



# Calendrier des activités d'août à octobre 2024

Date	Congestér	Type	Désignation	Départ 1er RDV	Lieu de départ de la randonnée	Trajet A/R	Covoiturage à partager	Distance rando	Dénivelé rando	Effort	Technicité	Risque	Animateur
jeu 29 août		Pour tous	Pradons et le cirque de Gens	08:30	Ruoms (07120)	100 km	25,00 €	15 km	+500 m				Philippe CANSELIET
dim 01 sept		Sportive	Sentiers de la Can Noire et du Bouquet	07:30	Barre des Cévennes	124 km	31,00 €	21 km	+500 m				Michèle FOURNIAL
jeu 05 sept		Sportive	Rocher de la Fare - Soleyrols - Le Ventalon	08:00	Vialas : Col de Banette	70 km	17,50 €	18 km	+1 100 m				Philippe CANSELIET
sam 07 sept		Animation	Forum des associations		Foyer Georges Brassens de 10h à 18h								Ginette FOPPOLO
dim 08 sept		Pour tous	Béal de Felgérrolles et Pont du Tarn	08:30	Masméjean	100 km	25,00 €	14 km	+350 m				Martial MENCONI
jeu 12 sept		Pour tous	Col de banette - Soleyrols	08:30	Vialas - Col de banette	70 km	17,50 €	15 km	+600 m				René BERGOGNE
dim 15 sept		Sportive	Pic de Finiels depuis Le Pont de Montvert	07:30	Le Pont-de-Montvert	104 km	26,00 €	23 km	+900 m				Martial MENCONI
jeu 19 sept		Sportive	Sentier du Salidès	08:00	Saint-André-de-Valborgne	110 km	27,50 €	19 km	+780 m				Michèle FOURNIAL
dim 22 sept		Pour tous	Le Magistravols - l'Hermet	08:30	Gare de Cassagnas (Espace Stevenson)	100 km	25,00 €	15 km	+500 m				Philippe CANSELIET
jeu 26 sept		Pour tous	Rando champignons dans la forêt du Bougès	08:30	Saint-Maurice-de-Ventalon	84 km	21,00 €	16 km	+550 m				René BERGOGNE
sam 28 sept		Animation	Rando patrimoine : Pierres sèches, hier et aujourd'hui		Le relais de l'Espinass à Vialas	72 km	18,00 €	7 km	+270 m				Ginette FOPPOLO
dim 29 sept	Semaine de la Randonnée du Gard	Sportive	Lever de soleil sur Alès St-Germain-de-Montaigu, Montcalm, N-D des Mines	06:30	Alès (boulangerie "Le Moulin Cévenol")	0 km	0,00 €	17 km	+900 m				Philippe CANSELIET
dim 29 sept		Pour tous	Sentier du Montgrillet	08:30	30410 Meyrannes	50 km	12,50 €	14 km	+450 m				Michèle FOURNIAL
jeu 03 oct		Sportive	Autour de Bonnevaux	08:00	Col du Péras, 30450 Aujac	110 km	27,50 €	22 km	+800 m				Jean-Marc CARCIANI
jeu 03 oct		Pour tous	De Saint-Jean-du-Pin au chemin de Stevenson	08:30	Saint-Jean-du-Pin (mairie)	16 km	4,00 €	17 km	+600 m				Marc GONFRIER
sam 05 oct		Animation	Rando Rose dans le cadre de la Semaine Bleue	09:00	La Vabreille 30520 Saint-Martin-de-Valgalgues			8 km	+250 m				Ginette FOPPOLO
dim 06 oct		Pour tous	La virade du Batistou - Les Salelles	08:30	Gravières (07140)	90 km	22,50 €	15 km	+500 m				Philippe CANSELIET
dim 06 oct		Sportive	La Bastide - Villefort par le Chemin de Régordane	08:00	Transport Alès - Villefort en covoiturage Villefort - La Bastide en train	100 km	25,00 €	23 km	+400 m				Michèle FOURNIAL

