



O.R.A.L.

OFFICE DE LA RETRAITE ACTIVE EN LUNELLOIS
RANDONNEES PEDESTRES



Animateurs:

Jean-François Leedham : 07 81 07 05 34

Louis-Marie Rousseau : 06 86 17 25 72

Serge Chapelain : 06 76 98 89 05

Contact : rando.oral@outlook.fr

RANDONNEES du vendredi à la DEMI-JOURNEE

Cette activité a lieu tous les vendredis : **rendez-vous à 13h15** pour un **départ à 13h30**.

Départ des randonnées - Espace Vauban - 207 av. du Général de Gaulle Lunel

Pour des raisons de sécurité et de confort, le port de chaussures de randonnée montante est obligatoire

PROGRAMME DU 4ème trimestre 2023

	Circuit	Lieu	Km	Dénivelé	Difficulté	Durée	Équipe	Observations
6 oct	Long du Vidourle	Marsillargues	8	Néant	Facile	2h30	1	
13 oct	Vignes et marais Fort Peccais	Aigues Mortes	11,5	Néant	Facile	3h30	3	
20 oct	Oppidum de Nages	Langlades	9			3h15	3	
27 oct	Moulins de Calvisson	Congénies					3	
3 nov	Tour du Puech	Congénies	10			3h30	3	
10 nov	Le bois de Coutach	Quissac	11	150	Moyen	3h30	1	
17 nov	Carrières et garrigues	Beaulieu	8,5	108	Facile	2h45	3	
24 nov		Aspères	10		Moyenne	3h30	3	
1 déc	Mas Neuf	Sauve	9,5	60	Facile	3h	1	
8 déc	Lavoir/moulin des Corbières	Aujargues	8	90	Facile	3h	3	
15 déc	St Etienne d'Escate	A Montpezat	12		Moyenne	3h30	3	
22 déc	Villevielle/Aujargues	Villevielle	8,5		Facile	3h	3	
29 déc	Vacances de Noël du 23/12 au 7/01							



O.R.A.L. LUNEL – Association loi 1901 déclarée –
207 av. du Général de Gaulle – Espace Vauban – 34400 Lunel ☎ : 04 67 82 56 21