

découvrir

partager

bouger

visiter

déguster

circuits

EDITION N°11 / 2014

enAveyron

# A chaque dimanche sa rando



Un jour de sentier,  
huit jours de santé

Les chemins, une richesse partagée

Venez sentir battre  
le coeur de l'Aveyron



Aveyron

- Dimanche 2 : Salles Curan, « Circuit des Fraux »**, 8 km / 2 h 30 / départ 14 h place de la Mairie (accueil à la salle sous la perception), ☎ 05 65 46 31 73 /\* / Le Randoléjaires.
- Dimanche 16 : Naves** (commune de Manhac), « **Rando crêpes** », 11 km / 2 h 30 / départ 14 h place de l'église, goûter : crêpes et cidre, ☎ 05 65 69 08 32 /\*\* / Sentiers de Pays de Manhac.

### « LES SORTIES DÉCOUVERTES DU PARC NATUREL RÉGIONAL DES GRANDS CAUSSES »

Le Parc naturel régional des Grands Causses propose sur son territoire un programme de randonnées accompagnées et d'animations nature ouvert à tous, du mois d'avril au mois de septembre. Ce programme est organisé par les offices de tourisme, les accompagnateurs en montagne et le CPIE du Rouergue. Pour en savoir plus sur les sorties découvertes du Parc, vous pouvez vous connecter sur le site internet du Parc naturel régional des Grands Causses : [www.parc-grands-causses.fr](http://www.parc-grands-causses.fr)



