

Communiqué...

Les 46 Km du 46 sur le GR 46

Entre vallée de la Dordogne et
Causse du Quercy

46, 35, 19 ou 5 km entre
Martel et Labastide Murat

renseignements :

05 65 23 06 28/06 36 65 55 41

ou 46du46@gmail.com

inscription en ligne : orgarun.com

Entre Vallée de la Dordogne et Causse du Quercy

Les 46 km
du 46 sur le **GR 46**
...Randonnée
pédestre sportive et de loisir

26 avril 2020
1^{ère} Edition

46, 35, 19 ou 5 km entre Martel
et Labastide-Murat

Renseignements :
05.65.23.06.28 ou 06.36.65.55.41
Courriel : 46du46.2020@gmail.com
Inscriptions en ligne : orgarun.com



FFRandonnée
Lot



Communiqué...suite

Tradition... «**La Cabrimontaine**»
à Montcabrier le 1^{er} mai...

Randonnée découverte
de 7 ou 12 km
inscription au départ
3 € rando seule

Possibilité de déjeuner sur place
13 € le repas seul sur réservation
au moins 8 jours avant.

Rando + Repas : 13 €

Renseignements :
05 65 36 59 19

Club Rando Val

Renseignements :

06 88 78 14 47 Jean-Marie Co- Président

07 83 56 65 06 Hubert Co-Président

06 08 4 9 87 56 Nicole Trésorière



bulletin des
Randonnées

N° 02/2020

Sauf exception signalée, le départ des randonnées se fait du parking de la place Georges-Henry à horaire fixé.

avril

Dimanche 5 : Journée - 8 H 30 - 16 Kms
Saint CEVET
Jean-François 06 07 81 02 21

Jeudi 9 : 1/2 journée – 8 H 30 -
PRAYSSAC Les Dolmens
Jean-Marie : 06 88 78 14 47

Mercredi 15 : Journée – 7 H 30
Transhumance **Rocamadour – Luzech**
2ème étape
Carlucet – Frayssinet le Gd

Dimanche 19 : Journée - 8 H00
MARCILHAC sur CELE
Circuit des cazelles
Andrée : 06 18 97 78 98

Mercredi 22 : soirée **Cinéma**
Foyer rural Puy l'Evêque – 19 h 00
Projection des films des randonnées
marquantes de l'année 2019 réalisés par
Bernard Thomas
Auberge espagnole
(préparations salées de A à L
préparations sucrées de M à Z)

Samedi 25 : Journée - -8 H 00
De Ferme en Ferme
Philippe : 06 86 75 24 10
information à venir - repas assiette gourmande
réservation obligatoire Nicole 06 08 49 87 56

Dimanche 26 : **Les 46 km du 46 sur GR 46**
voir communiqué

mai

Vendredi 1^{er} mai
MONTCABRIER
La Cabrimontaine
voir communiqué

2 au 9 mai séjour à Bédouin dans le Vaucluse
complet.

Samedi 16 Journée 8 H 00
Rando des 5 clubs de la Vallée du Lot et du
Vignoble à **ALBAS**
renseignement s Jean Marie 06 88 78 14 47

Dimanche 24 : Journée – 8 H 30 – 20 km
LOUPIAC
Georges 06 86 13 70 53;

Jeudi 28 : 1/2 journée – 8 H 30
FUMEL
Philippe 06 86 75 24 10

Dimanche 31 : Journée – 8 H 30
Journée d'animation organisée par les vigneron
de l'appellation
Château Nozieres
Pique-nique au Château
Possibilité grillades
Information à venir par mail de Jean-Marie

juin

Les Nocturnes de l'été... rendez vous à 19 H

Mercredi 3 : : 19 H -
GOUJOUNAC dans le cadre de la semaine
de la biennale des arts
Ginette 05 65 23 04 73
Grillades 6 €/personne
info à venir -
Jean-Marie 06 88 78 14 47

Mercredi 10 : 19 H
La fontaine Monbret
Philippe : 06 86 75 24 10

Mercredi 17 : 19 H
BELAYE
Jean-Marie : 06 88 78 14 47

Dimanche 21 : Journée 8 H 30
CRAYSSAC
Rando inédite
Evelyne : 06 87 17 17 46
15 H - Visite de la plage aux Ptérosaures
Entrée : 6 €/personne

Mercredi 24 : 19 H
ALBAS
Marie-Hélène : 06 74 79 11 34

Samedi 27 et dimanche 28
BRETENOUX
Rando Occitane renseignements /site