

ASPTT MARMANDE
CLUB OMNISPORTS
cultivons vos envies

Section Randonnée Pédestre

Randonnées du mois de novembre 2023 , décembre 2023 , janvier 2024 , février 2024



*Pays Basque
Juin 2023*

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 :

L'initiation est nécessaire pour pratiquer cette activité.

Prendre rendez vous avec :

Jean Paul Clauzet 06 23 55 09 41 ou

Annick Betbéder 06 77 00 61 94

Date du prochain calendrier :

Lundi 8 Janvier 2024 à 18h30

Randonnées du mois de novembre , décembre , janvier , février

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 4 Novembre 2023	13H30	7	1,5	Caumont Sur Garonne Marche Nordique Départ Lac de Beaupty	Clauzet Jean-Paul 06 23 55 09 41
Dimanche 5 Novembre 2023	8H30	15	4,5	Lusignan Petit Pique-Nique tiré du sac	Campan Serge 06 08 11 03 40 Campan Josiane 06 45 13 13 77
Lundi 6 Novembre 2023	13H30	8	3,5	Beauziac	Dupouy Francine 06 77 20 92 94 Claveries Sylvie 06 76 46 43 07
Mardi 7 Novembre 2023	13H30	8		La Filhole Marche Nordique Départ La Filhole	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Mercredi 8 Novembre 2023	13H45	5	1,5	Jusix Rando Douce Départ Lac de Beaupty	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 9 Novembre 2023	13H30	12	1,5	Tonneins	Baugy Brigitte 06 88 42 35 72 Campan Serge 06 08 11 03 40
Dimanche 12 Novembre 2023	9H	11	7	Monpazier (24) Pique-Nique tiré du sac	Bernou-Mazars Annie 06 72 42 68 77 Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 13 Novembre 2023	13H30	8,8	1	Gaujac	Roche Maryvonne 06 62 91 15 52 De Nadai Aline 06 75 02 92 27
Mardi 14 Novembre 2023	13H30	8	1	Fourques Sur Garonne Marche Nordique Départ Lac de Beaupty	Le Liboux Jocelyne 06 47 93 86 45
Mercredi 15 Novembre 2023	13H45	5	1,5	Meilhan Sur Garonne Canal Rando Douce Départ Lac de Beaupty	Motron Pierre 06 25 62 33 72
Jeudi 16 Novembre 2023	13H30	12	1,5	Lagruere	Daunis Eric 06 84 81 03 02 Moret Marie 06 71 86 81 35
Samedi 18 Novembre 2023	13H30	8	1,5	Lamothe Landerron (33) Marche Nordique Départ Lac de Beaupty	Betbeder Annick 06 77 00 61 94

Randonnées du mois de novembre , décembre , janvier , février

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Dimanche 19 Novembre 2023	9H	13	5,5	St Aubin De Branne (33) Pique-Nique tiré du sac	Teuilleras Danielle 06 81 84 86 55
Lundi 20 Novembre 2023	13H30	9	1	St Avit	Dupouy Francine 06 77 20 92 94 Lamarque Maryse 06 23 79 52 33
Mardi 21 Novembre 2023	13H30	8		Virazeil Marche Nordique Départ Mairie de Virazeil	Laliman Evelyne 06 71 50 03 33
Mercredi 22 Novembre 2023	13H45	5	1	Fourques Sur Garonne Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Roques Loreline 07 69 95 65 60
Jeudi 23 Novembre 2023	13H30	12	2,5	St Pardoux Isaac	Laliman Evelyne 06 71 50 03 33 Laliman Guy 06 87 61 36 19
Vendredi 24 Novembre 2023				AG ASPTT Rando Renseignements ultérieurs	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Samedi 25 Novembre 2023	13H30	8	1,5	Peyriere Marche Nordique Départ ASPTT	Benetrix Jean-Claude 06 21 03 92 14
Dimanche 26 Novembre 2023	9H	9		Marmande Rando le matin. Jeux de société l'après midi	Betbeder Annick 06 77 00 61 94 Buty Francis 06 51 59 25 61
Lundi 27 Novembre 2023	13H30	8	2	Saut du loup Miramont	Cassol Jean-Pierre 06 88 36 75 88 Cassol Claudine 06 88 36 75 88
Mardi 28 Novembre 2023	13H30	8	1	Mauvezin Sur Gupie Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Mercredi 29 Novembre 2023	13H45	5	2	Cocumont Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 30 Novembre 2023	13H30	11,5	1	Mauvezin Sur Gupie	Mourlan Bernard 06 73 65 42 66 Mourlan Marie Christine 06 89 85 44 88

