mai 10h30 à 17h	<b>Les Canoles</b> : l'Hospitalet du Larzac : la fantaisie du relief, abris sous roche, arche de pierre, des grottes, canoles,	PP 9h Hospitalet Larzac 10h30 pk Canoles	9 km D+ 130 m	Moyen	Jean-Marie CALVET 06 83 00 08 79
29 mai au 1 <sup>er</sup> juin (ascension)	Rando festival Marée Haute et printemps du Laouzas				
Dim 8 juin 8h30 à 17h	<b>The black montain</b> : pour ceux qui ne pratiquent pas l'anglais c'est la montagne noire !! Et non on ne va pas boire du Whisky ..... En fait c'est le Pic de Nore l'itinéraire est celui emprunté par le trail <b>Pour les participants prévenir impérativement Daniel avant le 5 juin</b>	PP 7h30 St-Amans-Soult 8h30	19 km D+ 1000 m	Difficile	Daniel DUVERNAY et Régine BÉZIAT 06 27 05 14 11
Samedi 28 juin	<b>Repas de fin d'année au Laouzas</b>				