## AVRIL

- Dimanche 6 : Montrozier-Gages, « 4<sup>ème</sup> Epi Rando du Causse »**, 10 - 14 ou 19 km, départ 9 h depuis la salle des fêtes de Gages, participation 10 € au profit de l'association CAMI « Cancer Arts Martiaux et Informations » (collation et buffet), pré-inscription souhaitée avant le 23/03, ☎ 06 81 26 97 59 /\* / Club Rotary de Rodez / Espalion, Rando entre Causses et Dourdou et Jog'in Gages.
- Dimanche 6 : Najac, « Rando du salon du Goût »**, 8 km / 2 h / départ 14 h depuis la Poste, (dégustation au salon du goût au retour), ☎ 05 65 29 72 05 /\*\* / AAGAC Najac.
- Dimanche 6 : Fijaguet** (commune de Valady), « **Entre Causse et Vallon** », matin : 11 km / 3 h 30 / départ 9 h, repas tiré du sac, après-midi : 10 km / 3 h / départ 13 h 45. Départs depuis la salle des fêtes, randonnées accompagnées, ☎ 05 65 42 48 69 /\*\* / IARC MJC Rodez
- Dimanche 6 : Salmiech, « Le Printemps du Grand Tour des Monts et Lacs du Lézérou »**, 20 km / 6 h / départ 9 h depuis la salle des fêtes, repas tiré du sac. A partir de 13 h nombreuses animations : activités sportives, ateliers créatifs et à 16 h gouter champêtre, ☎ 05 65 46 89 90 /\*\* / OT Pareloup Lézérou.
- DIMANCHE 13 : LA COUVERTOIRADE, « MARCHÉ DU COMMANDEUR »**  
Matin (à partir de 8 h 30) : 12 ou 16 km / 3 h ou 4 h / départ depuis la Mairie. Apéritif hypocras offert et repas tiré du sac. Après-midi : 8 km / 2h30 / départ 14 h ou visite libre des remparts suivi d'un goûter médiéval flouane. ☎ 05 65 59 12 22 Conservatoire Lorzac Templier Hospitalier, ☎ 05 65 75 54 61 Comité départemental.
- Dimanche 13 : Lincou** (commune de Réquista), « **La Lincouaise** », 18 km / 5 h / départ 9 h depuis le foyer d'animation. Repas tiré du sac ou gastronomique (10 €), participation 3 €, ☎ 05 65 46 10 72 /\* / Foyer d'animation de Lincou.
- Lundi 21 : Saint Izaire, « Les randonnées gastronomiques du lundi de Pâques »**, 6 - 12 ou 22 km / 2 - 4 ou 8 h / départ 9 h depuis la salle des fêtes, (participation pour les buffets 5 € / 6 km ou 9 € / 12 ou 22 km), ☎ 05 65 99 43 35 /\*\* / Chemin Faisant.
- Dimanche 27 : Campeyrroux** (commune de Lioujias la Loubière), « **Visite Patrimoine** », 12 km / 3 h / départ 14 h depuis l'abri bus de Campeyrroux. Participation 3 € : visite commentée de Cayssac et goûter, ☎ 05 65 67 08 99 /\* / Les Electrons Libres.
- Dimanche 27 : Saint Affrique « La Saint Affricaine »**, 16 km / 5 h / départ 9 h depuis la salle des fêtes. Départ en bus pour se rendre sur le lieu de la randonnée. Participation 5 € pour les ravitaillements, (randonnée dans le cadre de la course « La St Affricaine ») ☎ 05 65 59 18 71 /\*\* / Les Cardabelles.
- Dimanche 27 : Galgan, « Entre Galgan et Peyrusse le Roc »**, 14 km / 6 h / départ 9 h depuis la salle des fêtes, repas tiré du sac, visite commentée du site médiéval de Peyrusse le Roc, ☎ 05 65 63 77 94 /\*\* / OT Plateau de Montbazens.
- Dimanche 4 : Livinhac le Haut, « De la plaine aux coteaux »**, 10 ou 12 km / 3 h 30 / départ 13 h 30 depuis la place du 14 juin, découverte du village, ☎ 05 65 63 34 45 /\* / Les Randonneurs de la Vallée.
- Dimanche 4 : Coussergues, « De village en château »**, 18,5 km / 6 h / départ 9 h depuis la salle des fêtes, repas tiré du sac, ☎ 05 65 70 71 30 /\* / OT Laissagais.
- Dimanche 4 : Entraygues, « A la découverte de chèvres et brebis de races particulières dans la vallée du Lot »**, 9 km / 3 h / départ 9 h place de la République, possibilité repas aligot / saucisses grillées au retour sur réservation, ☎ 06 88 14 41 42 / Rando entre Lot et Truyère.
- Jedi 8 : Cabanès, « Randonnées des Cent Vallées »**, matin : 10 ou 15 km / départ de 8 h 45 à 9 h 30, repas tiré du sac, après-midi : 9 km départ à partir de 12 h 30. Départs depuis la salle des fêtes, petit déjeuner et apéritif offerts, ☎ 05 65 67 40 47 /\*\* / Les Randonneurs du Naveolais.
- Dimanche 11 : Nausac, « La Cheminote »**, 18,5 km / 5 h / départ 9 h depuis la salle des fêtes, repas tiré du sac, ☎ 05 65 63 82 01 /\*\* / CCAC Capdenac.
- Dimanche 11 : Saint Sernin sur Rance, « La Ronde du Rance »**, matin : 11 ou 15 km / 3 ou 4 h / départ entre 8 h et 10 h depuis la salle des fêtes. Repas tiré du sac ou assiette de Pays. Participation : 5 € (inscription journée et haltes gourmandes). Après-midi 8 km / 2 h 30 / départ entre 14 h ou 14 h 30 depuis la salle des fêtes, participation 2 €, ☎ 05 65 99 79 20 /\*\* / Rando Rance et Vallons.

## MAI

- Dimanche 4 : Belmont sur Rance, « Le sentier du souvenir »**, 19 km / 6 h / départ 9 h place de la Mairie, (hommage au maquis du Bouscalous), repas tiré du sac, ☎ 05 65 99 94 74 /\*\* / Cap Al Mount.

