

AVEYRON © VRAI



ÉDITION N°15 / 2018

À CHAQUE DIMANCHE
SA RANDO

le 18 MARS **Manhac**
 12 km
 3 h
 ★★☆☆
RANDO CRÊPES
 Départ 14h depuis la salle des fêtes
 Goûter : crêpes et cidre | Participation 3 €
 06 78 64 28 65 | Sentiers de Pays de Manhac

L'enseigne Décathlon d'Onet le Château, partenaire du Comité FFRandonnée présentera ce jour-là, les divers équipements pour la randonnée et pourra donner des conseils sur l'entretien du matériel.

le 25 MARS **Ségur**
 8,5 km
 2 h
 ★★☆☆
LE PRINTEMPS DU GRAND TOUR DES MONTS ET LACS DU LÉVÉZOU
 Départ 13h30 depuis la salle des fêtes

Nombreuses animations et à 16h goûter champêtre
 05 65 46 89 90 | Office de Tourisme Pareloup Lévézou, Rando Monts du Lévézou et Les Randoléjaires

le 1^{ER} AVRIL **Najac**
 9 km
 2h30
 ★★☆☆
RANDO DU SALON DU GOÛT
 Départ 14h depuis la place de la gendarmerie
 05 65 29 73 94 | AAGAC Najac

le 8 AVRIL **Lioujas**
 10 - 15 20 km
 ★☆☆☆
8^E EPI RANDO DU CAUSSE
 Départ 9h depuis la salle des épis
 Participation 15€ (inscription, collation au départ, ravitaillement et buffet à l'arrivée) au profit de l'association « Kerwan 2 toi » | 06 81 26 43 74 | Club Rotary de Rodez-Espalion et Rando entre Causse et Dourdou

le 8 AVRIL **Istournet (Sainte Radegonde)**
 10 km
 2h30
 ★★☆☆
RANDO ÉCHANGE ET PARTAGE
 Départ 13h30 depuis le stade | Participation 3€ au profit de l'association « Echange et Partage »
 06 88 72 05 28 | ACSSR Les Ragondins

le 14 AVRIL **Livinhac le Bas (commune de Capdenac Gare)**
 11,5 km
 3 h
 ★★☆☆
LA CHEMINOTE
 Départ 14h depuis le foyer rural | Participation 3€
 07 82 28 41 92 | CCAC Sport pour Tous Capdenac

le 22 AVRIL **Pont de Salars**
 12 km
 3 h
 ★☆☆☆
VERS SAINT GEORGES DE CAMBOULAS
 Départ 14h depuis la salle des fêtes
 06 01 98 07 93 | Les Randoléjaires

le 29 AVRIL **Drulhe**
 12 - 18 km
 3h - 5h
 ★☆☆☆
À LA DÉCOUVERTE DE LA COMMUNE DE DRULHE ET DE SON PATRIMOINE
 Départ 9h depuis la salle des fêtes | Repas tiré du sac | Participation 3€ | 06 86 28 29 19 | Office de Tourisme Plateau de Montbazens et Vivre à Lanuéjols

le 29 AVRIL **Nadailhac (commune de Coubisou)**
 12 km
 3h30
 ★☆☆☆
DE NADAILHAC À VIELLESCAZES
 Départ 14h (suivre le fléchage escargots)
 Visite d'un élevage d'escargots, dégustation et goûter | Participation 3€ | 06 21 88 86 67 | Les randonneurs Saint Côme

le 29 AVRIL **Saint Affrique**
 13 - 21 km
 4h - 6h30
 ★☆☆☆
LA SAINT AFRICAINE
 Départ 9h depuis la salle des fêtes
 Participation 6€ pour les ravitaillements
 Randonnée dans le cadre de la course VTT « La St Africaine »
 05 65 59 18 71 | Les Cardabelles

le 6 MAI **Belmont sur Rance**
 19 km
 6 h
 ★★☆☆
LE SENTIER DU SOUVENIR
 Départ 9h place de la Mairie | Hommage au maquis du Bouscalou suivi d'un vin d'honneur
 Repas tiré du sac | 05 65 99 94 74 | Cap Al Mount

