



Programme des sorties du 1^{er} et 2^{ème} Trimestre 2026.

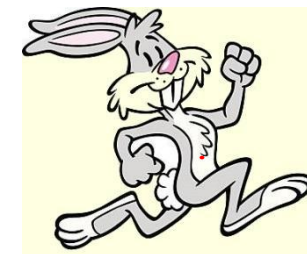
Tous les Mardi : Randonneurs

Sortie autour de Montréal, départ à 13H30 de la salle polyvalente.

Tous les Vendredi : Marche Douce

Sortie autour de Montréal, départ à 14H00 de la salle polyvalente.

Inférieure à 9kms et à 4H00, dénivelé faible, allure inférieure à 4km/h.



Les sorties peuvent être annulées le matin même en fonction de la météo du jour. Vous serez prévenus par mail et SMS

Un Jeudi, toutes les quinzaines :

Randonnée à la journée avec pique-nique tiré du sac.

L'heure du rassemblement est fixée à 8H30, sur le parking de la salle polyvalente, un co-voiturage est organisé, les frais de transport à remettre au chauffeur sont de 4€/pers, et 6€/pers. pour plus de 40kms, plus les frais d'autoroute le cas échéant. Les randonnées peuvent être annulées en cas de mauvaise météo ou cas de force majeure.



Date	Circuit	Kms	Dénivelé	Départ	Animateur
Jeu 15 et 29 Janvier 12 Février	Raquettes Randonneurs si conditions météo favorables**			Montréal	Armand
Jeu 12 et 26 Mars	Raquettes et Randonnées (pour ceux qui ne partent pas faire des raquettes)			Montréal	Armand - Patrick
Lun 06 Avril*	Omelette de Pâques (marches le matin)*	6 et 10		Salle des Pyrénées	Patrick
Jeu 09 Avril*	Seuil de Naurouze – Avignonet*	8 et 16	+40m +235m	Seuil de Naurouze	Patrick - Armand
Dim 12 Avril	Découverte du Chemin de St-Jacques GR78	11	+290m	Arzens	ACSJTAude
Jeu 07 Mai*	Visite de Narbonne*	6	+45m	Montréal	Jean Coroir
Jeu 21 Mai	Boucle de Montolieu	17	+380m	Montolieu	Armand
Jeu 04 Juin*	Maurens – Le Vaux*	8 et 17	+110++240m	Maurens	Patrick - Armand
Jeu 18 Juin	Les terres rouges de Serres	13	+380m	Serres	Patrick
Jeu 02 Juillet	Villespy - Villemagne	17	+325m	Villespy	Armand

** si la sortie raquettes Randonneurs est annulée, possibilité d'être remplacée par une sortie randonnée

* sortie commune Marche Douce - Randonneurs

Aucune marche ne se déroule pendant les vacances scolaires

Association Les Lacets Défauts, Hôtel de ville 11290 MONTREAL

<https://sites.google.com/view/leslacetsdefauts>

Contact : Patrick 06 14 96 29 86

Armand 04 68 76 63 81

lacetsdefauts@laposte.net

