

# ASPTT MARMANDE

CLUB OMNISPORTS  
cultivons vos envies

## Section Randonnée Pédestre

Randonnées du mois de mars 2025 , avril 2025 , mai 2025 , juin 2025



<http://marmande.asptt.com/activity/randonnee-pedestre/>

**Responsable de Section**  
**Mr Jean François BACOGNE : 06 81 62 80 71**  
**j-fb24@wanadoo.fr**

Autres responsables de section :  
Patrick Cheyron 06 81 50 24 70 et Eric Daunis 06 84 81 03 02

# Informations utiles

## Points de rendez vous des randonnées :

**Randos des Lundi, Jeudi, Dimanche** : Parking ASPTT à Carpète.

**Rando Douce**: Parking ASPTT ou Lac de Beaupuy selon la destination.

**Marche Nordique** : Parking ASPTT ou Lac de Beaupuy selon la destination.

**Covoiturage**: Participation aux frais : 0,50€ tous les 10 km.

Nous vous rappelons que les personnes qui ne vont pas aux points de rendez vous indiqués doivent se renseigner auprès des responsables pour connaître le point de départ de la rando.  
D'autre part il n'y a aucune obligation pour les responsables de la rando d'apporter des gâteaux ou autres.

**Marche Nordique** : initiation tous les jours du lundi au vendredi.

**Prendre rendez vous avec :**

Jean Paul Clauzet 06 23 55 09 41 ou

Annick Betbéder 06 77 00 61 94

**Date du prochain calendrier : 2 mai 2025 à 18h30**

## Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 1 Mars 2025	13h30	8	1,5	Lamothe Landerron (33) Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Dimanche 2 Mars 2025	8h30	14,5	5,00 €	Bournel Pique-Nique tiré du sac	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Poignant Jean Michel 06 65 72 43 48
Lundi 3 Mars 2025	13h30	8	1,5	Le Mas D'Agenais (forêt)	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37 Buty Danielle 06 99 15 73 11
Mardi 4 Mars 2025	13h30	8	1	St Pardoux Du Breuil Marche Nordique Départ ASPTT	Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Mercredi 5 Mars 2025	13h45	5	1,5	Jusix Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 6 Mars 2025	13h30	11	2	Cocumont	Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97 Vialaret Christine 07 81 90 58 00
Dimanche 9 Mars 2025	8h30	20	5	Montaut Pique-Nique tiré du sac	Besnard Gilles 07 88 69 06 53 Radet Odile 06 83 59 59 04
Lundi 10 Mars 2025	13h30	8	1	Gaujac	Mansicot Line 06 74 75 18 07 Charlou Nicole 06 37 72 04 73
Mardi 11 Mars 2025	13h30	8	1	La Filhole Marche Nordique Départ ASPTT remise à niveau	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Mercredi 12 Mars 2025	13h45	5	1	Marcellus Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Buty Danielle 06 99 15 73 11
Jeudi 13 Mars 2025	13h30	13	3	Anzex	Cadis Alain 06 73 48 88 09 Zardo Martine 06 19 24 81 63
Samedi 15 et Dimanche 16 mars				Sortie Bordeaux (33) Renseignements ultérieurs	Dupouy Francine 06 77 20 92 94

## Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 15 Mars 2025	13h30	8	1	Fourques Sur Garonne Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy remise à niveau	Clauzet Jean-Paul 06 23 55 09 41
Lundi 17 Mars 2025	13h30	8,5	2	Miramont De Guyenne Saut du loup	Roche Maryvonne 06 62 91 15 52 Dupuy Marie-Josée 06 38 11 09 21
Mardi 18 Mars 2025	13h30	8	1	Ste Bazeille Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97
Mercredi 19 Mars 2025	13h45	5	1,5	Lagruere Rando Douce Départ ASPTT	Motron Pierre 06 25 62 33 72
Jeudi 20 Mars 2025	13h30	12,5	3	Aillas (33)	Lambert Christian 06 63 67 76 63 Campan Serge 06 08 11 03 40
Samedi 22 Mars 2025	13h30	8	1	Virazeil Marche Nordique Départ ASPTT	Benetrix Jean-Claude 06 21 03 92 14
Dimanche 23 Mars 2025	12h00			St Pardoux Du Breuil 25 ans ASPTT Marmande Rando	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Bernede Purita 06 85 16 84 58
Lundi 24 Mars 2025	13h30	9	3	Aiguillon	Cadis Alain 06 73 48 88 09 Lamarque Maryse 06 23 79 52 33
Mardi 25 Mars 2025	13h30	8	3,5	Beauziac Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Mercredi 26 Mars 2025	13h45	5	1,5	Peyriere Rando Douce Départ ASPTT	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Jeudi 27 Mars 2025	13h30	13	1,5	Seyches	De Parscau Olivier 06 25 35 60 84 Zanette Léo 06 07 87 51 60
Samedi 29 Mars 2025	13h30	8	1	So Vélo Marmande Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	De Nadai Aline 06 75 02 92 27

## Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 29 et Dimanche 30 Mars				Cauterets (65) Sortie Raquettes. Renseignements ultérieurs	Claveries Sylvie 06 76 46 43 07
Lundi 31 Mars 2025	13h30	8,5	2,5	Villebramar	Zanese Alain 06 73 39 75 77 Constans Françoise 06 22 08 24 13
Mardi 1 Avril 2025	13h30	8	2	Calonges Marche Nordique Départ ASPTT	Pouvereau Francis 07 83 76 01 78
Mercredi 2 Avril 2025	13h45	5	2,5	Roumagne Rando Douce Départ ASPTT	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Jeudi 3 Avril 2025	13h30	11	6	Agen	Campan Serge 06 08 11 03 40 Campan Josiane 06 45 13 13 77
Vendredi 4 Avril 2025	10h00		1	Marmande So Vélo Sortie vélo Marmande Casteljaloux. Renseignements ultérieurs	Pouvereau Francis 07 83 76 01 78
Samedi 5 Avril 2025	13h30	8	1,5	Le Mas D'Agenais (forêt) Marche Nordique Départ ASPTT	Clauzet Jean-Paul 06 23 55 09 41
Dimanche 6 Avril 2025			4,5	Blasimon (33) RHEM Escapades Renseignements ultérieurs	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 7 Avril 2025	13h30	8,8	2,5	Bourgognague	Lamarque Maryse 06 23 79 52 33 Roche Maryvonne 06 62 91 15 52
Mardi 8 Avril 2025	13h30	8	2,5	St Hilaire De La Noaille (33) Marche Nordique Départ Lac de Beaupty	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Mercredi 9 Avril 2025	13h45	5	2	Cocumont Rando Douce Départ Lac de Beaupty	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 10 Avril 2025	13h30	11,5	2,5	St Pardoux Isaac	Poignant Jean Michel 06 65 72 43 48 Lambert Christian 06 63 67 76 63

## Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 12 Avril 2025	13h30	8	2	St Michel De Lapujade (33) Marche Nordique Départ Lac de Beaupty	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Dimanche 13 Avril 2025	8h30	12	5,5	Mouliets Et Villemartin (33) Pique-Nique tiré du sac	Teuilleras Danielle 06 80 43 25 17 Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 14 Avril 2025	13h30	10	1,5	Lagruere	De Parscau Olivier 06 25 35 60 84 Dupuy Marie-Josée 06 38 11 09 21
Mardi 15 Avril 2025	13h30	8	1	Fourques Sur Garonne Marche Nordique Départ Lac de Beaupty	Le Liboux Jocelyne 06 47 93 86 45
Mercredi 16 Avril 2025	13h45	5	3,5	Castets En Dorthe (33) Rando Douce Départ Lac de Beaupty	Motron Pierre 06 25 62 33 72
Jeudi 17 Avril 2025	13h30	13	2	Goutz Cocumont	Zanette Léo 06 07 87 51 60 Dubouilh Irène 06 09 21 51 05
Samedi 19 Avril 2025	13h30	8	1	Marcellus Marche Nordique Départ Lac de Beaupty	Claveries Sylvie 06 76 46 43 07
Mardi 22 Avril 2025	13h30	8	1,5	Le Mas D'Agenais (forêt) Marche Nordique Départ ASPTT	Pouvereau Francis 07 83 76 01 78
Mercredi 23 Avril 2025	13h45	5	1	Marmande So Vélo Rando Douce Départ Lac de Beaupty	Roques Loreline 07 69 95 65 60
Jeudi 24 Avril 2025	13h30	11	2,5	Nicole Pech de Berre	Cadis Alain 06 73 48 88 09 Zardo Martine 06 19 24 81 63
Samedi 26 Avril 2025	13h30	9	1,5	Seyches Marche Nordique Départ ASPTT	Clauzet Jean-Paul 06 23 55 09 41
Dimanche 27 Avril 2025			7	47 du 47 Renseignements ultérieurs	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71

## Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Lundi 28 Avril 2025	13h30	9	2,5	Casteljaloux	Cardoit Janine 06 80 71 53 26 Lorenzato Michele 06 83 12 88 01
Mardi 29 Avril 2025	13h30	8	1,5	Peyriere Marche Nordique Départ ASPTT	Clauzet Jean-Paul 06 23 55 09 41
Mercredi 30 Avril 2025	13h45	5	1	Gaujac Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Vendredi 2 Mai 2025	18h30			Club House Carpète Réunion Calendrier	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Samedi 3 Mai 2025	13h30	8	1,5	St Martin Petit Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Dimanche 4 Mai 2025	8h30	14,5	6	Mezin Pique-Nique tiré du sac	Radet Odile 06 83 59 59 04 De Parscau Olivier 06 25 35 60 84
Lundi 5 Mai 2025	13h30	10	1,5	Peyriere	Zardo Martine 06 19 24 81 63 Campan Josiane 06 45 13 13 77
Mardi 6 Mai 2025	13h30	8	2	Cocumont Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97
Mercredi 7 Mai 2025	13h45	5	2	Cocumont Goutz Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Jeudi 8 Mai 2025	13h30	12	3	Laparade	Cadis Alain 06 73 48 88 09 Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Samedi 10 Mai 2025	13h30	8	1	Gontaud De Nogaret Marche Nordique Départ ASPTT	Claveries Sylvie 06 76 46 43 07
Lundi 12 Mai 2025				St Saturnin les Apt (84) Séjour Luberon du 12 au17 Mai	Dupouy Francine 06 77 20 92 94 Cadis Alain 06 73 48 88 09

## Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Mardi 13 Mai 2025	13h30	8	3,5	Auros (33) Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94 Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Mercredi 14 Mai 2025	13h45	5	1	Canal Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Motron Pierre 06 25 62 33 72
Jeudi 15 Mai 2025	13h30	13	1,5	Seyches	Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97 Vialaret Christine 07 81 90 58 00
Samedi 17 Mai 2025	13h30	8	3	St Jean De Duras Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Clauzet Jean-Paul 06 23 55 09 41
Lundi 19 Mai 2025	13h30	8,5	1	Gontaud De Nogaret	De Parscau Olivier 06 25 35 60 84 Dupuy Marie-Josée 06 38 11 09 21
Mardi 20 Mai 2025	13h30	8	1	St Pardoux Du Breuil Marche Nordique Départ ASPTT	Borderie Patricia 06 30 63 79 67
Mercredi 21 Mai 2025	13h45	5	2,5	Casteljaloux Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Buty Danielle 06 99 15 73 11
Jeudi 22 Mai 2025	13h30	11	3	Lauzun	Tilhac Jean Pierre 06 30 81 58 59 Mourlan Bernard 06 73 65 42 66
Samedi 24 Mai 2025	13h30	8	1	Beaupuy Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Benetrix Jean-Claude 06 21 03 92 14
Dimanche 25 Mai 2025	8h30	21	4	Xaintrailles Pique-Nique tiré du sac	Besnard Gilles 07 88 69 06 53 Radet Odile 06 83 59 59 04
Lundi 26 Mai 2025	13h30	9	1	So Vélo Marmande	De Nadai Aline 06 75 02 92 27 Roche Maryvonne 06 62 91 15 52
Mardi 27 Mai 2025	13h30	8	1	Gaujac Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Cheyron Patrick 06 81 50 24 70



## Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Mercredi 28 Mai 2025	13h45	5	2	St Michel De Lapujade (33) Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Dimanche 1 Juin 2025	8h30	14	6	Creon (33) Sur le chemin d'Amadour Pique nique tiré du sac	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Zardo Martine 06 19 24 81 63
Lundi 2 Juin 2025	13h30	8	2,5	St Pardoux Isaac	Cassol Jean-Pierre 06 88 36 75 88 Cassol Claudine 06 88 36 75 88
Mardi 3 Juin 2025	13h30	8	3	Lac de Lescouroux Marche Nordique Départ ASPTT	Le Liboux Jocelyne 06 47 93 86 45
Mercredi 4 Juin 2025	13h45	5	1,5	Le Mas D'Agenais (forêt) Rando Douce Départ ASPTT	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Jeudi 5 Juin 2025	13h30	11	4	Port Ste Marie Saint Julien	Zanese Alain 06 73 39 75 77 Zanese Josiane 07 78 64 01 13
Samedi 7 Juin 2025	13h30	8	2,5	Casteljaloux Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Claveries Sylvie 06 76 46 43 07
Lundi 9 Juin 2025	13h30	8	1	Castelnau Sur Gupie	Fau Jean-Claude 06 72 78 39 94 Hubert François 07 87 73 34 83
Mardi 10 Juin 2025	13h30	8	1	Mauvezin Sur Gupie Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Cheyron Patrick 06 81 50 24 70
Mercredi 11 Juin 2025	13h45	5	1	Couthures Sur Garonne Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Motron Pierre 06 25 62 33 72
Jeudi 12 Juin 2025	13h30	12	1	Gontaud De Nogaret	Bonnet Bernard 06 76 52 99 87 Zanette Léo 06 07 87 51 60
Samedi 14 Juin 2025	13h30	8	3	Lac de Lescouroux Marche Nordique Départ ASPTT	Clauzet Jean-Paul 06 23 55 09 41

## Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Dimanche 15 Juin 2025	8h30	15	4,5	Lusignan Petit Pique-Nique tiré du sac	Campan Serge 06 08 11 03 40 Besnard Gilles 07 88 69 06 53
Lundi 16 Juin 2025	13h30	7	2	St Sauveur De Meilhan	Cardoit Janine 06 80 71 53 26 Lorenzato Michele 06 83 12 88 01
Mardi 17 Juin 2025	13h30	8	1	St Avit Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Borderie Patricia 06 30 63 79 67
Mercredi 18 Juin 2025	13h45	5	2,5	Monsegur (33) Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 19 Juin 2025	13h30	13	3,5	St Sardos	Tilhac Jean Pierre 06 30 81 58 59 Mourlan Bernard 06 73 65 42 66
Samedi 21 Juin 2025				Annecy (74) Séjour Marche Nordique du 21 au 28 juin Renseignements ultérieurs	Betbeder Annick 06 77 00 61 94 Pouvreau Claudine 06 18 11 09 37
Dimanche 22 Juin 2025	8h30	24	4,5	Ferrensac Pique-Nique tiré du sac	Besnard Gilles 07 88 69 06 53 Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 23 Juin 2025	13h30	9	2,5	Ruffiac	Lambert Christian 06 63 67 76 63 Campan Serge 06 08 11 03 40
Mercredi 25 Juin 2025	13h45	5	1,5	Meilhan Sur Garonne Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Buty Danielle 06 99 15 73 11
Jeudi 26 Juin 2025	8h30	12	3	Grignols (33)	Bonnet Bernard 06 76 52 99 87 Zanette Léo 06 07 87 51 60
Dimanche 29 Juin 2025	8h30	15	5	Laugnac Pique-Nique tiré du sac	Tilhac Jean Pierre 06 30 81 58 59 Mourlan Bernard 06 73 65 42 66
Lundi 30 Juin 2025	13h30	8	2,5	Romestaing	Zardo Martine 06 19 24 81 63 Betbeder Annick 06 77 00 61 94

## Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Mercredi 2 Juillet 2025	9h00	5	4	Bazas (33) Journée conviviale rando douce	Betbeder Annick 06 77 00 61 94 Pouvreau Claudine 06 18 11 09 37

## Balisage des sentiers de randonnée

