



PROGRAMME DES « MARCHEURS de SIGEAN » : Mois de Septembre 2023



Contact : « Les Marcheurs de Sigean » 06.46.10.01.83 - mail : lesmarcheursdesigean@gmail.com
Le point de départ de nos randonnées est fixé Place de l'Octroi, en face du gymnase Pierre de Coubertin.

Se munir de : Fiche d'Alerte, Carte Vitale, Chaussures de marche adaptées, bâtons de marche, casquette ou chapeau, vêtement de pluie, eau (en quantité suffisante), aliments énergétiques, pique-nique pour les journées, appareil photo, jumelles, sacs poubelle, etc.

En cas de pluie : annulation de la randonnée

Date	Heure départ	Lieu de la randonnée	Distance (Km)	Dénivelé Cumulé (m)	Niveau estimé	Animateur	Temps moyen trajet	Km A.R - Prix moyen covoiturage
Samedi 02/09/23		Assemblée générale - Villa saint jacques Inscription obligatoire pour le repas						
Dimanche 03/09/23	07h00	Le pic Tarbésou par le col de Palhières - Mijanés (09)	12,6	+ 380 - 750	2/3	Jean Claude	2h	234 km 7 €
Mercredi 06/09/23	8h ou 14h*	Le grand salin Port-Mahon	PT : 7.5 GT : 13			Tous les animateurs		
Dimanche 10/09/23		Forum des associations Pas de randonnée						
Mercredi 13/09/23	8h ou 14h*	Frescati	PT : 8 GT : 12			Tous les animateurs		
Dimanche 17/09/23	07h30	Le Pic d'Ourtiset et Bentailote - Rodome	12,5	430	3	Jean Claude	2h	240 km 8 €
Mercredi 20/09/23	14h	Les Cabanes de Sigean	PT : 9 GT : 11			Tous les animateurs		
Dimanche 24/09/23	9h	En vadrouille autour de Félines-Termenès	9,2	460	2	Marc	55 min	84 km 3 €
Mercredi 27/09/23	14h	Le Marras	PT : 8 GT : 11			Tous les animateurs		

* Si la météo nationale prévoit 25° ou plus l'après-midi : départ à 8h, si moins départ à 14h

PT : Petit Tour GT : Grand Tour

Nota : L'animateur responsable de la randonnée est la personne à contacter pour s'inscrire ou toute information complémentaire

David : 06.46.10.01.83 - Guy : 07.69.51.17.63 - Jacky : 06.40.08.35.56

Jean-Claude : 06.31.92.54.76 - Marc : 06.29.23.28.99 - Michel : 06.40.71.63.92