Date	Congestér	Type	Désignation	Départ 1er RDV	Lieu de départ de la randonnée	Trajet A/R	Covoiturage à partager	Distance rando	Dénivelé rando	Effort	Technicité	Risque	Animateur
<b>Lun. 7 au Jeu. 10 oct.</b>			<b>Séjour à Nant (Aveyron)</b>										<b>René BERGOGNE</b> <b>Jean-Paul CAUMETTE</b>
jeu 10 oct		Pour tous	Sabran - La Sabranenque	08:30	Combe (Comme de Sabran)	84 km	21,00 €	20 km	+300 m				Marc GONFRIER
<b>dim 13 oct</b>		<b>Sportive</b>	<b>La Tour du Canourgue</b>	<b>08:00</b>	<b>Le Pompidou</b>	<b>120 km</b>	<b>30,00 €</b>	<b>19 km</b>	<b>+750 m</b>				<b>Michèle FOURNIAL</b>
<b>jeu 17 oct</b>		<b>Sportive</b>	<b>Le rocher d'Abraham</b>	<b>07:30</b>	<b>Mayres</b>	<b>200 km</b>	<b>50,00 €</b>	<b>14 km</b>	<b>+980 m</b>				<b>Régis VINCENT</b>
dim 20 oct		Pour tous	La Baume des Fades	08:30	Méjannes-le-Clap : Mas de la Taillade	68 km	17,00 €	15 km	+500 m				Jean-Paul CAUMETTE
jeu 24 oct		Pour tous	Col de la Pierre Levée - Col de Lougarès	08:30	Saint-Roman-de-Codières : col de la Pierre Levée	110 km	27,50 €	17 km	+620 m				René BERGOGNE
<b>dim 27 oct</b>		<b>Sportive</b>	<b>Bonperrier et le Pic Borgne</b>	<b>08:00</b>	<b>Les Plantiers</b>	<b>103 km</b>	<b>25,80 €</b>	<b>22 km</b>	<b>+1 100 m</b>				<b>Martial MENCONI</b>
<b>jeu 31 oct</b>		<b>Sportive</b>	<b>La vire des chèvres</b>	<b>08:00</b>	<b>Collias</b>	<b>90 km</b>	<b>22,50 €</b>	<b>18 km</b>	<b>+450 m</b>				<b>Régis VINCENT</b>

Programme susceptible de modifications en cas d'impondérables : conditions météorologiques, indisponibilité d'un animateur, parcours devenu impraticable, etc.

Se référer au site internet du club pour les mises à jour actualisées : <https://randocade30.sportsregions.fr/>

### Covoiturage :



- Sauf indication contraire, le rendez-vous de départ est au parking du magasin Aldi, avenue Marcel Paul 30520 Saint-Martin-de-Valgalgues (fond du parking).
- Le transport vers le lieu de départ de la randonnée se fait de préférence en covoiturage.
- Chaque personne transportée versera au chauffeur une participation financière calculée comme suit :

**0,25 € x trajet A-R en km / nb. de passagers hors chauffeur**

### Cotation des randonnées

#### Effort

Difficulté physique de la randonnée.



#### Technicité

Difficulté technique et motrice (présence et taille d'obstacles).



#### Risque

Difficulté liée à l'exposition (vertige), au danger de chute/glissade et aux conséquences possibles.



### Animatrices et animateurs

Prénom et Nom	Tél.
René BERGOGNE	06 04 11 11 48
Philippe CANSELIET	06 50 12 29 27
Jean-Marc CARCIANI	06 60 77 85 17
Jean-Paul CAUMETTE	06 83 70 75 93
Michèle FOURNIAL	06 52 67 84 19
Marc GONFRIER	06 22 75 72 80
Martial MENCONI	06 85 20 85 25
José-Luis RUIZ	06 13 79 82 18
Régis VINCENT	06 11 97 65 00
<b>Ginette FOPPOLO</b>	<b>06 78 53 36 47</b>