Randonnées : Tableau du Programme des activités de septembre à décembre 2026

Longe Cote / Marche Aquatique : Selon la disponibilité des animateurs : le lundi, mercredi et samedi de 10h30 à 12h00 à la plage du Grand Travers (parking de la Dune).
Inscription via WhatsApp

Animateurs Marche Aquatique :
Elvire Pélisson : 06 74 64 67 96
Marc Olivier : 06 84 11 23 23
Pascal Pélisson : 06 11 72 71 94
Françoise Pichon : 06 61 82 92 46
Jacqueline Rennié Picard : 06 86 90 93 57

Animateurs Rando Santé :
Joël Durand : 06 17 62 41 28
Maurice Gailllot : 06 60 85 70 19
Michel Lasbouygues : 06 07 96 56 12
Didier Jamain : 06 10 90 67 83

Jour	Date	Dénivelé (m)	Distance (km)	IBP	Déplacement (km)	Description	Animateur
Mardi	8 sept					Pas de randonnée à cause de la météo.	
Mardi	8 sept	-	5/6km		24	Maison de la Nature Les Platanes au départ de 34970 LATTES Clos Méjean	**Michel /Maurice**
Jeudi	10 sept	425	13		70	Arboras et la grotte aux Fées au départ de 34150 MONTPEYROUX	**Harry Boye : 06 31 83 62 76**
Mardi	15 sept	100	15		35	Les près du Caillard au départ de 30600 GALLICIAN	**Daniel Asencio : 06 51 68 42 96** **Henri Mirabella**
Mardi	15 sept	-	5/6km		52	Le bois de St Sauveur au départ de 34980 ST CLEMENT DE RIVIERE	**Maurice/Michel**
Jeudi	17 sept	251	7		130	Niolon à La Redonne sentier des douaniers classée difficile 13740 NIOLON	**Nadine Exbrayat : 06 32 14 05 20**
Mardi	22 sept	229	14		38	Capitelles et Clapas de la garrigue Gardoise 30980 LANGLADE	**Bernard Pradié : 06 20 53 11 87**
Mardi	22 sept	-	5/6km		31	Les Près de Lavérune au départ de 34430ST JEAN DE VEDAS	**Michel /Maurice**
Jeudi	24 sept	600	13		80	Cirque de Mourèze 34800 LIAUSSON	**Nadine Exbrayat : 06 32 14 05 20**
Mardi	29 sept	229	14		38	Capitelles et Clapas de la garrigue Gardoise 30980 LANGLADE	**Bernard Pradié : 06 20 53 11 87**
Mardi	29 sept	-	5/6km		22	Les Salines au départ de 34750 VILLENEUVE LES MAGUELONE	**Didier/Joel**
Jeudi	1 oct	660	12 (4h30)		75 (1h00)	Chemin de Cambezard – 34240 LAROQUE	**Françoise Souvadon : 07 82 07 62 48**
Mardi	6 oct	360	13 km		74	La Chapelle Saint Gabriel - Les Alpilles	**Nadine Exbrayat : 06 32 14 05 20** **Henri Mirabella**
Mardi	6 oct	-	5/6km		30	Villeneuve-les-Maguelonne, quartier du Mas Neuf	**Didier/Michel**
Jeudi	8 oct	500	15		76	Nébian, de la Tourelle aux Meules	**Françoise Souvadon : 07 82 07 62 48**
Mardi	13 oct	200	13		77	Les Capitelles au départ de 30650 SAZE	**Daniel ASENCIO : 06 51 68 42 96** **Henri Mirabella**
Mardi	13 oct	-	5/6km		31	Boucle autour de Sommières au départ de SOMMIERES	**Michel/Maurice**
Jeudi	15 oct	550	13,0 (4h30)		76 (1h30)	Sortie châtaignes au départ de 30440 ST ROMAN DE CODIERES	**Françoise Souvadon : 07 82 07 62 48**
Mardi	20 oct	200	11,5 km		65	Circuit des fontaines et des lavoirs au départ de 34230 POPIAN	**Henri Mirabella : 06 08 21 86 54**
Mardi	20 oct	-	5/6km		30	La gloriette de Cadenet au départ de 34160 CASTRIES	**Joel/Maurice**
Jeudi	22 oct	350	18		60	Randonnées des balcons de l'Hérault au départ de 34150 PUECHABON	**Harry Boye : 06 31 83 62 76**
Mardi	27 oct	200	12		65	Circuit des fontaines et des lavoirs au départ de 34230 Popian	**Henri Mirabella : 06 08 21 86 54**
Mardi	27 oct	-	5/6km		31	La fontanaride au départ de 34820 TEYRAN	**Joel /Maurice**
Jeudi	29 oct	670	15,0		70	Pic St-Baudille – 34150 FONT DU GRIFFE	**Henri Mirabella : 06 08 21 86 54**
Mardi	3 nov	200	15		45	Le lac de Céceles au départ de 34270 SAINT MATHIEU DE TREVIERS	**Daniel Asencio : 06 51 68 42 96** **Bernard Pradié**