**Dimanche 11 mai : Cannac** (commune de Durenque), « **Le Moulin de Vigné** », 20 km / 5 h départ 10 h depuis le bourg, repas tiré du sac ou sur place 8.50 € / adultes et 4 € / enfants (Inscriptions souhaitées avant le 9/05), ☎ 05 65 46 55 93 / \*\* / SI Durenque.

### **RANDO OCCITANE, 2 JOURS DE RANDONNÉE AUTOUR DE CASSAGNES BÉGONNES**

#### **Samedi 17 mai**

9 h : Accueil et inscription, Halle de Cassagnes, départ en covoiturage vers Salmiech, rando 11 km  
12 h 30 : Repas tiré du sac sous la halle  
13 h 45 : Accueil et inscription, Halle de Cassagnes, départ en covoiturage vers Taurines, rando 6 km suivi de la visite du château.  
17 h : Visite du musée du Charroi à Salmiech.  
Pot offert par la municipalité  
19 h : Soirée repas et animations musicales halle de Cassagnes. Repas 17 € (réservation obligatoire auprès de Sauvegarde du patrimoine avant le 12 mai ☎ 05 65 46 77 04 courriel : lafregiere@wanadoo.fr)

#### **Dimanche 18 mai**

A partir de 8 h : accueil et inscriptions  
8 h à 9 h : départ circuit de 16.5 km  
9 h à 10 h : départ circuit de 12 km  
12 / 13 h 30 : repas tiré du sac sous la halle de Cassagnes  
13 h 30 : Départ circuit commun et familial de 7.5 km  
16 h : remise des récompenses et pot de l'amitié.  
PARTICIPATION : 4 € pour les deux jours ou 3 € pour une journée, ☎ 05 65 75 54 61  
Sauvegarde du patrimoine Cassagnols, Rand'oxygène et Comité Départemental

**Dimanche 18 mai, Nant, « A la découverte de Cantobre »**, 20 km / 7 h / départ 9 h depuis l'OT, repas tiré du sac, ☎ 05 65 62 24 21 / \*\* / OT Nant.

**Dimanche 18 mai : Balsac, « En passant par Panat... »**, 12 km / 3 h / départ 8 h 30 depuis la salle des fêtes. Restauration possible à l'arrivée et diverses animations, ☎ 06 65 18 21 42 / \*\* / Association des Parents d'élèves de Balsac et Rando Vallon.

**Samedi 24 : Bozouls, « A la découverte du canyon de Bozouls et de Terra Mémoria »**, 6 km / 3 h / départ 14 h depuis l'OT, (rando + visite de Terra Mémoria : 5 €), nombreuses pauses pour la découverte de la flore et de la formation du site, ☎ 05 65 44 95 36 / \* / Rando Entre Causses et Dourdou.

**Samedi 24 mai : St Geniez d'Olt, « Marche de l'Estive »**, à la journée : 17 km / 5 h / départ 9 h 30, repas tiré du sac ou dans un buron sur réservation. L'après-midi 6 km / 2 h / départ 13 h 30. Départs : place du Général de Gaulle, inscriptions obligatoires : 14 € pour les adultes et 7 € pour les enfants (retour en bus, ravitaillement...), ☎ 05 65 70 43 42 / \*\* / Mairie et OT de St Geniez, les éleveurs de la race Aubrac et Rand'Olt.

**Dimanche 25 : Saint Felix de Sorgues « 6<sup>ème</sup> Rando Gourmande de la Sorgue »**, 8 - 16 ou 22 km / de 2 h 30 à 6 h / départ entre 8 h 30 et 9 h 30 depuis la salle des fêtes. Participation 12 € (inscription, halte gourmande et repas), ☎ 05 65 59 18 71 / \*\* / Les Amis de St Felix.

**Dimanche 25 : Villefranche de Panat, « Le Tour du Lac »**, 13 km / 3 h / départ 8 h 30 depuis le gymnase. Participation 8 €, buffet campagnard et tee-shirt offert, (dans le cadre de la course pédestre « Les boucles du lac »), ☎ 05 65 46 46 53 / \* / Courir en Lévézou.

