

Pour profiter pleinement de la sortie, il est important de s'inscrire dans le bon groupe de niveaux, correspondant à vos capacités et conditions physiques.

4 niveaux d'effort et de vitesse de progression, vous sont proposés :

Niveau 1 : parcours jusqu'à environ 12 km – 500 m de dénivelé - 6 h de marche

Niveau 2 : parcours jusqu'à environ 18 km – 900 m de dénivelé – 6 h de marche

Niveau 3 : parcours souvent identique au niveau 2, à une allure plus soutenue

Niveau 4 : parcours jusqu'à environ 19 km – 1300 m de dénivelé - 6 h de marche
(Une condition physique et une endurance certaines sont requises)



En fonction des parcours de chaque niveau, il se peut que les différents groupes ne puissent faire un repas en commun.

Il est donc conseillé à chacun d'assurer son autonomie alimentaire et vestimentaire.

Assurez-vous d'avoir dans votre sac les vêtements de protection nécessaire (chaud, froid, pluie) et des chaussures de randonnée adaptées à la montagne, récentes et en bon état.

De plus amples informations, sont disponibles sur le site internet du SLAT :
<http://rando.slat.asso.fr>



COMMISSION

Randonnée Pédestre

Calendrier Prévisionnel 2022



À bientôt.



SAISON 2022

CALENDRIER PRÉVISIONNEL RANDONNÉE PÉDESTRES

(Ces prévisions pourront être modifiées pour tenir compte de divers impératifs notamment météorologiques)

La commission randonnée pédestre vous propose la découverte de notre région entre mer et océan, plaine, piémont et sommets pyrénéens.

Les randonnées se font sur des parcours balisés préalablement reconnus, en groupes constitués encadrés par des bénévoles formés.

Les sorties ont lieu le samedi à la fréquence de deux à trois par mois d'avril à novembre, de une par mois de janvier à mars.

Le calendrier établi en début de saison est susceptible de modifications.

Les destinations pourront être changées en fonction des conditions météorologiques ainsi que les données après reconnaissance.

Deux séjours sont également programmés, généralement dans une région différente.



Les inscriptions se font la semaine de la sortie
Du lundi 10h au jeudi 16h30

- * **au secrétariat du SLAT**, avec paiement sur place
- * **par téléphone** avec paiement par carte bancaire
- * **en ligne sur le site du SLAT**

L'accès aux aires d'évolution en raquettes s'effectue en autocar.

Le départ des sorties journalières et séjours s'effectue du parking « Airbus Delivery Centre – Henri Ziegler » 38 avenue Jean Monnet à Colomiers.

N°	DATES	RANDONNÉES	Dépt
1	Samedi 15 janvier	FERRALS LES CORBIÈRES	11
2	Samedi 19 février	AUTOIRE - LOUBRESSAC	46
3	Samedi 12 mars	LOUPIAC SANTE CROIX - VERDELAIS	33
4	Samedi 02 avril	CANYON DE BOZOUL	12
5	Samedi 23 avril	CAZALS – CIRQUE DE BONE	12
6	Samedi 07 mai	CAUNES MINERVOIS	11
7	Samedi 14 mai	LA CROIX DE GARIN	31
8	Jeudi 26 au Lundi 30 mai	AUTOUR DU VENTOUX	84
9	Samedi 04 juin	COL D'ASPET	31
10	Samedi 11 juin	SAINT BARTHÉLEMY	09
11	Samedi 25 juin	ÉTANGS D'IZOURT & FOURCAT	09
12	Samedi 02 juillet	COL D'AZET – CRETE DE SARROUYES	65
13	Samedi 03 septembre	LACS D'OO - ESPINGO	31
14	Samedi 10 septembre	PORT DE PINATE	31
15	Vendredi 16 au Dimanche 18 septembre	MONT LOUIS	66
16	Samedi 01 octobre	CRÊTES D'ASPIN-SIGNAL DE BASSIA	65
17	Samedi 08 octobre	LES ESTIVES D'ERCE	09
18	Samedi 22 octobre	CASCADE DE CUBSERVIES	11
19	Samedi 05 novembre	RANDONNÉE DE L'AMITIÉ	-
20	Samedi 26 novembre	CANAL DU MIDI D'AGDE A MARSEILLAN	34
21	Samedi 03 décembre	LES COLLINES DU VENT	11