Randonnées du mois de novembre , décembre , janvier , février

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 2 Décembre 2023	13H30	8	1,5	Le Mas D'Agenais Marche Nordique Départ ASPTT	Clauzet Jean-Paul 06 23 55 09 41
Lundi 4 Décembre 2023	13H30	9	2	Grezet Cavagnan	Zanese Alain 06 73 39 75 77 Lorenzato Michele 06 83 12 88 01
Mardi 5 Décembre 2023	13H30	8	1	Gaujac Marche Nordique Départ Lac de Beaupty	Pouvereau Francis 07 83 76 01 78
Mercredi 6 Décembre 2023	13H45	5	2,5	Casteljaloux Rando Douce Départ Lac de Beaupty	Buty Danielle 06 99 15 73 11
Jeudi 7 Décembre 2023	13H30	12	1,5	Le Mas D'Agenais (Forêt)	Buty Francis 06 51 59 25 61 Buty Danielle 06 99 15 73 11
Vendredi 8 Décembre 2023				Fourques Sur Garonne Téléthon 8,9,10/12. Renseignements ultérieurs	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Samedi 9 Décembre 2023	13H30	7,6	1	Beaupty Marche Nordique Départ Lac de Beaupty	De Nadai Aline 06 75 02 92 27
Dimanche 10 Décembre 2023				Fourques Sur Garonne Téléthon 8,9,10/12. Renseignements ultérieurs	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 11 Décembre 2023	13H30	9	2	Cocumont	Labardin Isabelle 06 73 39 11 98 Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Mardi 12 Décembre 2023	13H30	8	3	Lac de Lescouroux Marche Nordique Départ ASPTT	Le Liboux Jocelyne 06 47 93 86 45
Mercredi 13 Décembre 2023	13H45	5	1	Ste Bazeille Rando Douce Départ Lac de Beaupty	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 14 Décembre 2023	13H30	12	2	Cocumont	Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97 Vialaret Christine 07 81 90 58 00

Randonnées du mois de novembre , décembre , janvier , février

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 16 Décembre 2023	13H30	8	1	Gontaud De Nogaret Marche Nordique Départ ASPTT	Claveries Sylvie 06 76 46 43 07
Dimanche 17 Décembre 2023	9H	12	2	Levignac De Guyenne Pique-Nique tiré du sac	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Biraud Aurélien 06 22 51 66 37
Lundi 18 Décembre 2023	13H30	8,5	2,5	Casteljaloux	Roche Maryvonne 06 62 91 15 52 Lamarque Maryse 06 23 79 52 33
Mardi 19 Décembre 2023	13H30	8	2	Cocumont Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97
Mercredi 20 Décembre 2023	13H45	5	2,5	La Reole (33) Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 21 Décembre 2023	13H30	12	1,5	St Martin Petit	Daunis Eric 06 84 81 03 02 Moret Marie 06 71 86 81 35
Samedi 6 Janvier 2024	13H30	8	3	Lac de Lescouroux Marche Nordique Départ ASPTT	Clauzet Jean-Paul 06 23 55 09 41
Dimanche 7 Janvier 2024	14H	8		Marmande /Garrigues Partage de la galette	Bernede Purita 06 85 16 84 58
Lundi 8 Janvier 2024	13H30	10,5	2	Allemans Du Dropt	Mourlan Bernard 06 73 65 42 66 Mourlan Marie Christine 06 89 85 44 88
Mardi 9 Janvier 2024	13H30	8	1	St Pardoux Du Breuil Marche Nordique Départ ASPTT	Borderie Patricia 06 30 63 79 67
Mercredi 10 Janvier 2024	13H45	5		La Filhole Rando douce Départ La Filhole	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 11 Janvier 2024	13H30	12,5	1,5	St Barthelemy D'Agenais	Zanese Alain 06 73 39 75 77 Tilhac Claudine 06 76 78 09 08

Randonnées du mois de novembre , décembre , janvier , février

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 13 Janvier 2024	13H30	8	1	Beaupuy Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Benetrix Jean-Claude 06 21 03 92 14
Dimanche 14 Janvier 2024			1	Fourques Sur Garonne Galette avec le club des Remparts. Renseignements ultérieurs	Bernede Purita 06 85 16 84 58 Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 15 Janvier 2024	13H30	8	2,5	Monheurt	Roche Maryvonne 06 62 91 15 52 Lamarque Maryse 06 23 79 52 33
Mardi 16 Janvier 2024	13H30	8	1,5	Lagruere Marche Nordique Départ ASPTT	Pouvereau Francis 07 83 76 01 78
Mercredi 17 Janvier 2024	13H45	5		Virazeil Rando Douce Départ Mairie de Virazeil	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Jeudi 18 Janvier 2024	13H30	12	2	Calonges	Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97 Vialaret Christine 07 81 90 58 00
Samedi 20 Janvier 2024	13H30	8	1	Gaujac Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Morlot Marylin 06 33 86 09 74
Dimanche 21 Janvier 2024	9H	14	5	Laugnac Pique-Nique tiré du sac	Tilhac Claudine 06 76 78 09 08 Mourlan Bernard 06 73 65 42 66
Lundi 22 Janvier 2024	13H30	9	2,5	Villefranche Du Queyran	Cadis Alain 06 73 48 88 09 Lamarque Maryse 06 23 79 52 33
Mardi 23 Janvier 2024	13H30	8	1	Gaujac Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97
Mercredi 24 Janvier 2024	13H45	5	1	Beaupuy Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 25 Janvier 2024	13H30	11	2	Ste Gemme Martailac	Buty Francis 06 51 59 25 61 Buty Danielle 06 99 15 73 11