## JUILLET

**Dimanche 1er : Réquista, « 12<sup>ème</sup> Ronde de la brebis »**, 12 ou 20 km / 3 ou 5 h / départ à partir de 8 h 30 depuis le marché ovin, haltes gourmandes, animations diverses, inscriptions souhaitées participation 8 €, ☎ 05 65 46 11 79 / \*\* / Club Rando du Réquistonais.

**Dimanche 1er : Peux** (commune de Peux et Couffoulex) « **Les hameaux du Merdelou** », 16 km / 5 h / départ 9 h 45 (RD 51 reliant Camares à moulin de Mage), repas tiré du sac, ☎ 05 65 99 56 97 / \*\* / Asso. Blanc Sauvegarde Réhabilitation

**Dimanche 8 : Millau, « Brevet du Randonneur Causseard »**, 15 - 23 ou 30 km / 5 à 9 h / départs entre 7 et 11 h depuis le complexe sportif de la Maladerie (bord du Tarn). Repas tiré du sac, participation 8 € (circuit 15 km), 10 € (circuits 23 et 30 km) : petit déjeuner, ravitaillements, cadeau régional..., ☎ 05 65 60 40 16 / Lo Bartas.

**Dimanche 15 : Le Pas** (commune de Druelle), « **La Maresque du Pas à St Clément** », 8 km / 2 h 30 / départ 14 h depuis la salle d'animation, diverses animations toute la journée dans le cadre de la fête du village, ☎ 05 65 69 30 56 / \*\* / ASGC Druelle et Rando Ruthènes.

**Dimanche 22 : Espeyrac, « A la découverte d'un forgeron, d'une créatrice de bijoux et d'un producteur d'huile de noix dans la vallée de la Daze »**, 9 km / 3 h / départ 14 h place de l'église, ☎ 06 88 14 41 42 Rando entre Lot et Truyère.

**Dimanche 22 : Nant, « L'aventure des Canaux entre abri, arche de pierre et grottes »**, 20 km / 6 h / départ 9 h 30 depuis l'OT (covoiturage jusqu'au départ), repas tiré du sac, prévoir une lampe de poche, ☎ 05 65 62 24 21 / \*\* / OT Nant.

**Dimanche 29 : Montrozier, « Balega sus Montrozier ! »**, matin : 10 ou 12 km / 2 h 30 ou 3 h / départ 9 h 30 depuis le Musée du Rouvergue, repas tiré du sac ou aligot / saucisse (réservation avant le 23/06) et animation musicale. Après-midi : à partir de 14 h 30 rando famille de 4 km avec chasse aux trésors et animations ☎ 05 65 71 87 66 / Ecole Calendra de Rodez et Rando entre Causse et Dourdou.

## JUILLET

**Mercredi 9 : Nant, « L'ermitage St Alban »**, 7.5 km / 3 h / départ 9 h depuis l'OT, ☎ 05 65 62 24 21 / \*\* / OT Nant.

### DU 14 JUILLET AU 15 AOUT

Nous vous invitons pour un dialogue avec la nature à travers Causses, Vallée du Lot et Gorges de la Truyère / Carladez et plateau de l'Aubrac...

Un programme sur mesure pour la famille, entre amis, s'étalant sur les grands espaces du Haut-Rouvergue avec des activités pour tous : randonnée pédestre, randonnée en famille (à partir de 3 ans), équestre, VTT, randonnée découverte à la ferme et produits du terroir, canoë, escalade, escalabre, canyoning, via ferrata, orientation, découverte de la pêche, géomorphologie, faune, flore... des soirées diaporamas, films... et diverses visites en lien avec la nature...

Programme et inscriptions dans tous les Offices du Tourisme du territoire Haut-Rouvergue/Nord Aveyron ou au ☎ 05 65 44 10 37

**Samedi 19 : Nant, « L'aventure des Canaux entre abri, arche de pierre et grottes »**, 20 km / 6 h / départ 9 h 30 depuis l'OT (covoiturage jusqu'au départ), repas tiré du sac, prévoir une lampe de poche, ☎ 05 65 62 24 21 / \*\* / OT Nant.