le 8 MAI **Sauveterre de Rouergue**
 8 - 11 15 km
 ★☆☆☆
RANDO DES CENT VALLÉES
 Départs depuis la salle des fêtes, de 8h30 à 9h30 pour les boucles de 11 et 15 km et de 9h à 10h pour la boucle de 8 km | Repas tiré du sac | Participation 3€ (ravitaillement et collation) | 06 72 04 35 07 | Les Randonneurs du Naucellois

le 13 MAI **Saint Felix de Sorgues**
 16 - 22 km
 4h - 6h
 9 km
 3 h
 ★★☆☆
10^E RANDO GOURMANDE DE LA SORGUES
 Départs depuis la salle des fêtes : grandes randonnées à 8h30 et petite randonnée à 9h30
 Participation 14€ (inscription, halte gourmande et repas) | 05 65 59 18 71 | Les amis de Saint Felix et Les Cardabelles

le 20 MAI **Compolibat**
 5 - 12 km
 1h - 3h
 ★★☆☆
VAINCRE LA MUCOVISCIDOSE
 Départ 10h depuis l'aire de loisirs
 Participation 5€ au profit des associations « Vaincre la Mucoviscidose » et « Grégory le Marchal »
 Diverses animations toute la journée, possibilité de repas sur place
 06 72 85 96 55 | Bien Vivre à Compolibat et Vivre à Lanuéjols

le 27 MAI **Monteils**
 9 - 12 km
 2h30
 ★★☆☆
RANDO DU TRAIL DE MONTEILS
 Départ 9h30 depuis le Couderc (proche du bourg)
 Randonnée possible en marche nordique | Participation 3€
 05 65 29 73 94 | AAGAC Najac


..... LÉGENDE

- Distance
- Durée
- Dénivèle
- ★☆☆ Faible difficulté
- ★★☆ Difficulté moyenne
- ★★★ Difficile


FESTIVAL DE LA RANDONNÉE

UNE ITINÉRANCE SUR LES GORGES SAUVAGES DE L'AVEYRON

le 2 JUIN Monteils / Najac

 13 x 40 km 4 distances possibles en canoë, VTT, VTT électrique, marche nordique ou running
Départ entre 9h et 10h30 depuis la salle des fêtes de Monteils
Diverses animations sous forme d'ateliers de découverte (paddle, VTT, VTT électrique, tyrolienne, quick jump, tir paintball...) | Participation : 10€/ adulte et 5€/ enfant
Soirée : repas & concert 12€/ adulte et 8€/ enfant (3 à 10 ans)

le 3 JUIN Najac / Laguèpie

 13 x 40 km
☆☆☆ 3 distances possibles en canoë, VTT, VTT électrique, marche nordique ou running
Départ de 9h à 10h depuis la base pleine nature
Participation : 10€/ adulte et 5€/ enfant (ravitaillement et collation) | 05 65 29 73 94 | AAGAC Najac

le 3 JUIN Peyrusse le Roc

 3-7-11 km
☆☆☆ LES CHEMINS DE VIASANTÉ
Départ 14h depuis la place des Treize Vents
Visite du village | Participation 2€ minimum | 06 74 60 11 97 | Vivre à Lanuéjols et Rando-Zalbres | VIASANTÉ

le 3 JUIN Requista

 12-19 km
 3h-5h
☆☆☆ 16^{ÈME} RONDE DE LA BREBIS
Départ 8h30-9h depuis le marché ovin
Inscriptions souhaitées 8€ (gratuit - de 10 ans)
Haltes gourmandes, animations diverses dans le cadre de la fête de la brebis | 05 65 46 11 79 | Club rando du Réquistanais et association de la fête de la brebis

le 10 JUIN Nant

 5-15-20 30 km
42^E BREVET DU RANDONNEUR CAUSSENARD
Départ entre 7h et 14h depuis la salle des fêtes
Repas tiré du sac | Participation 6€ (circuit 5 km), 12€ (circuits 15, 20 et 30 km) | Petit déjeuner, ravitaillements et cadeau à l'arrivée | 05 65 59 79 28 | Lo Bartas

