



Informations de ce trimestre...



✓ RAPPEL DES HORAIRES

À partir du **1er avril** les randos douces et les randos du jeudi débiteront à **8h30**...

✓ JEUDI 17 AVRIL : TRANSHUMANCE

Rendez-vous à **8h** place Henry
Prévoir le pique-nique. Le parcours partira de **Frayssinet-le-Gourdonnais** et arrivera à **Gigouzac** (13 km).

✓ JEUDI 1ER MAI : CABRIMONTAINE

Rendez-vous directement à Montcabrier pour un départ libre à 9h. 2 circuits possibles. Participation : 5 € - Apéritif offert. Possibilité de pique-nique tiré du sac

✓ DIMANCHE 11 MAI : SAINTE-MONDANE

Départ à **8h** : rando à **Sainte-Mondane (Dordogne)** suivie d'un repas à la ferme auberge puis visite du **château de Fénelon**.
Réservation obligatoire avant le 2 mai pour le repas et la visite du château (**25 € tout compris**, Rando Val prenant **7 €** en charge par adhérent)
Philippe André : 06 86 75 24 10

✓ 17 MAI : RANDO DES 5 CLUBS DE LVLV

Rencontre des clubs de la Vallée du Lot et du Vignoble organisée par Caminar à Albas.
À l'issue de la randonnée, pique-nique commun avec les préparations apportées par les adhérents des différents clubs. **Vos préparations sucrées seront les bienvenues...**

✓ DIMANCHE 18 MAI : LE 46 DU 46

Lieu : Loubressac
4 circuits de 14km à 46 km. Informations à venir

✓ NOCTURNE

Exceptionnellement la première nocturne aura lieu le **mercredi 28 mai**... A la suite nous partagerons les traditionnelles grillades (**6 €**) au lavoir de Martignac. Réservation avant le **23 mai** auprès de **Philippe André : 06 86 75 24 10**

✓ JEUDI 5 JUIN

Exceptionnellement : Randonnée à la journée à Carsac-Aillac : départ **8h**
Prévoir pique-nique. A la suite, promenade dans les Jardins d'Eau (**7 €**)

✓ DIMANCHE 8 JUIN : CHÂTEAU NOZIÈRES

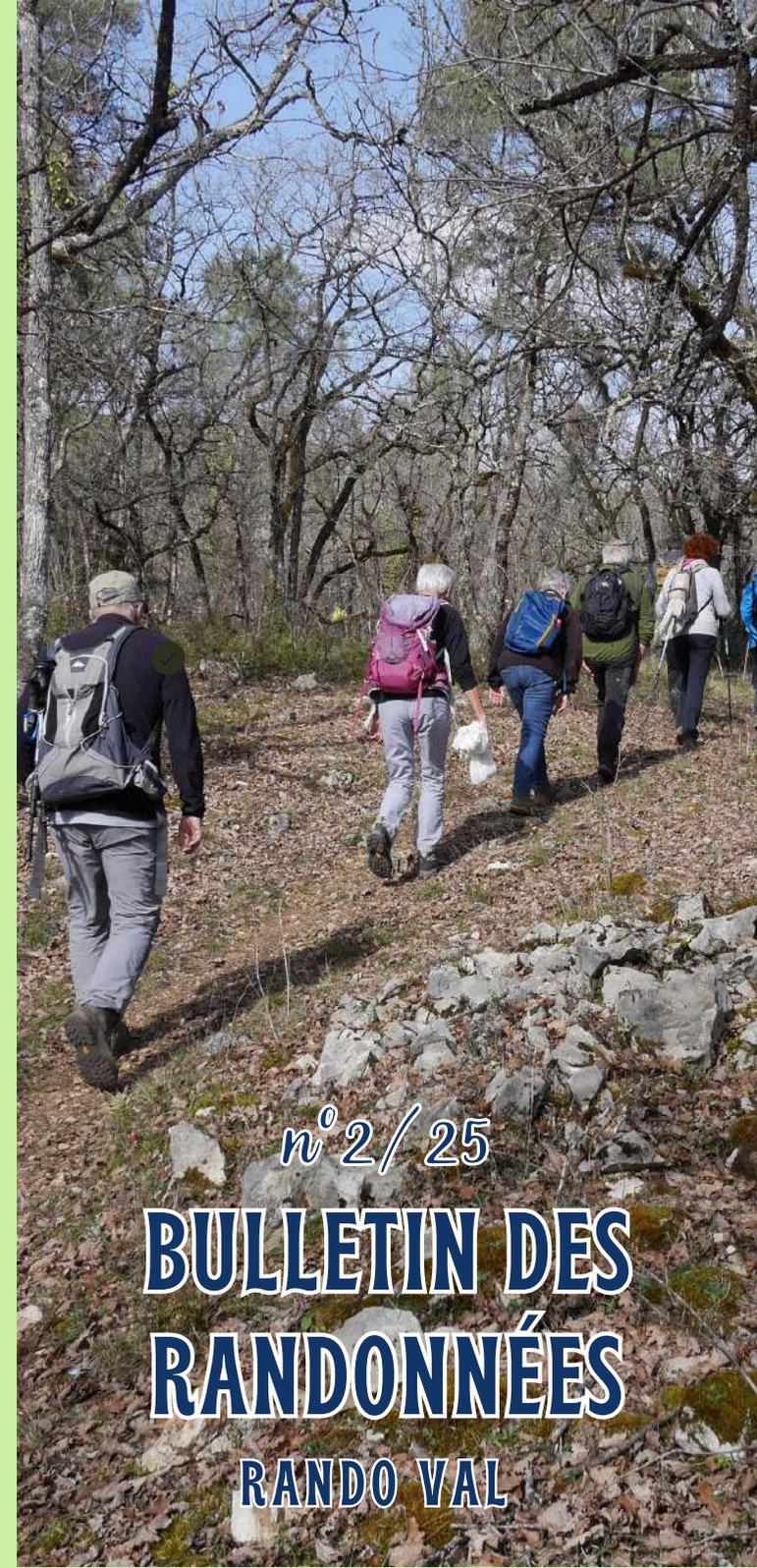
Randonnée + possibilité d'un pique-nique tiré du sac au château Nozières. 2 circuits sont proposés. **Rendez-vous sur place à 8h30.**