**Mardi 22 : Villefranche de Panat,**  
« **Randonnée des Noctambules** », 12 km / 3 h / départ 17 h depuis la place des fontaines. Inscription 7 € (avant le 20/07) : visite de la maison de la châtaigne d'Ayssenes, apéritif musical aux saveurs locales et retour en bus. Repas tiré du sac, ☎ 05 65 46 52 04 / \* / Courir en Lévezou.

**Samedi 26 : Lescure Jaoul,**  
« **10<sup>ème</sup> Marche Gourmande** », 12 km / 3 h / départ de 18 h à 20 h place du village, inscriptions obligatoires (repas), 15 € / adultes et 6 € / enfants, prévoir une lampe de poche, ☎ 05 65 65 79 16 / \*\* / Comité d'animation.

**Mardi 29 : Salles Curan,**  
« **Entre ciel et lac** », 14 km / 3 h / départ 17 h depuis l'OT, inscription 7 € (avant le 27/07) : coucher de soleil sur le lac de Pareloup, apéritif musical aux saveurs locales. Repas tiré du sac, ☎ 05 65 46 52 04 / \* / Courir en Lévezou.

## AOÛT

**Mardi 5 : Villefranche de Panat,**  
« **Balade au crépuscule** », 15 km / 4 h départ 17 h depuis la place des fontaines. Inscription : 13 € avant le 3/08 (apéritif musical et repas compris), visite possible de la tour de Peyrebrune, ☎ 05 65 46 52 04 / \*\* / Courir en Lévezou.

**Mercredi 6 : Nant, «A la recherche du Tombeau du Géant** », 18 km / 6 h / départ 9 h 30 depuis l'OT, repas tiré du sac, ☎ 05 65 62 24 21 / \*\* / OT Nant.

**Vendredi 15 : Villefranche de Panat,**  
« **Le sentier botanique des Arasses** », 11 km / 3 h / départ 9 h 30 depuis le gymnase. Participation 8 €, buffet et un tee shirt offert (dans le cadre de la course pédestre « Ikalana - trail Lévezou »), ☎ 05 65 46 52 04 / \* / Courir en Lévezou.

**Dimanche 17 : Rodez, « Rando Mémoire** », 8 km / 3 h / départ 13 h 45 depuis l'Université Champollion, (avenue de l'Europe), 70<sup>ème</sup> anniversaire du massacre du 17 août 1944 à Ste Radegonde, cérémonie commémorative, ☎ 05 65 68 41 96 / \* / O.N.A.C et Comité Départemental.

**Mardi 19 : Lestrade et Thouels,**  
« **Camins e Castèl** », 15 km / 4 h / départ 16 h depuis la salle polyvalente. Inscription 7 € (avant le 17/08), visite du château, apéritif musical aux saveurs locales. Repas tiré du sac, ☎ 05 65 46 52 04 / \*\* / Courir en Lévezou.

**Mercredi 20 : Nant, « L'Aventure des Canaux entre abri, arche de pierre et grottes** », 20 km / 6 h / départ 9 h 30 depuis l'OT (covoiturage jusqu'au départ), repas tiré du sac, prévoir une lampe de poche, ☎ 05 65 62 24 21 / \*\* / OT Nant.

**Dimanche 24 : Gradels** (commune de Valady), « **Rando de la fête de Gradels** », 10 km / 3 h / départ 8 h 30 place du village, possibilité de déjeuner (chèvre/hippos) avant la rando, ☎ 06 87 23 94 32 / \* / Rando Vallon.

**Dimanche 31 : Colombiès « La ronde de l'éperon** », 13 km / 2 h 30 / départ 9 h depuis le hall sportif, participation 8 € (petit-déjeuner + ravitaillements) ou 20 € (petit-déjeuner + ravitaillements + repas), ☎ 05 65 69 97 63 / \*\* / L'Eperon de Colombiès.

