

SENTIERS PEDESTRES DE VIGNOLS ET DES ENVIRONS




[WWW.randovignols.com](http://www.randovignols.com)

PROGRAMME DES SORTIES

Juin - Juillet 2023

mercredis samedis dimanches

Date	Sorties	Niveau Km/Temps	RV Covoiturage	RV départ	H. départ
Mercredi 07 juin	Rando à Juillac « Le Combeau » Inscriptions: ☎ Jocelyne 06 71 05 66 43	7,600 km facile	Vignols église ou Objat place de la poste 9h00 ou 13h30	Parking Juillac Cimetière	9h30 ou 14h00
Dimanche 11 juin Sortie à la journée 	Rando à Tourtoirac Rando en 2 temps Matin 9km , retour aux voitures pique nique (sur l'île ?) Puis : l'étang du Coucou Après midi 5km ou tour de l'étang Inscriptions : ☎ Jean 06 45 21 70 73	9 km : matin 5 km : apres midi ou tour de l'étang du Coucou Facile	8h00 Objat place de la poste	Place des Platanes à la sortie de Tourtoirac (sur la droite)	9h00
Mercredi 14 juin	Rando à Brignac la Plaine. Inscriptions: ☎ Christian 06 16 80 20 05	9 km dénivelé 220m	8h30 Objat place de la poste ou 13h30	Parking Brignac Mairie	9h15 ou 14h15
Mercredi 21 juin	Rando à Vignols « Rouffignac » Inscriptions: ☎ Jocelyne 06 71 05 66 43	9 km	Vignols église ou Objat place de la poste 8h30	Garédie Vignols Stèle du Maquis	9h00

Dimanche 25 juin Sortie à la journée	<u>Rando à Sornac</u> « le facteur Gorsse » <i>Casse-croûte tiré du sac en cours de randonnée</i> Inscriptions : 📞 Gérard 06 77 74 99 92	13 km Dénivelé 320m	8h30 Objat place de la poste	Sornac	10h00
	Séance de découverte du « longe-côte/marche aquatique » en juillet ou aout au Lac du Causse. Programme ultérieurement				
Samedi 1^{er} juillet	<u>Course - Marche Rose "La Favorite"</u> Pompadour - Après-midi Programme ultérieurement				
Vendredi 14 juillet	<u>Rando des Tourtous à Chamboulive</u> Programme ultérieurement	9, 15, 20 km			Salle des fêtes Chamboulive
Dimanche 16 juillet	<u>Rando des pêches à Voutezac</u> Programme ultérieurement				

« Amicale des Sentiers Pédestres de Vignols et des environs » - Site : www.randovignols.com

Présidente : Jocelyne GRANCHO 📞 06 71 05 66 43 Email : jocelynegrancho@wanadoo.fr

Les randonnées peuvent être annulées, reportées ou modifiées.

N'oubliez pas de vous inscrire auprès de l'accompagnateur, il pourra rapidement vous informer des changements éventuels.

Recommandations : eau- bâtons- chaussures, vêtements adaptées à la météo-chapeau...

Soyons visibles, notamment en portant des vêtements voyants. L'idéal est de porter un **gilet fluorescent**.

Préservez la nature-Ne fumons pas-Ne dégradons ni les cultures, ni les plantations- Ne dérangeons pas les animaux domestiques ou les troupeaux-

Refermons les clôtures. Ayons le strict respect des règles du code de la route.

Fortes chaleurs : Les horaires du matin seront privilégiés. Prévoir suffisamment d'eau