✓ DIMANCHE 22 JUIN : GOUJOUNAC

En lien avec l'**Exposition de la Saint-Jean de Goujoun'Art**, auberge espagnole après la randonnée. Apéritif et vin offerts. Ceux dont le nom de famille commence par A jusqu'à L apporteront des préparations salées et de M à Z apporteront des préparations sucrées.

✓ RENSEIGNEMENTS

Jean-Marie Coste, coprésident : 06 88 78 14 47
Hubert Maertens, coprésident : 07 83 56 65 06
Philippe André, trésorier : 06 86 75 24 10



n°2/25

**BULLETIN DES
RANDONNÉES**

RANDO VAL

AVRIL



- ✓ Jeudi 3 : ½ journée : 8h30
Crayssac
Éric Teyssier : 06 81 43 53 45
- ✓ Jeudi 10 : ½ journée : 8h30
Bourlens (Lot-et-Garonne)
Évelyne Pineda : 06 87 17 17 46
- ✓ Dimanche 13 : journée : 8h30
Nabirat (Dordogne)
Béatrice Devaux : 06 79 62 25 12
- ✓ Jeudi 17 : **journée** : 8h
Transhumance : Frayssinet-le-Gourdonnais - Gigouzac avec pique-nique
Hubert Maertens : 07 83 56 65 06
- ✓ Jeudi 24 : ½ journée : 8h30
Carnac
Marie-Hélène Foissac : 06 74 79 11 34
- ✓ Dimanche 27 : ½ journée : 8h30
Frayssinet-le-Gélat
Bernadette Yardin : 06 77 36 63 92



MAI



- ✓ Jeudi 1er : ½ journée :
Montcabrier : Cabrimontaine
Daniel Jaubertie : 06 76 99 04 19
- ✓ Dimanche 4 : ½ journée : 8h30
Maxou
Hubert Maertens : 07 83 56 65 06
- ✓ Jeudi 8 : ½ journée : 8h30
Besse
Jean-Marie Coste : 06 88 78 14 47
- ✓ Dimanche 11 : journée : **8h**
Sainte-Mondane + repas restaurant + visite château de Fénelon
Joëlle Croze : 06 09 59 64 75
- ✓ Jeudi 15 : ½ journée : 8h30
Douelle
Éric Teyssier : 06 81 43 53 45
- ✓ Samedi 17 : journée : 8h30 parking
passerelle d'Albas
Journée des 5 clubs : Albas
Jean-Marie Coste : 06 88 78 14 47
- ✓ Jeudi 22 : ½ journée : 8h30
Thédirac
Béatrice Devaux : 06 79 62 25 12
- ✓ Mercredi 28 : Nocturne : 19h
Martignac + grillades
Philippe André : 06 86 75 24 10

JUIN



- ✓ Dimanche 1er : journée : 8h30
Casseneuil (Lot-et-Garonne)
Philippe André : 06 86 75 24 10
- ✓ Jeudi 5 : journée : **8h**
Carsac-Aillac + pique-nique + visite Les Jardins d'Eau
Daniel Jaubertie : 06 76 99 04 19
- ✓ Dimanche 8 : ½ journée
Vire-sur-Lot (Château Nozières) + pique-nique
Philippe André : 06 86 75 24 10
Béatrice Devaux : 06 79 62 25 12
- ✓ Mercredi 11 : nocturne : 19h
Pomarède
Jany Bœuf : 06 82 74 67 24
- ✓ Mercredi 18 : nocturne : 19h
Bélaye
Jean-Marie Coste : 06 88 78 14 47
- ✓ Dimanche 22 : ½ journée : 8h30
Goujounac + Auberge espagnole
Ginette Costes-Galtier : 06 08 45 24 95
- ✓ Mercredi 25 : nocturne : 19h
Luzech - Notre-Dame de l'Île
Jean-Claude Dethier : 06 60 56 05 56
- ✓ Dimanche 29 : journée : **8h00**
Cabrerets
Hubert Maertens : 07 83 56 65 06