20^E ANNIVERSAIRE DU FESTIVAL DE LA RANDONNÉE PLEINE NATURE

DU LUNDI 16 JUILLET AU SAMEDI 25 AOÛT

Des surprises et des nouveautés vous attendent !
Nous vous invitons pour un dialogue avec la nature à travers les Causses, la Vallée du Lot, les Gorges de la Truyère, la Viadène, le Carladès et le plateau de l'Aubrac. Un programme sur mesure à faire seul, en famille ou entre amis. Les accompagnateurs passionnés par notre pays vous feront découvrir de magnifiques paysages. Vous marcherez sur des sentiers oubliés pour aller à la rencontre des produits de notre terroir, une curiosité géologique, de fleurs rares, d'oiseaux...
Vous pourrez naviguer sur nos rivières sauvages ou pédaler sur de belles descentes.

PROGRAMME ET INSCRIPTIONS




dans tous les Offices du Tourisme du territoire Nord Aveyron
ou au 05 65 44 10 37 - www.festirando.fr

RANDO OCCITANE DE L'AVEYRON




3 JOURS DE RANDONNÉES AUTOUR DE RIEUPEYROUX

Accueil et inscriptions à la Maison pour Tous de Rieupeyroux devant l'Espace Gilbert Alauzet




le 15 JUIN La Bastide L'Évêque

 10,5 km
 3 h
 388 m
Accueil et inscriptions à 13h30 | Départ à 14h en covoiturage | Rando accompagnée (château de Réquista, martinet de la Ramonde) | Visite possible du martinet et du pont roumieu du Cayla










le 16 JUIN La Salvétat-Peyrales

 16,5 km
 5 h
 707 m
Accueil et inscriptions à 9h | Départ à 9h30 en covoiturage | Rando accompagnée (château de Roumégous, chapelle de Murat) | Repas tiré du sac, apéritif offert par la municipalité



le 16 JUIN Sauzet

 7,2 km
 2 h
 238 m
Accueil et inscriptions à 13h30 | Départ à 14h en covoiturage | Rando accompagnée (Cheval du Roi, point sublime) | Visite possible du Musée de la Forge | Repas et animation à 19h à la Maison pour Tous | 19 € | Réservation avant le 10/06 à l'Office de Tourisme

le 17 JUIN Rieupeyroux


Accueil et inscriptions à partir de 8h
 17 km -  4h30 -  556 m
 11 km -  3h -  332 m
Départ entre 8h et 9h
12h30 : repas tiré du sac, marché de producteurs | Apéritif et café offerts
 8 km -  2h -  280 m
Départ à 13h30 (circuit commun)
14h30 : possibilité d'une visite guidée de la Bastide de Rieupeyroux et de l'église fortifiée St Martial | 16h : remise des récompenses et pot de l'amitié offert par la municipalité
PARTICIPATION AUX RANDONNÉES
Inscription en ligne avant le 13 juin 2018
www.randonnee-occitane.com
1 jour : 3€ | 2 jours : 4€ | 3 jours : 5€ | - de 14 ans : gratuit
(Rajouter 1€ pour une inscription sur place)

le 1^{ER} JUILL. Villefranche de Panat

 13 km
 3 h
☆☆☆ SENTIER DU LAC : UNE OCCASION UNIQUE DE MARCHER SUR L'EAU
Départ 8h30 depuis le gymnase

Participation 7 € : buffet campagnard (dans le cadre de la course pédestre « Sentier du lac ») | 05 65 46 46 53 | Courir en Lévézou

le 17 JUILL. Ayssènes

 5-10 km
☆☆☆ RANDONNÉE DES NOCTAMBULES
3 circuits sont proposés pour rejoindre Ayssènes
16h30 départ de l'église de St Victor et Melvieu (10km)
17h départ de la place des fontaines de Villefranche de Panat (10km) | 17h30 départ de la piscine du Truel (5km) | Inscription 7€ (avant le 15/07) | Apéritif aux saveurs locales et retour en bus depuis Ayssènes | Repas tiré du sac au Roc de Saint Jean
05 65 46 46 53 | Courir en Lévézou

