

**PROGRAMME ANNUEL 2023**  
**MONTAGNE**

DATES	SORTIES	POINT DE DEPART	DENIV.	NIVEAU (*)	CONTACTS
08-janv	Cabane du Taulat (1650 m) - Raquettes	Montségur	623 m	BM	Francis ELIAS
15-janv	Alti surface d'Aleu Joubac (1070 m) - Raquettes	Castet d'Aleu	830 m	BM	Nicole LESTRADE
21/22-janv	Réveillon à Cominac	***	***	***	Roselyne ELIAS
29-janv	Pic du Garbier du Brésoul (2047 m) - Raquettes	Lercoul	800 m	BM	Jacques SURRE
05-févr	Pla de Montcamp (1905 m) - Raquettes	Gesties	960 m	BM	Loulou PLENCE
12-févr	Tuc de Courtade (1198 m)	Castillon	683 m	BM	Nicole LESTRADE
18/19 févr	WE à Suc chez Jacques et Nadine	***	***	***	Jacques/ Nadine SURRE
26-févr	Cap de Bouireix (1875 m) par col de Portech	Moulis	1020 m	TBM	Nicole LESTRADE
05-mars	Col de Joux (1762 m)	Petches	840 m	BM	Guy ROUCH
9 au 12 mars	Stage de neige (raquettes, ski) lieu à déterminer	***	***	***	Roselyne ELIAS
19-mars	Pic de Peyre Mensongère (1711 m) en boucle	Couflens	1143 m	TBM	Nicole LESTRADE
26-mars	Montagne de La Frau (1920 m)	Montségur	800 m	BM	Guy ROUCH
02-avr	Pic de Canals (2140 m)	Mérens-les-Vals	1000 m	BM	Gisèle ARSEGUEL
09-avr	Sarrat de Cazalins (2121 m)	Ascou Pailhères	800 m	BM	Gisèle ARSEGUEL
10-avr	Omelette Pascale	***	***	***	Roselyne ELIAS
16-avr	Pic de Pioulou (2166 m)	La Freyte	1200 m	TBM	Lydie CARRERA
23-avr	Sommet du Picou (1751 m) en station de Guzet	Aulus	951 m	BM	Nicole LESTRADE
28 avr au 1 mai	Séjour dans les Cévennes - Hébergement en gîte	***	***	***	Loulou PLENCE
6/7 ou 7/8 mai	Pic du Gar (1785 m)	Bézins-Garraux	1070 m	BM	Christine HUGUET
14-mai	Etang d'Ayguelongue (1414 m)	Orgeix	660 m	BM	Francis ELIAS
21-mai	Cap de Gauch (2148 m)	Osque de Couret	1072 m	TBM	Nicole LESTRADE
24 au 31 mai	Séjour à Majorque	***	***	***	André POUSSE
04-juin	Pic de Pradel (2373 m)	Laparan	900 m	BM	Francis ELIAS
11-juin	Tute de l'Ours (2255 m)	Bonascre	961 m	BM	Gisèle ARSEGUEL
18-juin	Col de Craberous (2382 m) par l'avion	Col de la Core	1000 m	TBM	Guy ROUCH/ Phil SERVAT

25-juin	Pic du Madres (2469 m)		Col de Jau	1067 m	BM	Gisèle ARSEGUÉL
02-juil	Pic de Ransol (2731 m)		Pla de las Peiros	1035 m	TBM	Gilb RUFFAT/Guy ROUCH
09-juil	Pic de l'Etang Fourcat (2820 m) par Caraussans		Orris du Carla	1200 m	TBM	Jacques SURRE
14 au 16 juillet	Pic du Certescan (2840 m) - Refuge du Certescan (2235 m) 1 : 1100 m / Jour 2 : 600 m	Jour	Tavascan	***	TBM	Philippe SERVAT
23-juil	Etang Blaou (2330 m)		Le Bouychet	1380 m	TBM	Jacques SURRE
30-juil	Pic de la Montagnette (2558 m)		Hospice de France	1300 m	TBM	Christine HUGUET
06-août	Pic de Pomebrunet (2569 m)		La Core	1175 m	TBM	Philippe SERVAT
12 au 14 août	Pic de Pedraforca (2506 m) Pic de la Canal del Cristall (2579 m) Hébergement en gîte ou camping		Mirador de Gresolet Col de Pallars	1000 m 1100 m	TBM	Christian CHAPEAU
19/20 août	Pic de Hourgade (2964 m)		Peyragudes	1500 m	TBM	Christine HUGUET
26 août 2 sept	Semaine dans les Alpes		Barcelonnette	***	TBMA	Christian CHAPEAU
10-sept	Pic de Rulhe (2783 m) en boucle		Pla de las Peyros	1087 m	TBM	Guy ROUCH
16 au 23 sept	Corse (partie du GR 20) ou Ainsa (Espagne) - A déterminer		***	***	***	Nicole LESTRADE ou André POUSSE
30-sept	Sortie Vélo		Voie verte	***	***	Martine PLENCE
7/8 oct	Pic du Port (2903 m)		El Serrat	1000 m	BM	Francis ELIAS
14/15 oct	Pic des Bésineilles (2632 m) en circuit par la Portaille du Lanoux		L'Hospitalet	1300 m	TBM	Gisèle ARSEGUÉL
22-oct	Pic de l'Escalot/Cap de la Dosse/Pic de la Journalade (1945 m)		Parking de la Jaude	800 m	BM	Nicole LESTRADE
29-oct	Pic du Soularac (2358 m)		Etang du Diable	1350 m	TBM	Gisèle ARSEGUÉL
05-nov	Tuc des Ours (1900 m)		La Ruère	1000 m	BM	Nicole LESTRADE
12-nov	Col d'Appy (2027 m)		Appy	1080 m	BM	Loulou PLENCE
19-nov	Tunnel de Decauville (1200 m)		Parking La Pucelle	580 m	BM	Nicole LESTRADE
26-nov	de Roquefixade à la cascade de Roquefort les Cascades		Roquefixade	***	BM	Gisèle ARSEGUÉL
03-déc	Col Dret (1454 m)		Aulus	983 m	BM	Nicole LESTRADE
10-déc	Rocher de Batail (1716 m) depuis Cabus		Cabus	700 m	BM	Francis ELIAS
17-déc	Pic de l'Areille (1301 m)		Le Port	840 m	BM	Nicole LESTRADE

(\*) BM Bon marcheur

(\*) TBM Très bon marcheur

(\*) TBMA Très bon marcheur averti