Randonnées du mois de novembre , décembre , janvier , février

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 27 Janvier 2024	13H30	8	1	Ste Bazeille Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Dimanche 28 Janvier 2024	9H	9		Marmande Rando le matin. Jeux de société l'après midi	Betbeder Annick 06 77 00 61 94 Buty Francis 06 51 59 25 61
Lundi 29 Janvier 2024	13H30	7,5	2,5	Tombeboeuf	Bonnet Bernard 06 76 52 99 87 Mourlan Bernard 06 73 65 42 66
Mardi 30 Janvier 2024	13H30	8	2,5	Casteljaloux Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Mercredi 31 Janvier 2024	13H45	5	1,5	Lamothe Landerron (33) Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 1 Février 2024	13H30	11	2	Pech de Berre	Baugy Brigitte 06 88 42 35 72 Cadis Alain 06 73 48 88 09
Samedi 3 Février 2024	13H30	8	1	Marcellus Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Clauzet Jean-Paul 06 23 55 09 41
Dimanche 4 Février 2024	9H	11	3	Montignac De Lauzun Pique-Nique tiré du sac	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Poignant Jean Michel 06 65 72 43 48
Lundi 5 Février 2024	13H30	7	3	Damazan	Campan Serge 06 08 11 03 40 Campan Josiane 06 45 13 13 77
Mardi 6 Février 2024	13H30	8	1	St Pardoux Du Breuil Marche Nordique Départ ASPTT	Laliman Evelyne 06 71 50 03 33
Mercredi 7 Février 2024	13H45	5	1	Marcellus Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Buty Danielle 06 99 15 73 11
Jeudi 8 Février 2024	13H30	11	2	Tourtres	Laliman Evelyne 06 71 50 03 33 Laliman Guy 06 87 61 36 19

Randonnées du mois de novembre , décembre , janvier , février

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 10 Février 2024	13H30	8	1	Gaujac Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Morlot Marylin 06 33 86 09 74
Dimanche 11 Février 2024	9H	11	4	Montpezat Pique-Nique tiré du sac	Mourlan Bernard 06 73 65 42 66 Tilhac Claudine 06 76 78 09 08
Lundi 12 Février 2024	13H30	9	3	Lagarrigue	Bernede Purita 06 85 16 84 58 Bernede Thierry 06 75 05 48 96
Mardi 13 Février 2024	13H30	8		Virazeil Marche Nordique Départ Mairie de Virazeil	Pouvereau Francis 07 83 76 01 78
Mercredi 14 Février 2024	13H45	5	2	Miramont De Guyenne Rando Douce Départ ASPTT	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Jeudi 15 Février 2024	13H30	12	2	Miramont De Guyenne	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37 Pouvereau Francis 07 83 76 01 78
Dimanche 18 Février 2024	9H	10	4	Soumensac Pique-Nique tiré du sac	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Bernou-Mazars Annie 06 72 42 68 77
Lundi 19 Février 2024	13H30	8	3	Lac de Lescouroux	Pouvereau Francis 07 83 76 01 78 Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Mardi 20 Février 2024	13H30	8	1	St Avit Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Borderie Patricia 06 30 63 79 67
Mercredi 21 Février 2024	13H45	5	1	St Pardoux Du Breuil Rando Douce Départ ASPTT	Motron Michèle 06 33 52 36 72
Jeudi 22 Février 2024	13H30	12	1	Gontaud De Nogaret	Bonnet Bernard 06 76 52 99 87 Zanette Léo 06 07 87 51 60
Samedi 24 Février 2024	13H30	8,8	1	Gaujac Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Claveries Sylvie 06 76 46 43 07

Randonnées du mois de novembre , décembre , janvier , février

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Dimanche 25 Février 2024				Marmande 10 km Renseignements ultérieurs	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 26 Février 2024	13H30	9	2,5	Roumagne	Cassol Jean-Pierre 06 88 36 75 88 Cassol Claudine 06 88 36 75 88
Mardi 27 Février 2024	13H30	8,8	1	Gaujac Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Le Liboux Jocelyne 06 47 93 86 45
Mercredi 28 Février 2024	13H45	5	2,5	Poussignac Rando Douce Départ Lac de Beaupuy	Buty Danielle 06 99 15 73 11
Jeudi 29 Février 2024	13H30	12	2,5	La Reole (33)	Daunis Eric 06 84 81 03 02 Moret Marie 06 71 86 81 35