le 24 JUILL. **Salles Curan**
17 km **ENTRE CIEL ET LAC**
Départ 16h depuis l'Office du Tourisme
Inscription 7€ (avant le 22/07)
Coucher de soleil sur le lac de Pareloup | Apéritif musical
aux saveurs locales | Repas tiré du sac | 05 65 46 46 53
Courir en Lézéou

le 5 AOÛT **Rieupeyroux**
11 km **FÊTE DU VEAU ET DE LA POMME DE TERRE**
2h30 Départ 14h30 place de l'église | Diverses animations
toute la journée dans le cadre de la fête du
veau de l'Aveyron et de la pomme de terre | 05 65 81 88 21
Los Passéjaires

le 7 AOÛT **Villefranche de Panat**
15 km **18^e ÉDITION DE LA BALADE AU CRÉPUSCULE**
4 h Départ 17h depuis la place des fontaines
★☆☆ Inscription 7€ sans le repas (repas 10€), dans
et repas compris | Visite de la Tour de Peyrebrune
05 65 46 46 53 | Courir en Lézéou

le 15 AOÛT **Villefranche de Panat**
11 km **LE SENTIER BOTANIQUE DES ARASSES**
3 h Départ 10 h depuis le gymnase
★☆☆ Participation 7€ sans le repas (repas 10€), dans
le cadre de la course pédestre « Ikalana - trail Lézéou »
05 65 46 46 53 | Courir en Lézéou

le 17 AOÛT **Rodez**
8 km **RANDO MÉMOIRE**
4 h Départ 13h30 depuis l'Université Champollion,
★☆☆ (avenue de l'Europe) | Découverte historique de
la ville de Rodez pendant la deuxième guerre mondiale et
cérémonie commémorative à Ste Radegonde
05 65 68 41 96 | Office National des Anciens Combattants
et Comité Départemental

le 21 AOÛT **Brousse le Château**
6-10-13 km **CAMINS E CASTÈL**
15 km 4 circuits sont proposés pour rejoindre Brousse
★☆☆ le Château | 15h30 départ place de l'église de
Réquista (13km) | 16h départ de la salle polyvalente de
Lestrade et Thouels (15km) | 16h30 départ place de la
Mairie de Broquiès (6 ou 10km) | 17h30 départ de l'église
de Lincou (6km) | Inscription 13€ avant le 19/08 (apéritif
musical, repas et retour en bus de Brousse le Château vers
les points départs | 05 65 46 46 53 | Courir en Lézéou

le 26 AOÛT **Gradels (commune de Valady)**
10 km **RANDO DE LA FÊTE DE GRADELS**
3 h Départ 8 h 30 place du village
★☆☆ 06 89 11 10 17 | Rando Vallon

le 9 SEPT. **Cransac**
8-11 km **BOUGEONS POUR HUNTINGTON**
2h-3h30 Départ 14h depuis la salle des fêtes
Participation 7 € au profit de la recherche pour la maladie
d'Huntington | 06 48 10 27 35 | 06 87 50 05 98 | Association
Huntington et les randonneurs du Montet.

le 7 OCT. **Laissac**
RANDO SANTÉ MUTUALITÉ
Inscriptions obligatoires | 05 34 44 33 10 | Mutualité
Française Occitanie, FFRandonnée Aveyron

le 7 OCT. **Quins**
22 km **LA BOUCLE QUINSOISE**
6 h Départ 8h30 depuis la salle des fêtes
★☆☆ Repas tiré du sac | Participation 3€
05 65 70 14 11 | Les Brodequins

le 14 OCT. **Creissels RANDO CHALLENGE**
Épreuve ludique, conviviale et culturelle par équipe, votre
mission sera, d'une part de retrouver des bornes et de les
repositionner avec précision sur votre carte, et d'autre part de
répondre à des questions (type QCM), le tout dans un temps
imparti à calculer et à atteindre le plus justement possible.
Catégorie Découverte (randonnée balisée)
Catégorie Expert (marche à la carte sans balisage)
Catégorie Expert pro (itinéraire tracé en partie sur une
carte et utilisation de la boussole)
Renseignements et inscriptions auprès du Comité
Départemental | 05 65 75 54 61 | Lo Bartas et le Comité
FFRandonnée Aveyron