Randonnées : Tableau du Programme des activités de septembre à décembre 2026

Longe Cote / Marche Aquatique : Selon la disponibilité des animateurs : le lundi, mercredi et samedi de 10h30 à 12h00 à la plage du Grand Travers (parking de la Dune).
Inscription via WhatsApp

Animateurs Marche Aquatique :
Elvire Pélisson : 06 74 64 67 96
Marc Olivier : 06 84 11 23 23
Pascal Pélisson : 06 11 72 71 94
Françoise Pichon : 06 61 82 92 46
Jacqueline Rennié Picard : 06 86 90 93 57

Animateurs Rando Santé :
Joël Durand : 06 17 62 41 28
Maurice Gaillot : 06 60 85 70 19
Michel Lasbouygues : 06 07 96 56 12
Didier Jamain : 06 10 90 67 83

Jour	Date	Dénivelé (m)	Distance (km)	IBP	Déplacement (km)	Description	Animateur
Mardi	3 nov	-	5/6km		23	Le sentier des cabaniers au départ de 34130 MAUGUIO	**Didier/Michel**
Jeudi	5 nov	520	13		103	Le Cirque de Navacelles et les Moulins de La Foux départ de St Maurice de Navacelles 34290 ST MAURICE DE NAVACELLES	**Nadine Exbrayat : 06 32 14 05 20**
Mardi	10 nov	181	13		28	D'Aubais à Junas entre carrière et moulins 30250 AUBAIS	**Bernard Pradié : 06 20 53 11 87**
Mardi	10 nov	-	5/6km		26	Autour du lac au départ de 34920 LE CRES	**Maurice/Michel**
Jeudi	12 nov	500	13 (4h30)		70 (1h00)	Cros boules de Gargantua (commune de CROS - 30170 / la Mazade)	**Françoise Souvadon : 07 82 07 62 48**
Mardi	17 nov	300	12		60	La boucle de Collias au départ de Cabrières 30210 CABRIERES	**Nadine Exbrayat : 06 32 14 05 20** **Daniel Asencio**
Mardi	17 nov	-	5/6km		14	Le lac des rêves au départ de 34470 PEROLS	**Joel/Michel**
Jeudi	19 nov	650	17,5		69	Le Cirque de l'Infernet (Ermitage et Fenestrelles) –Départ de 34150 SAINT-GUILHEM LE DESERT	**Henri Mirabella : 06 08 21 86 54**
Mardi	24 nov	220	13 km		44	Les Grottes de Bragassargues, Le sentier des merveilles – Au départ de 30730 COMBAS	**Henri Mirabella : 06 08 21 86 54**
Mardi	24 nov	-	5/6km		3	Le bois du Boucanet au départ de 34280 LGM	**Didier/Michel**
Jeudi	26 nov	350	15		100	Les Concluses de Lussan 30580 LUSSAN	**Nadine Exbrayat : 06 32 14 05 20**
Mardi	1er déc	155	13		50	Espace naturel clos de Gaillard 30730 GAJAN	**Bernard Pradié : 06 20 53 11 87**
Mardi	1er déc	-	5/6km		18	Le long du Lez au départ de MONTPELLIER	**Michel/Maurice**
Jeudi	3 déc	520	16	61	86	La crête des Alpilles au départ de l'hôpital St Paul 13210 ST REMY DE PROVENCE	**Harry Boye : 06 31 83 62 76**
Mardi	8 déc	294	14		82	De Boulbon à Frigoulet 13150 BOULBON	**Nadine Exbrayat : 06 32 14 05 20**
Mardi	8 déc	-	5/6km		3	A tour Signal – Au départ de 34280 LGM	**Maurice/Michel**
Jeudi	10 déc	450	11 (4h00)		62 (1h00)	Les rochers de Pic du midi 30170 ST HIPPOLYTE DU FORT	**Françoise Souvadon : 07 82 07 62 48**
Mardi	15 déc	270	14		60	Le lac de la Jasse 34380 ST-MARTIN DE LONDRES	**Daniel Asencio : 06 51 68 42 96** **Bernard Pradié**
Mardi	15 déc	-	5/6km		35	Le Domaines des Arbousiers au départ de 34160 CASTRIES	**Maurice/Michel**
Jeudi	17 déc	520	13 (4h30)		50 (50mn)	Puech Camp / Vidourle au départ de 34260 QUISSAC	**Françoise Souvadon : 07 82 07 62 48**
Mardi	22 déc		5/6 km		60	Crèche d'Aniane	**Nadine Exbrayat : 06 32 14 05 20**
Mardi	22 déc		5/6 km		60	Crèche d'Aniane	**Michel**
Jeudi	24 déc					Pas de randonnée	
Mardi	29 déc					Pas de randonnée	
Mardi	29 déc					Pas de randonnée	
Jeudi	31 déc					Pas de randonnée	