













Association « Montpellier-Escapade »  
Randonnée-Activités de pleine nature

# MAI 2019



- SIEGE SOCIAL :  
**5 Place de la Canourgue 34000 MONTPELLIER**
- SITE : **Montpellier.escapade@gmail.com**
- MEMBRES DU COLLECTIF :  
**Michelle, Alain, Charles, Martine & Marc.**
- RENSEIGNEMENTS : **Gilbert – 06 70 38 15 91**
- GESTION DU SITE : **Michelle :**  
**Michelle-rando@orange.fr**
- PROGRAMME : **Serge & Alain – 06 03 11 24 82**
- TRESORIER : Montpellier Escapade,  
**9 Rue du Planas 34670 SAINT BRES**

DATE	Nom de la randonnée	DEPART					Commentaires
<b>Jeudi 2 mai</b>	<b>Aven St Féron</b>	<b>Le Luc</b>	15,5km 250m	157km 9€50	8h30		Très belle période de l'année pour découvrir un Larzac fleuri. Sans aucune difficulté. Intérêt historique avec la colonie pénitentiaire agricole réservée aux enfants dits "délinquants", utilisés au travail de la terre et au creusement d'une cave à fromage creusée dans un aven. Se munir d'une bonne lampe de poche (celle du téléphone ne suffit pas). <b>Animatrice : MICHELLE (06 85 62 29 07)</b>
<b>Du Vendredi 3 au dimanche 5 mai</b> <b>RANDO BALNEO SUR L'AUBRAC</b> <b>Animateur: ALAIN (06 60 98 53 61)</b>			Nous vous proposons un week-end en gîte, en pension complète à Nasbinals. Au programme : de la randonnée et deux demi-journées de balnéothérapie au centre de LA CHALDETTE. <b>Date limite d'inscription : le 13 avril 2019.</b> <b>Départ de Montpellier le vendredi 3 MAI à 17h30.</b>				
<b>Dimanche 5 mai</b>	<b>Navacelles</b>	<b>Navacelles-Vissec autrement</b>	16km 510m	140km 8€	8h30		Un parcours original qui nous mènera de Navacelles jusqu'à Vissec en passant par le moulin de la Foux avec des points de vue magnifiques sur ce site classé. <b>Animateur : MARC (06 43 69 68 41)</b>
	<b>De la Tourelle aux meules</b>	<b>Nébian</b>	15km 500m	100km 6€	9h		Ce circuit autour de Nébian nous conduira de la Tourelle aux meules, avec vues panoramiques sur la Dourbie. <b>Animatrice : FRANCOISE (06 03 51 26 04)</b>
<b>Dimanche 12 mai</b>	<b>Les paysages du Causse Noir</b>	<b>Pierrefiche-du-Larzac</b>	23km 1250m	210km 12€	8h15		Un bel itinéraire qui nous fera traverser le <b>chaos de Montpellier-le-Vieux</b> et découvrir les <b>Rochers de Roquealtes</b> ainsi que le relief dolomitique de la <b>corniche du Rajol</b> . <i>Randonnée exigeante qui comporte 3 montées énergiques. Possibilité d'une version allégée en fin de parcours.</i> <b>Animateur : SERGE (06 03 11 24 82)</b>
	<b>Le col de l'Asclier</b>	<b>Notre Dame de la Rouvière</b>	17km 600m	140km 8€50	8h30		Nous monterons toute la matinée par un sentier bien construit, régulier et ombragé. Nous descendrons l'après-midi dans les hêtres et les châtaigniers. <b>Animateur : MICHEL (04 67 42 08 26 – 06 48 15 48 78)</b>

DATE	Nom de la randonnée	DEPART					Commentaires
<b>Mardi 14 mai</b>	Le Serre de Majous	St Gervais sur Mare	18km 950m	170km 10€	8h		Alternance de montées et descentes sur sentiers en balcon puis châtaigneraie et vallon sauvage. <b>Animateur : JEAN LOUIS (04 67 68 40 06)</b>
<b>Vendredi 17 mai</b>	<b>SOIREE BOWLING &amp; RESTO</b>		Serge vous attend à partir de 17h pour <b>2 parties de bowling au tarif de 8€</b> , puis, à partir de 20h au restaurant Filipone Pizza. Tous les détails en pièce jointe. <b>Dernier délai pour réservation : le 13 mai au 07 50 32 29 05 ou par mail sur <a href="mailto:serge.nardy@sfr.fr">serge.nardy@sfr.fr</a></b>				
<b>Dimanche 19 mai</b>	<b>BREVET DU RANDONNEUR CEVENOL</b>	<b>SUMENE</b>	Le CAF de Nîmes nous propose son <b>47° Brevet du randonneur à Sumène</b> . Pierre-Yves et Alain ont sélectionné 2 circuits. Un café vous est proposé à l'accueil, des ravitaillements en cours de route et des rafraichissements à l'arrivée. Prévoyez néanmoins votre pique-nique. <b>Montpellier Escapade vous offre les 6€ fais d'inscription</b> . Pensez à prendre votre licence FFR afin de bénéficier du tarif réduit (5€).				
			21km 1050m	105km	7h30		<b>Animateur : PIERRE-YVES (06 86 10 62 44)</b>
			15km 700m	6€50	8h30		<b>Animateur: ALAIN (06 60 98 53 61)</b>
	<b>La Mer des Rochers</b>	<b>Sauve</b>	13km 400m	90km 5€50	9h		Bien chaussés, nous partirons du village médiéval de Sauve pour traverser la Mer des Rochers et la forêt de Coutach. Au passage, nous découvrirons un aven et une vue imprenable sur les Cévennes. <b>Animateur : GILBERT (06 70 38 15 91)</b>
<b>mardi 21 mai</b>	Le Pas de l'Escalette	Pegairolles de l'Escalette	17km 800m	140km 8€	8h30		Randonnée très variée, qui débute le long du cours capricieux de la Lergue ; après le passage du Pas de l'Escalette, elle traverse les paysages dolomitiques du Larzac pour s'achever en balcon au-dessus de Pegairolles. <b>Animatrice : MARIE-CHRISTINE (06 85 22 93 56)</b>
<b>Dimanche 26 mai</b>	Le Monthaut par la combe Galinière	Les 4 chemins (causse de La Selle)	21km 750m	100km 6€	8h30		Nous reprenons la combe Galinière et, à sa sortie nous continuons sur le Mas d'Agre avant d'aborder les crêtes du Monthaut. On poursuit sur un sentier en balcon avec vue sur la vallée de la Buège. Le retour s'effectue par le Causse de La Selle et la combe Rastanclas. <b>Animateur : SERGE (06 03 11 24 82)</b>
	LES SOURCES DE L'ORB	Roqueredonde	17km 520m	135km 8€	8h30		Charmant circuit à la limite de l'Hérault et de l'Aveyron. Itinéraire varié : forêts, falaises, pâturages. Jolis points de vue et quelques gués. <b>Animateur : YVES (06 61 80 17 04)</b>
<b>Mardi 28 mai</b>	Forêt des écrivains combattants	Colombière /Orb	21km 1000m	170km 10€	8h		Randonnée sportive dans les monts du Caroux. Traversée belle forêt jusqu'au plateau puis retour par les gorges de Colombière. <b>Animateur : JEAN LOUIS (04 67 68 40 06)</b>