le 14 OCT. **Lavernhe (commune de Séverac d'Aveyron)**
13,5 km **LE PUECH DEL PAL**
5 h Départ 14h depuis la salle des fêtes
★☆☆ 05 65 71 69 51 | Los Passéjaires del Séveragues

le 27 OCT. **Lanuéjols**
10-14 km **LANUÉJOULS ET SON MUSÉE DU RAIL**
2h30-3h30 Départ 14h depuis la salle des associations
★☆☆ Participation 3€ (ravitaillement et collation)
06 86 28 29 19 | Office de Tourisme du Plateau de Montbazens
et Vivre à Lanuéjols.

le 27 OCT. **Sauveterre de Rouergue**
10 km **TRAVERS SEGALI**
3 h Départ 14h depuis l'Office du Tourisme
★☆☆ Grillée de châtaignes et cidre doux au retour
05 65 72 02 52 | Office du Tourisme Sauveterre de Rouergue
et les Randonneurs du Naulcellois

le 25 NOV. **Sainte Radegonde**
10 km **RANDO TÉLÉTHON**
2h30 Départ 13 h 30 depuis le fournil
★☆☆ Participation 3€ au profit du Téléthon
05 65 42 47 76 | ACSSR Les Ragondins

RETENEZ—BIEN !

Randonnées ouvertes à tous ! (licenciés FFRandonnée et non licenciés)

PARTICIPATION AUX FRAIS :

2 euros pour toutes les randos, sauf indication contraire (assurances, ravitaillements et pot de l'amitié au retour).

LES ORGANISATEURS :

se dégagent de toute responsabilité en cas d'incident lié au non-respect des recommandations faites par les animateurs.

RESPONSABILITÉ CIVILE :

Les organisateurs FFRandonnée sont couverts par une police d'assurance souscrite auprès de la Mutuelle des Sportifs.

INDIVIDUELLE ACCIDENT :

Les licenciés FFRandonnée bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence. Il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement ou de prendre une Rando Carte.

Les randonnées sont soit accompagnées, guidées ou en liberté (circuits balisés avec du rubalise), inscription au départ de la randonnée.



64 CLUBS
VOUS ACCUEILLEN
EN AVEYRON

Vous participez à une manifestation organisée par une association ou un comité affilié à la FFRandonnée :

Quelle que soit votre pratique, participez à la sauvegarde des sentiers sur lesquels vous randonnez !

COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE DE L'AVEYRON

- Maison du Tourisme - 17 rue Aristide Briand - 12000 RODEZ
- Tél. 05 65 75 54 61 - Email : cdrp12@wanadoo.fr
- Site départemental : <http://aveyron.ffrandonnee.fr>
- Site régional : www.randonnee-occitanie.com
- Site national : www.ffrandonnee.fr

PRÉVOIR

- DE BONNES CHAUSSURES
- UN COUPE-VENT
- UNE GOURDE
- UN PIQUE-NIQUE (RANDO À LA JOURNÉE)
- GOBELET, GOURDE

ENSEMBLE,
PROTÉGEONS NOTRE ENVIRONNEMENT,
RÉDUISONS LES DÉCHETS.

Le Comité s'engage à une action « Eco citoyenne » et nous vous invitons à mettre un verre dans votre sac à dos (verre réutilisable en vente au Comité 1 €)

NOUVEAU SUR VOTRE MOBILE

Sortir
en
AVEYRON

Vos événements, maintenant !



www.sortir-aveyron.com

AVEYRON
VIVRE VRAI

PAS DE RANDO SANS TOPO !

EN VENTE en Librairies - Maisons de presse
ou au Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de l'Aveyron

Pour randonner en toute sécurité

LES TOPO-GUIDES DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE



LES TOPO-GUIDES DE PAYS « LES BELLES BALADES DE L'AVEYRON »



**TOURISME
AVEYRON**



viasanté
LA MUTUELLE D'AG2R LA MONDIALE