**Dimanche 31 : Najac « 3<sup>ème</sup> boucle Najacoise** », 17 km / 4 h 30 / départ 9 h 30 depuis La Poste. Repas tiré du sac, goûter offert, ☎ 05 65 65 71 64 / \*\* / AAGAC de Najac.

## SEPTEMBRE

**Samedi 6 : Marcillac Vallon, « Au cœur du Vallon** », 20 km / 5 h 30 / départ 10 h depuis la salle des fêtes. Repas tiré du sac. Manifestation dans le cadre de la Corrida athlétique Vallon, ☎ 06 37 51 85 22 / \*\* / Rando Vallon et Athé-Vallon

**Dimanche 14 : Nant, « Sur les traces de l'ancienne voie ferrée** », 21 km / 7 h départ 9 h 30 depuis l'OT, repas tiré du sac, prévoir une lampe de poche, ☎ 05 65 62 24 21 / \*\* / OT Nant.

**Dimanche 21 : Marcillac Vallon « Rando Solidaire** », 6 ou 12 km / départ 14 h (12 km) et 15 h (6 km) depuis la salle des fêtes. Goûter gourmand et animation musicale au retour. Participation 7 € au profit de l'association « Santé Solidarité Aveyron » (aide à l'amélioration de la santé de population africaines en grande précarité), ☎ 05 65 68 82 17 / \*\* / ASSA et Rando Vallon.

**DIMANCHE 28 : CAPDENAC, « RANDO CHALLENGE »**

randonner autrement, catégorie Découverte (randonnée balisée), catégorie Expert (marche à la carte, pas de balisage) et catégorie Super (avec utilisation de la boussole). Renseignements et inscriptions auprès du Comité Départemental ☎ 05 65 75 54 61 / CCAC Capdenac et Comité Départemental.

**Dimanche 5 : Quins, « La boucle Quinoise** », 22 km / 6 h / départ entre 8 h et 9 h 30 depuis la salle des fêtes, repas tiré du sac, ☎ 05 65 69 03 04 / \*\* / Les Brodequins.

**Dimanche 5 : Sainte Radegonde, « Rando Santé Mutualité** », inscriptions obligatoires, ☎ 05 34 44 33 10. Mutualité Française Midi-Pyrénées. FF Randonnée Aveyron.

**Dimanche 12 : Sévérac le Château, « Les sources de l'Aveyron** », 10 km / 3 h / départ 14 h depuis le camping. ☎ 05 65 74 42 47 / \* / Los Passéjaires del Severagues.

**Dimanche 12 : Sainte Geneviève sur Argence, « 11<sup>ème</sup> édition de La Davalada** », 21 km / 6 h / départs entre 7 h 30 et 10 h 30, inscriptions obligatoires 25 € / adultes et 15 € / enfants (12 à 16 ans). Haltes gourmandes dans les burons, repas traditionnel, marché de pays et animations..., ☎ 05 65 66 19 75 / \*\* / OT Ste Geneviève sur Argence.

**Dimanche 19 : Taussac, « Rando Rose** », 5 ou 10 km / 1 h 30 ou 3 h / départ 13 h 30 depuis la salle des fêtes. Participation 5 € au profit du dépistage du cancer du sein, ☎ 06 07 72 95 03 / \*\* / CNAIB 12, Les Marcheurs du Carladéz et Rando Ruthènes.

**Samedi 25 : Montbazens, « Les plaisirs de l'automne** », 12 km / 3 h / départ 14 h depuis la salle des fêtes. Grillée de châtaignes et cidre au retour, possibilité de visiter le musée Cavaignac/Gladin et une exposition dans l'église, ☎ 05 65 63 77 94 / \*\* / OT Plateau de Montbazens.

**Samedi 25 : Sauveterre de Rouergue, « Travers Ségali** », 10 km / 3 h / départ 14 h depuis l'OT, grillée de châtaignes et cidre doux au retour, ☎ 05 65 72 02 52 / \*\* / OT Sauveterre de Rouergue.

**Dimanche 26 : Clairvaux, « Rando des châtaignes** », itinéraires au choix à la journée ou à la demi-journée, départs de 8 h 30 et 14 h depuis la salle des fêtes, repas tiré du sac, dégustation châtaignes et jus de raisins, ☎ 05 65 72 72 26 / \* / Les amis de Clairvaux, Rando Vallon.

## NOVEMBRE

**Dimanche 23 : Sainte Radegonde, « Rando Téléthon** », 7 km / 2 h 30 départ 13 h 30 Salle d'Animation, participation au profit du Téléthon, possibilité de visiter l'église et de monter au clocher. ☎ 05 65 42 47 76 / \* / ACS Ste Radegonde.

# 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 MMA.

### 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 se présenter ¼ d'heure avant et sous couvert de modifications de la part des organisateurs.

### 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 euro)

## 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 !

65 CLUBS VOUS ACCUEILLEN EN AVEYRON.

## POUR EN SAVOIR PLUS :

COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE DE L'AVEYRON

Maison du Tourisme - 17 rue Aristide Briand - 12000 RODEZ

☎ 05 65 75 54 61 - Email : cdrp12@wanadoo.fr

Site départemental : <http://aveyron.ffrandonnee.fr>

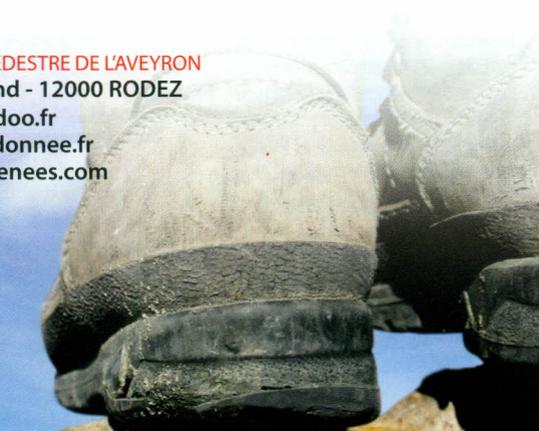
Site régional : [www.randonnees-midi-pyrenees.com](http://www.randonnees-midi-pyrenees.com)

Site national : [www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)

Flash Code



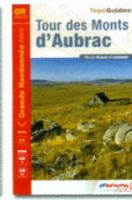
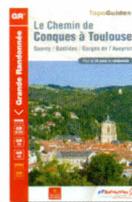
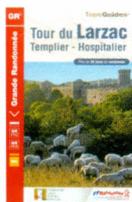
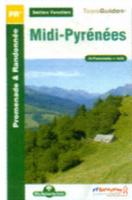
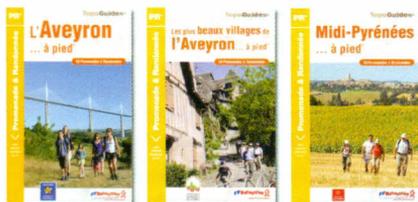
Taguez ce code pour tout connaître sur la randonnée en Aveyron.



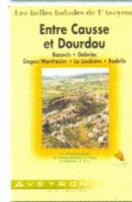
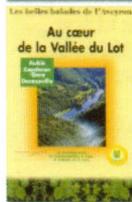
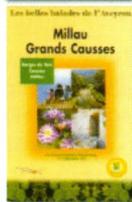
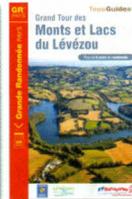
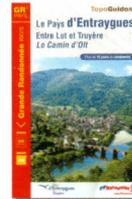
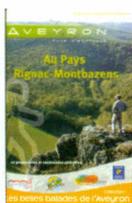
# PAS DE RANDO SANS TOPO !

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 »



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